

Аннотация

Название курса	Физическая культура
Класс	10 класс
Количество часов	102 (3 часа в неделю)
Составитель(и)	Буракова Юлия Николаевна
Цель курса	<p>Целью школьного образования по физической культуре 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.</p> <p>Целью образования в основной школе, конкретизирующей общую цель, является формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, духовных и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях физической культурой и спортом.</p>
Структура курса	<ul style="list-style-type: none">• Теоретический раздел в процессе занятия.• Модуль легкая атлетика:• Кроссовая подготовка• Модуль спортивные игры:• Модуль волейбол• Модуль баскетбол• Модуль футбол• Модуль гимнастика:• Модуль самбо• Подвижные игры
УМК	В. И. Лях «Физическая культура». Москва: Просвещение, 2021.