**Аннотация к рабочей программе по предмету «Адаптивная физическая культура» (10-11 классы) на 2014-2015 учебный год.**

**Рабочая программа по адаптивной физической культуре для 10-11-х классов составлена на основе:**

* Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного полного общего образования по предмету «Адаптивная физическая культура»
* Примерной программы основного полного общего образования «Адаптивная физическая культура».М.: Просвещение, 2012

**Для реализации программы используются следующие учебники, дидактические и методические материалы:**

* Аветисов Э.С., Ливадо Е.И., Курпман Ю.И. Физкультура при близорукости. – М.: Советский спорт, 1993. – 80 с.
* Адамюк Е.К. К вопросу о миопии в школах // Вестник офтальм. – 1986. Т.III. – 269 с.
* Ананьева Н.А., Ямпольская Ю.А. Физическое развитие и адаптационные возможности школьников // Вестник Российской АМН, 1993. – № 5. - С. 19 - 24.
* Аникин В.В., Курочкин А.А., Кушнир С.М. Нейроциркуляторная дистония у подростков. - Тверь: Губернская медицина, 2000. - 184 с.
* Анохин П.К. Узловые вопросы теории функциональных систем /П.К. Анохин. – М.: Наука, 1980. – 197 с.
* Апанасенко Г.Л., Науменко Р.Г. Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида //Теория и практика физической культуры. - 1988. - № 4. - С. 29 - 31.
* Аршавский И.А. Очерки по возрастной физиологии. – М.: медицина, 1967. – 476 с.
* Бабенко Т.И. Экспресс-оценка физического здоровья школьни­ков, условий их обучения и воспитания: Метод. рек. /Т.И. Бабенко, И.И Каминский. – Ростов-на-Дону: Изд-во обл. ИУУ. — 1995. - 32 с.
* Баевский Р.М. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний / Р.М. Баевский, А.П. Берсенева. – М.: Медицина, 1997. – 236 с.
* Белкин А.С. Основы возрастной педагогики: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. - М.: Академия, 2000. - 192 с.
* Белозеров Ю.М., Виноград А.Ф., Кисляк А.С. и др. Кардиология детского возраста. - Тверь, 1995. - 266 с.
* Бондаренко С.В. Тренируем зрение // Физ. культ. в школе. – 1993. -№ 2. – С. 35-36.
* Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
* Горбачев М.С. Осанка младших школьников / М.С. Горбачев // Физическая культура в школе. – 2005. - № 8. – С. 25 – 28.
* Гритченко Н.В. Основы физического воспитания, врачебного контроля и лечебной физической культуры. - М.: Медицина, 1972. - 272 с.
* Громбах С. М. Роль школы в формировании психического здоровья учащихся. Школа и психическое здоровье учащихся. М.: Медицина, 1988, с. 9-32.
* Ермолаев О.Ю. Правильное дыхание: практическое пособие. – М.: Флинта: Наука, 2001. – 192 с.
* Лечебная физическая культура/ Под ред. С.Н. Попова. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. – 414 с.
* Лечебная физическая культура: Справочник / Под ред. В.А. Епифанова. – М.: Медицина, 2001. – 592 с.
* Лях В.И. Комплексная программа по физическому воспитанию. 1-11 класс. М.: Просвещение, 2003. – 32 с.
* Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: Учебник. – М.: Физическая культура, 2005. – 544 с.
* Матвеев А.П. Физическая культура 1-11 классов. Примерная программа. – М.: Дрофа, 2005. – 102 с.
* Матвеев А.П. Физическая культура. Программа для учащихся 1-11 классов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. – М.: Дрофа, 2003. – 112 с.
* Матвеев Л.П. Концепция образовательной программы «Физичес­кая культура» для средней общеобразовательной школы //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. - №1. – С. 19-22.
* Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. - М.: Медицина, 1991. – 272 с.

**Целью изучения предмета** «Адаптивная физическая культура» является оздоровление, содействие всестороннему гармоничному развитию личности.

**Место учебного предмета, курса в учебном плане.** Адаптивная физическая культура является предметом обязательной части учебного плана МБОУ СОШ № 168 с УИП ХЭЦ.

**Общее количество часов, отводимых на изучение предмета (курса).** Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 140 ч, из расчёта 2 часа в неделю с 10 по 11 класс. В учебной программе 10-го класса 36 недель 72 часа, в 11-ом классе 34 недели 68 часов.

 **Основные разделы программы по адаптивной физической культуре:**

1. Основы знаний;

2. Оздоровительная и корригирующая гимнастика;

3. упражнения для формирования правильной осанки;

5. упражнения для повышения функциональных возможностей органов дыхания;

6. упражнения для органов зрения;

7. упражнения для повышения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы;

8. Легкая атлетика;

9. Гимнастика;

10. Лыжная подготовка;

11. Подвижные игры, спортивные игры;

12. Плавание.

**Основные образовательные технологии.** В процессе изучения дисциплины используется как традиционные (объяснительно-иллюстративный метод), так и инновационные технологии проектного, игрового, ситуативно-ролевого, обучения. Ведущий принцип, положенный в основу рабочей программы по адаптивной физической культуре **– системно-деятельностный подход** – отвечает требованиям ФГОС ООО.

**Формы контроля:** предварительный, оперативный, текущий, этапный, итоговый, реферат, доклад.

**Структура рабочей программы.** Рабочая программа составлена на условиях МБОУ СОШ № 168 с УИП ХЭЦ со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря, (утверждённым приказом №308/1 от 15.07.2014 года) и содержит следующие разделы:

* пояснительная записка (место предмета в УП, обоснование УМК, особенности методики преподавания учителя (системы работы или технологии), особенности контингента обучающихся, материально-техническое обеспечение);
* структура учебного материала, включающая федеральный, региональный компоненты ГОС;
* тематическое планирование;
* требования к уровню подготовки обучающихся;
* КИМы (четвертные, полугодовые, итоговые);
* Список литературы для учителя и обучающихся.

**Составители:**

1. Купчинин Данил Андреевич учитель физической культуры, молодой специалист;