

**Аннотация
к рабочей программе
по физической культуре
для 10 класса
на 2024-2025 учебный год**

Рабочая программа по физической культуре для 10 класса составлена в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, Федеральной образовательной программой среднего общего образования, на основе Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Лицей № 1 им. академика Б.Н. Петрова» города Смоленска, составленной в 2024 году, на основе Федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» для 10 класса Федеральной основной образовательной программы среднего общего образования.

Данная рабочая программа предусматривает изучение предмета в объеме 68 часов в год, реализуется на основе гендерного подхода, т.е. обучение мальчиков и девочек проводится отдельно. Третий час физической культуры федеральной рабочей программы по предмету реализуется за счет внеурочной деятельности и предусматривает освоение программы по модулю «Перетягивание каната».

При реализации программы используется учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений».

Целью школьного курса физической культуры для 10 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации учебной деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих задач:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов. Саморегуляции.

Предмет физическая культура предполагает освоение теоретической части и практической части. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры».