

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 579
Приморского района Санкт-Петербурга

(ГБОУ школа № 579 Приморского района Санкт-Петербурга)

197373, Санкт-Петербург, проспект Авиастроителей, дом 21, корпус 2, литера А,
тел/факс: 343-17-62; info.sch579@obr.gov.spb.ru; school579@yandex.ru; <http://s579.ru>

ОБСУЖДЕНО И ПРИНЯТО

решением
Педагогического совета
ГБОУ школа № 579
Приморского района Санкт-Петербурга.
Протокол
от «28» августа 2023 г. № 12.
Председатель Педагогического совета
Махотина Г.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Приказ
от «28» августа 2023 г. № 155-од.

Директор _____ Г.Е. Махотина
подпись

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних обучающихся.
Протокол
от «25» августа 2023 г. № 6

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ОФП»

Направление: спортивно-оздоровительная и игровая деятельность

для 3-х и 4-х классов

на 2023/2024 учебный год

Санкт-Петербург 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «ОФП» разработана для занятий с обучающимися 3-4-х классов во второй половине дня в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 (далее – ФГОС начального общего образования);
- Письмом Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
- ООП НОО (ФОП), принятой решением Педагогического совета от 28.08.2023 протокол № 12, утвержденной приказом директора от 28.08.2023 № 155-од;
- Рабочей программой воспитания ГБОУ школа № 579.

Цель программы: укрепление физического и психического здоровья детей через занятия физическими упражнениями и играми, гармоничное развитие организма школьников.

Задачи программы:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и закаливанию организма (для этого необходимо обеспечить каждому ребенку в количественном и качественном отношении двигательный режим);
- развитие двигательных качеств: координация, ловкость и точность движений, гибкость, пластичность;
- знакомство с правилами различных спортивных игр, умение использовать элементы игр в повседневной деятельности с учетом своих физических сил и возможностей;
- повышение работоспособности, двигательной активности;
- формирование правильной осанки;
- улучшение психического состояния, снятие стрессов;
- способствование умению свободного самовыражения ребенка посредством движений, в соответствии собственной индивидуальностью.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «ОФП» в 3 и в 4 классах отводится 1 год, 1 час в неделю, 34 часа в год.

Программа опирается на социальный заказ, имеющиеся возможности и особенности образовательного процесса с целью максимального удовлетворения потребностей обучающихся во внеурочной деятельности, её дифференциации и индивидуализации.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

3 КЛАСС

№ раздела	Разделы	Количество часов по программе	Количество часов по плану
1	Инструктаж по ОТ. Вводное занятие	1	1
2	Общая игровая подготовка	12	12
3	Развитие силы	4	4
4	Развитие скорости	4	4

5	Развитие ловкости	4	4
6	Развитие гибкости	4	4
7	Развитие выносливости	5	5
Итого:		34	34

4 КЛАСС

№ раздела	Разделы	Количество часов
1	Общая физическая подготовка	16
2	Подвижные игры и эстафеты	10
3	Общая физическая подготовка с элементами волейбола	4
4	Общая физическая подготовка с элементами баскетбола	4
Итого:		34

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Рабочая программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания, призвана обеспечить достижение *личностных результатов*.

У обучающегося будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- установка на здоровый образ жизни, бережливого поведения.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/не успешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые);
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- проводить сравнение, классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- владеть рядом общих приемов решения задач.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках.

Обучающийся получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Ожидаемые результаты

Личностные:

Обучающийся получит возможность научиться:

- объяснять влияние физических упражнений;
- следить за степенью своего утомления;
- анализировать свою технику движений;
- соблюдать правила личной гигиены;
- выполнять самостоятельно зарядку;
- узнает значимость соблюдения правил игр;
- узнает значимость соблюдения безопасности на занятиях.

Метапредметные:

- овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр;
- сформируют умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- научатся определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- научатся определению общей игровой цели и путей её достижения;
- узнают, как договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- научатся конструктивно разрешать игровые конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладеют начальными сведениями о сущности и особенностях подвижных игр, игровых процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием игр

Формирование второго уровня - школьник ценит общественную жизнь:

- формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом: развитие ценностных отношений школьника к родному Отечеству, родной природе и культуре, труду, знаниям, своему собственному здоровью и внутреннему миру.

Третий уровень результатов - школьник самостоятельно действует в общественной жизни класса. Приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия: школьник может приобрести опыт исследовательской деятельности; опыт публичного выступления; опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Формы работы:

В преподавании курса используются следующие формы работы с учащимися:

- фронтальная;
- индивидуальная;
- групповая (работа в парах, в команде).

