

Аннотация к рабочей программе учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

<i>Класс</i>	3М класс
<i>Составитель</i>	Мельникова Татьяна Анатольевна
<i>Цели программы:</i>	- 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.
<i>Задачи</i>	<ul style="list-style-type: none"> • укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; • формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; • овладение школой движений; • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей; • формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей; • выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий; • формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; • приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта; • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
<i>Учебно-методический комплекс:</i>	<p>- Учебник по физической культуре 1-4 класс В.И. Лях. М.: Просвещение, 2013г</p> <p>- Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы, В.И.Лях, А.А.Зданевич; Москва: «Просвещение»,2011</p> <p>- Справочник учителя физической культуры, П.А.Киселев, С.Б.Киселева; Волгоград: «Учитель»,2008.</p> <p>- Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы, Н.И.Дереклева; Москва: «ВАКО»,2007.</p> <p>- Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.</p> <p>- Зимние подвижные игры 1-4 классы, А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.</p> <p>- Дружить со спортом и игрой, Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.</p> <p>- Физкультура в начальной школе, Г.П.Болонов; Москва: «ТЦ Сфера»,2005.</p> <p>-Методика физического воспитания учащихся 1-4 классы. Литвинов Е.Н. – М.: Просвещение, 2011</p>

<i>Структура</i>	ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (20 ч.) КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА (21 ч.) ВПМ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» (19 ч.) ГИМНАСТИКА (21 ч.) ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ на основе баскетбола (20 ч.) Промежуточная аттестация (1 ч.)
<i>Количество часов</i>	Рабочая программа рассчитана на 102 часа: (34 учебные недели). В т.ч. ВПМ «Подвижные игры» - 19 ч.