

Аннотации

К рабочей программе по адаптивной физической культуре

10-12 класс

Название курса	Адаптивная физическая культура
Класс	10-12 класс
Количество часов	1(1) - 2 ч в неделю 68ч, 1(2) – 2ч в неделю 68ч, 2 класс – 2ч в неделю 68ч, 3 класс – 2ч в неделю 68ч, 4 класс – 2ч в неделю 68ч,
ФИО учителя	Белобородов В.Ф.
Квалификационная категория	Первая категория
УМК	под ред. И.М. Бгажноковой
Цель курса	Целью программы по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни, а также профилактика вторичных нарушений и сохранение жизненно важных функций организма.
Задачи курса	<ul style="list-style-type: none">-формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;-формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры;-укрепление и сохранение здоровья обучающихся, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.-освоение системы знаний, необходимых для сознательного формирования двигательных умений и навыков и использования их в повседневной жизни, повышения двигательной активности;-формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков, обучение технике правильного выполнения физических упражнений;- формирование игровой деятельности, двигательных умений как прикладного характера, так и дифференцированных движений;-формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, пространственной ориентировки в процессе АФВ;

	<ul style="list-style-type: none"> -обучение двигательным действиям с помощью знаковой системы; -формирование представлений о приемах самоконтроля, саморегуляции поведения в процессе занятий физическими упражнениями и др; -оптимальное (по возможности) развитие физических качеств; -развитие устойчивости к раздражение вестибулярного аппарата, развитие чувства темпа , ритма движений; -развитие способности к самостоятельному передвижению; -поддержание жизненно важных функций организма (дыхание, работа сердечно- сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем); -преодоление страха пространства и высоты, скованности движений; -воспитание настойчивости, смелости, волевых качеств и навыков осознанного отношения к занятиям физическими упражнениями; -воспитание устойчивого интереса, мотивации к занятиям физическими упражнениями; -формирование самостоятельности в учении и использовании сформированных двигательных умений и навыков в повседневной деятельности; -формирование у обучающихся потребности в здоровом образе жизни, физическое развитие; -развивать гражданственность и национальное самосознание обучающихся.
<p>Планируемые результаты</p>	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -обеспечивают готовность ребенка к принятию новой роли ученика; -осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; -положительное отношение к окружающей действительности; самостоятельность в выполнении учебных заданий.

	<p>Предметные: изучения курса являются следующие знания и умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений ; - освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться ; -освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей; - совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости. -умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др. <p>Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.</p>
Структура курса	<p>«Адаптивная физическая культура» 10 класс:</p> <p>Программа по «Адаптивной физической культуре» включает разделы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знания о физической культуре 2. Гимнастика 3. Легкая атлетика 4. Спортивные игры 5. ГТО <p>« Адаптивная физическая культура» 11 класс:</p> <p>Программа по «Адаптивной физической культуре» включает разделы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знания о физической культуре 2. Гимнастика 3. Легкая атлетика 4. Спортивные игры 5. ГТО <p>«Адаптивная физическая культура» 12 класс:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знания о физической культуре

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">2. Гимнастика3. Легкая атлетика4. Спортивные игры5. ГТО |
|--|--|