Материально-техническое оснащение

- комплекты спортивной формы для соревнований;
- спортивный инвентарь (гимнастические палки, мячи разных размеров, кубики, теннисные мячи, кегли, фишки, обручи, мячи набивные, скакалки и т.п.);
- спортивное оборудование и снаряды (гимнастические скамейки, шведская стенка);
- музыкальный центр;
- секундомеры, флажки.

ПОУРОЧНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название

ОФП

Класс

3а, 3б, 3в, 3г классы

Количество часов:

34 часа

№ п/п	Тема	Элементы содержания	Планируемые результаты	
			метапредметные	личностные
Общая физическая подготовка (12 ч)				
1	Инструктаж по ОТ. Обычный бег. Игры на внимание.	Инструктаж по ОТ. Ходьба с заданием. Обычный бег. Бег с ускорением. Игры на внимание.	<p>Познавательные: овладеют начальными сведениями о сущности и особенностях подвижных игр, игровых процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: иметь желание учиться, адекватно представлять о поведении в процессе учебной деятельности</p> <p>узнают, как бережно пользоваться инвентарем и оборудованием</p> <p>узнают значимость соблюдения безопасности на занятиях</p>
2	Общая физическая подготовка. Бег с ускорением. Подвижная игра: «У ребят порядок строгий»	Ходьба с заданием. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «У ребят порядок строгий»	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр</p>
3	Общая физическая подготовка. ОРУ на гибкость. Мини-футбол	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. ОРУ на гибкость. «Мини-футбол»	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную</p>	<p>Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр</p>

			взаимодействия с окружающими.	
7	Общая физическая подготовка. ОРУ. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Выше ноги от земли»	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Выше ноги от земли».	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр
8	Общая физическая подготовка. Равномерный бег. Подвижная игра «Захват знамени»	Равномерный бег (6 мин). ОРУ Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Захват знамени»	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр
9	Общая физическая подготовка. ОРУ. Чередование ходьбы и бега. Подвижная игра «Захват фишек»	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Захват фишек»	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр
10	Общая физическая подготовка. ОРУ. Подвижная игра: «Шпионы и разведчики»	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Шпионы и разведчики»	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя,</p>	Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр

			<p>планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	
11	<p>Общая физическая подготовка. Равномерный бег. ОРУ. Игра: «Пятнашки»</p>	<p>Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки».</p>	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр</p>
12	<p>Общая физическая подготовка. Игра: «Минутка»</p>	<p>Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Игра «Минутка»</p>	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр</p>
13	<p>Общая физическая подготовка. Игра: «Запрещенное движение»</p>	<p>Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м). Игра «Запрещенное движение»</p>	<p>Познавательные: Овладеют способностью принимать и сохранять цели и задачи подвижных игр</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: узнают значимость соблюдения правил игр</p>

Развитие силы (4 ч)

14	Упражнения с гантелями. Игра «Зайцы в огороде»	Ходьба и бег с гантелями. Комплекс развивающей гимнастики с гантелями. ОРУ с гантелями. Игра «Зайцы в огороде»	<p>Познавательные: формулирование ответов на вопросы необходимости учебной деятельности.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: иметь желание учиться, адекватно представлять о поведении в процессе учебной деятельности</p>
15	Упражнения в парах с элементами борьбы. Игра «Кто быстрее»	ОРУ в парах. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. ОРУ в парах. Упражнения, в парах стоя, в парах лежа, в парах на матах. Игра «Кто быстрее»	<p>Познавательные: формулирование ответов на вопросы необходимости учебной деятельности.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: иметь желание учиться, адекватно представлять о поведении в процессе учебной деятельности</p>
16	Круговая тренировка. Игра «Пятнашки с заданием»	Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Игра «Пятнашки с заданием». Круговая тренировка.	<p>Познавательные: формулирование ответов на вопросы необходимости учебной деятельности.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: иметь желание учиться, адекватно представлять о поведении в процессе учебной деятельности</p>
17	ОРУ. Игра: «Вызов номеров»	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Вызов номеров»	<p>Познавательные: формулирование ответов на вопросы необходимости учебной деятельности.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать</p>	<p>Личностные: иметь желание учиться, адекватное представление о поведении в процессе учебной деятельности</p>

			коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	
Игры на развитие скорости (4 ч)				
18	Лазание по гимнастической стенке. Игра «Вороны и воробьи»	Инструктаж по ТБ. Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Игра «Вороны и воробьи»	<p>Познавательные: <i>формулирование ответов на вопросы необходимости учебной деятельности</i>, научиться определению общей игровой цели и путей её достижения</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: Узнают, как выполнять самостоятельно зарядку
19	Старты из различных положений. Игра «Третий лишний»	ОРУ. Игра «Третий лишний» Старты с места. Старты в движении. Старты из различных положений.	<p>Познавательные: научиться определению общей игровой цели и путей её достижения</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: Узнают, как выполнять самостоятельно зарядку
20	ОРУ. Эстафетный бег. Игра: «Салки с мячом»	ОРУ. Бег с ускорением. Техника передачи эстафетной палочки. Эстафетный бег. Игра: «Салки с мячом»	<p>Познавательные: научиться определению общей игровой цели и путей её достижения</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	Личностные: Узнают, как выполнять самостоятельно зарядку

21	ОРУ. Игра: «Бабочки и шмели»	ОРУ. Игра «Бабочки и шмели» Эстафеты.	<p>Познавательные: научаться определению общей игровой цели и путей её достижения</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: Узнают, как выполнять самостоятельно зарядку</p>
Игры на развитие ловкости (4 ч)				
22	Специальные упражнения в парах с волейбольным мячом. Игра: «Салки с мячом»	ОРУ. Специальные упражнения в парах с волейбольным мячом. Эстафеты. Игры «Салки с мячом».	<p>Познавательные: Сформируют умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника.</p>	<p>Личностные: Научаться объяснять влияние физических упражнений</p>
23	Специальные упражнения в тройках с волейбольным мячом. Игра: «Зайцы без домика»	ОРУ. Специальные упражнения в тройках с волейбольным мячом. Игры «Зайцы без домика»	<p>Познавательные: Сформируют умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника.</p>	<p>Личностные: Научаться объяснять влияние физических упражнений</p>
24	ОРУ с мячами. Игра «Охотники и утки».	ОРУ с мячами. Бег с изменением направления. Игры «Охотники и утки»	<p>Познавательные: Сформируют умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную</p>	<p>Личностные: Научаться объяснять влияние физических упражнений</p>

			задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника.	
25	ОРУ с теннисными мячами. Игра «Вышибалы».	ОРУ с теннисным мячом в парах. Эстафеты с элементами ловли и передач мяча. Игра «Вышибалы»	Познавательные: Сформируют умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя, планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника.	Личностные: Научаться объяснять влияние физических упражнений
Игры на развитие гибкости (4 ч)				
26	Равномерный бег. Упражнения в парах. Игра: «Чай-чай выручай»	Равномерный бег 5 минут. Упражнения в парах. Игра «Чай-чай выручай»	Познавательные: Научатся определять наиболее эффективные способы достижения результата Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Личностные: Научатся анализировать свою технику движений
27	Подвижная игра: «Салочки с заданием». «Стречинг».	Подвижная игра «Салочки с заданием» «Стречинг» Развитие скоростно-силовых способностей	Познавательные: Научатся определять наиболее эффективные способы достижения результата Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Личностные: Научатся анализировать свою технику движений
28	Спортивная игра. ОРУ у опоры. Игра: «Море»	Спортивная ходьба. Бег с заданием. ОРУ у опоры. Эстафеты. Игры «Море»	Познавательные: Научатся определять наиболее	Личностные: Научатся анализировать свою технику

	волнуется раз»	волнуется раз»	эффективные способы достижения результата Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	движений
29	ОРУ. Игра: «Пятнашки необыкновенные. Эстафеты	ОРУ в движении. Игра «Пятнашки необыкновенные» Эстафеты.	Познавательные: Научатся определять наиболее эффективные способы достижения результата Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Личностные: Научатся анализировать свою технику движений
Игры на развитие выносливости (5 ч)				
30	ОРУ. Джоггинг. Игра «Пятнашки с выбыванием	ОРУ. Игра «Пятнашки с выбыванием». Джоггинг	Познавательные: Научатся конструктивно разрешать игровые конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Личностные: Научатся следить за степенью своего утомления
31	Гимнастическая полоса препятствий. Подвижная игра: «Ловишки»	Бег с заданием. ОРУ. Гимнастическая полоса препятствий. Подвижная игра: «Ловишки»	Познавательные: Научатся конструктивно разрешать игровые конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Личностные: научатся следить за степенью своего утомления
32	ОРУ. Эстафеты. Игра:	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Белые	Познавательные:	Личностные: научатся

	«Белые медведи».	медведи»	<p>Научатся конструктивно разрешать игровые конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	следить за степенью своего утомления
33	ОРУ в движении. Игра: «Невод». Эстафеты.	ОРУ в движении в сочетании с бегом и ходьбой. Игра «Невод». Эстафеты.	<p>Познавательные: Научатся конструктивно разрешать игровые конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: научатся следить за степенью своего утомления</p>
34	ОРУ. «Спортивная игра «Футбол».	ОРУ. Спортивная игра «Футбол»	<p>Познавательные: Узнают как, договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на учет позиции собеседника, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.</p>	<p>Личностные: Научатся следить за степенью своего утомления</p> <p>Узнают значимость соблюдения правил игр</p>

