

Название учебного предмета	<b>Физическая культура</b>
Класс	10
Количество часов	102 часа (3 час в неделю)
Перечень документов, на основе которых составлена рабочая программа	Рабочая программа по технологии разработана на основе: 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г № 273 – ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»; 2. Приказ Министерства образования РФ от 05 марта 2004 года №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»; 3. Примерной программы по физической культуре 5-9 классов. – М.: Просвещение, 2010 г. и авторской программы Лях В.И, Зданевич А.А. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов». – М.: Просвещение, 2011 г. ; 4. Учебного плана МАОУ «Гольшмановская СОШ №2»; на 2019-2020 учебный год.
Цель и задачи учебного предмета	Целью является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. , задачи: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;</li> <li>• Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;</li> <li>• Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;</li> <li>• Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;</li> <li>• Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.</li> </ul>
Программу обеспечивают	Учебник: Лях, В. И. Физическая культура. 5-9 кл. : учеб. для общеобразовательных учреждений / В. И.. А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. - М. : Просвещение, 2010
Формы текущего контроля и промежуточной аттестации	Выполнение контрольных нормативов и тестовых нормативов ГТО
Основные разделы дисциплины, количество часов на изучение этих разделов	Гимнастика с основами акробатики - 21 Легкая атлетика -23 Лыжная подготовка -18 Спортивные игры – 40