

**Аннотация  
к рабочей программе по учебному предмету  
«Физическая культура» 10 класс**

Количество часов по учебному плану	10 класс - 3ч./нед.
Ценностные ориентиры программы	<p>Курс ориентирован на содействие гармоничного физического развития, формирования общественных и личных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности, закреплению потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта, формированию адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;</p> <p>формирование у учащихся осмысленных знаний и умений по математике, а также на обучение методам познания.</p>
Перечень нормативных документов, на основе которых составлена рабочая программа	<p>1.Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>2 Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 декабря 2010 г. № 2106, зарегистрирован Минюстом России 02 февраля 2011г. рег., №19676 «Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».</p> <p>3.«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2013г.</p>
УМК (учебно-методический комплект)	<p>1. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 кл.: учеб.пособие для общеобр.учреждений/ Лях В.И., Зданевич А.А.; под общ.ред. В.И. Ляха.- М.: Просвещение, 2013г.</p>
Структура дисциплины: разделы (темы), количество часов.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля-в процессе урока</li> <li>2. Подвижные игры: волейбол и баскетбол-21/24</li> <li>3.Гимнастика с элементами акробатики-24</li> <li>4.Легкоатлетическая атлетика-21</li> <li>5.Лыжная подготовка( Кроссовая подготовка )-12</li> </ol>