Название
Класс
Количество часов:

ОФП
 4а, 4б, 4в, 4г классы
 34 часа

№ п/п	Тема занятия	Основные элементы содержания	Планируемые результаты обучения	
			метапредметные	личностные
Общая физическая подготовка (16 ч)				
1.	Инструктаж по ОТ. Комплексы упражнений, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
2.	ОРУ. Упражнения с преодолением собственного веса в висах, упорах, лежа, стоя.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
3.	ОРУ. Упражнения силового характера в парах, группах.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни

4.	ОРУ. Различные виды прыжков через скакалку.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
5.	ОРУ. Упражнения с гантелями. Игры силового характера.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
6.	ОРУ. Упражнения скоростно-силовых качеств.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
7.	ОРУ. Прыжковые упражнения, упражнения с предметами (скакалки, мячи, обручи).	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего
8.	ОРУ. Повторный бег, челночный бег, бег из различных положений.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего
9.	ОРУ. Упражнения для развития гибкости	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный

			взаимодействия с окружающими.	смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего
10.	ОРУ с предметами и без.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего
11.	ОРУ. Упражнения с повышенной амплитудой движения в различных суставах.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
12.	ОРУ. Упражнения для развития выносливости	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
13.	ОРУ. Равномерный длительный бег, переменный бег.	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
14.	ОРУ. Упражнения для развития выносливости	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей,

			коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
15.	ОРУ. Упражнения для развития ловкости	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
Подвижные игры и эстафеты (10 ч)				
16.	ОРУ. Прыжковые упражнения, упражнения с предметами (скакалки, мячи, обручи)	Общая физическая подготовка	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
17.	Инструктаж по ОТ. Подвижные игры и эстафеты. Игра: «Вызов номеров»	Общая физическая подготовка с элементами гандбола. Имитация технических действий игры	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
18.	Подвижные игры и эстафеты. Игры на развитие двигательных качеств. Игра: «Вышибалы»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
19.	Подвижные игры и эстафеты. Игры на развитие двигательных	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные:	Адекватное представление о поведении в процессе

	качеств. Игра: «Займи свое место»		воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
20.	Подвижные игры и эстафеты. Игры на взаимодействие между учащимися. Игра: «Волк и зайцы»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
21.	Подвижные игры и эстафеты. Игры на взаимодействие между учащимися. Игра: «Третий лишний»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
22.	Подвижные игры и эстафеты. Игры с элементами спортивных игр. Игра: «Мини-футбол»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
23.	Подвижные игры и эстафеты. Игры с элементами спортивных	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные:	Адекватное представление о поведении в процессе

	игр. Игра: «Вратарь:		воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
24.	Подвижные игры и эстафеты. Игры по выбору учащихся на взаимодействие между учащимися. Игра: «Веселый мяч»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
25.	Подвижные игры и эстафеты. Игры на развитие двигательных качеств. Игра: «Ловишки»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
26.	Подвижные игры и эстафеты. Игры по выбору учащихся с элементами спортивных игр. Игра: «Вратарь»	Подвижные игры и эстафеты.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
Общая физическая подготовка с элементами волейбола (4 ч)				
27.	ОРУ с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол	Общая физическая подготовка с элементами волейбола.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей,

		Имитация технических действий игры в волейбол	коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
28.	ОРУ с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол.	Общая физическая подготовка с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
29.	ОРУ с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол.	Общая физическая подготовка с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
30.	ОРУ с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол.	Общая физическая подготовка с элементами волейбола. Имитация технических действий игры в волейбол.	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
Общая физическая подготовка с элементами баскетбола (4 ч)				
31.	ОРУ с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Общая физическая подготовка с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
32.	ОРУ с элементами баскетбола. Имитация технических действий	Общая физическая подготовка с	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные:	Адекватное представление о поведении в процессе

	игры в баскетбол	элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	деятельности, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
33.	ОРУ с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Общая физическая подготовка с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
34.	ОРУ с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Общая физическая подготовка с элементами баскетбола. Имитация технических действий игры в баскетбол	Познавательные: формулируют ответы на вопросы о необходимости внеурочной деятельности. Регулятивные: воспринимают оценку, планируют действия в соответствии с поставленными задачами. Коммуникативные: выстраивают коммуникативно-речевые действия, конструктивные способы взаимодействия с окружающими.	Адекватное представление о поведении в процессе деятельности, развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизнедеятельности