

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 1 классе

Рабочая программа по физической культуре для 1 класса составлена на основе Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов начального образования второго поколения», комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011), комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011).

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 1 час в неделю: всего 33 часа в год

Целью реализации программы является:

формирование компетенций в области физической культуры, способствующих укреплению и длительному сохранению собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Данная программа направлена на решение следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, нарушения зрения, содействие гармоничному физическому и социальному развитию, успешному обучению детей;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками.
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.
- изучение правил таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижных игр и спортивных игр, входящих в школьную программу;
- понятие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
- развитие мелкой моторики рук.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) во 2 классе

Рабочая программа по физической культуре для 2 классов составлена на основе Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов начального образования второго поколения», комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011). Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011).

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 1 час в неделю: всего 34 часа в год

Целью реализации программы является:

формирование компетенций в области физической культуры, способствующих укреплению и длительному сохранению собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Данная программа направлена на решение следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, нарушения зрения, содействие гармоничному физическому и социальному развитию, успешному обучению детей;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками.
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.
- изучение правил таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижных игр и спортивных игр, входящих в школьную программу;
- понятие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
- развитие мелкой моторики рук.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 3 классе

Рабочая программа по физической культуре для 3 классов составлена на основе Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов начального образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2011).

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011). Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011).

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 1 час в неделю: всего 35 часов в год

Целью реализации программы является:

формирование компетенций в области физической культуры, способствующих укреплению и длительному сохранению собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Данная программа направлена на решение следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, нарушения зрения, содействие гармоничному физическому и социальному развитию, успешному обучению детей;

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками.
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.
- изучение правил таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижных игр и спортивных игр, входящих в школьную программу;
- понятие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
- развитие мелкой моторики рук.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 4 классе

Рабочая программа по физической культуре для 4 классов составлена на основе Федеральных государственных стандартов начального образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2011).

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011). Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011).

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 1 час в неделю: всего 35 часов в год

Целью реализации программы является:

формирование компетенций в области физической культуры, способствующих укреплению и длительному сохранению собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Данная программа направлена на решение следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, нарушения зрения, содействие гармоничному физическому и социальному развитию, успешному обучению детей;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками.
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.
- изучение правил таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижных игр и спортивных игр, входящих в школьную программу;

- понятие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
- развитие мелкой моторики рук.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2013.

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 5 классе

Рабочая программа по физической культуре для 5 классов составлена на основе Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию.

По индивидуальному плану учащимся, обучающимся на дому с помощью дистанционных образовательных технологий, отведено по 35 часов в 6 классе (1ч в неделю).

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь, специфической **целью** школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;

- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. В.И.Лях «Физическая культура» Москва:»Просвещение» - 2013 г

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 6 классе

Рабочая программа по физической культуре для 6 классов составлена на основе Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Рабочая программа разработана для 6 классов на основе авторской программы В.И. Ляха 5-9 класс, М.: Просвещение 2012 г.

По индивидуальному плану учащимся, обучающимся на дому с помощью дистанционных образовательных технологий, отведено по 35 часов в 6 классе (1ч в неделю).

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь, специфической **целью** школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. В.И.Лях «Физическая культура» Москва:»Просвещение» - 2013 г

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной)

в 7 классе

Рабочая программа по физической культуре для 5 классов составлена на основе Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Рабочая программа разработана для 7 классов на основе авторской программы В.И. Ляха 5-9 класс, М.: Просвещение 2012 г.

По индивидуальному плану учащимся, обучающимся на дому с помощью дистанционных образовательных технологий, отведено по 35 часов в 7 классе (1ч в неделю).

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь, специфической **целью** школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. В.И.Лях «Физическая культура» Москва:»Просвещение» - 2013 г

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре в 8 классе

Рабочая программа по физической культуре для 8 классов составлена на основе Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Рабочая программа разработана для 8 классов на основе авторской программы В.И. Ляха 5-9 класс, М.: Просвещение 2012 г.

Содержание данной программы предназначено для учащихся специальной медицинской группы. По индивидуальному плану учащимся, обучающимся на дому с помощью дистанционных образовательных технологий, отведено по 35 часов в 8 классе (1ч в неделю).

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь, специфической **целью** школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. В.И.Лях «Физическая культура» Москва:»Просвещение» - 2013 г

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 9 классе

Рабочая программа по физической культуре для 9 классов общеобразовательной средней школы составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта среднего (полного) общего образования на базовом уровне. Рабочая программа составлена на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

По индивидуальному плану учащимся, обучающимся на дому с помощью дистанционных образовательных технологий, отведено по 34 часов в 9 классе (1ч в неделю).

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь, специфической **целью** школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. В.И.Лях «Физическая культура» Москва:»Просвещение» - 2013 г

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 10 классе

Рабочая программа интегрированного курса ОБЖ и физической культуры для 10 классов общеобразовательной средней школы составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта среднего (полного) общего образования на базовом уровне. Рабочая программа составлена на основе Примерной программы для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» Комплексная программа 5-11 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. (М.: «Просвещение»,2011 год), на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

Интегрированный курс в 10 классе рассчитан на 1 час в неделю, что в объеме составляет 35 часов в год.

Цель: формирование физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Формирование у учащихся знаний касающихся охраны, обороны и здоровья.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих **задач:**

- освоить знания о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- развить черты личности, необходимые для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- овладеть умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Задачи физического воспитания учащихся 10 классов направлены на:

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития;
- изучение основ таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также спортивных игр, входящих в школьную программу;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. 10 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2013;
2. 11 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2013.
3. 10 – 11 класс под ред. В.И. Лях «Физическая культура». М. «Просвещение», 2012

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре (адаптивной) в 11 классе

Рабочая программа интегрированного курса ОБЖ и физической культуры для 11 классов общеобразовательной средней школы составлена в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта среднего (полного) общего образования на базовом уровне. Рабочая программа составлена на основе Примерной программы для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» Комплексная программа 5-11 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова. (М.: «Просвещение», 2011 год), на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

Интегрированный курс в 11 классе рассчитан на 1 час в неделю, что в объеме составляет 34 часа в год.

Цель: формирование физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Формирование у учащихся знаний касающихся охраны, обороны и здоровья.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих **задач:**

- освоить знания о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитать ценностное отношение к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- развить черты личности, необходимые для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- овладеть умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Задачи физического воспитания учащихся 11 классов направлены на:

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития;
- изучение основ таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также спортивных игр, входящих в школьную программу;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии

физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Для реализации программного содержания используются учебные пособия, соответствующие Федеральному перечню учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации:

1. 10 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2013;
2. 11 класс А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». М. «Просвещение», 2013.
3. 10 – 11 класс под ред. В.И. Лях «Физическая культура». М. «Просвещение», 2012