

Приложение № 6

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Синенькие» муниципального образования «город Саратов»

Рассмотрено на заседании ШМО общественно-научных предметов Руководитель ШМО <i>Ильиных А.С.</i> Протокол №1 от «26» августа 2021 г	«Согласовано» Зам директора по УВР <i>Кенжимбетова Г.У.</i> «27» августа 2021 года	«Утверждаю» Директор МОУ «СОШ с. Синенькие» <i>Аносова Л.И.</i> Протокол № 201 18 августа 2021 г
---	---	---



**Рабочая программа по внеурочной деятельности
пионербол
2021 – 2022 учебный год**

Синенькие
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Внеурочная деятельность по программе пионербол проводится в форме секции, разработанной на основе:

- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);
- примерной образовательной программы образовательного учреждения, для ОУ, реализующих ФГОС;
- учебного плана МАОУ «СОШ с. Синенькие» для 5,6 классов, реализующих ФГОС, на 2022/23 учебный год.

Рабочая программа курса «Пионербол» ориентирована на учащихся 5-6 классов. Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет 35 учебных часов в год. Данное количество часов, содержание предмета полностью соответствуют варианту авторской программы «Основы развития двигательной активности младших школьников» под редакцией Г.А. Воронина.

Актуальность программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в пионербол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Пионербол (по правилам волейбола) - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в основной школе. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся. Пионербол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки и постепенно готовит детей к более сложной игре в волейбол.

Игра в пионербол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области пионербола.

Цели программы:

- обеспечение прав и возможностей учащихся на удовлетворение их потребностей на занятиях физической культурой и спортом;

- создание условий для занятий пионерболом по месту учебы;
- проведение соревнований по пионерболу среди учащихся общеобразовательных школ.

Задачи программы:

- приобретение учащимися общеобразовательных школ знаний о физической культуре, понимания её значения в жизнедеятельности человека;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышению работоспособности;
- развитие у учащихся основных физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;
- воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде.

Планируемые результаты освоения программы

Дети научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры на переменах и физкультминутках;
- владеть скакалкой (прыжки и бег через скакалку) и мячом (ловля и передача мяча);
- самостоятельно проводить в соответствии с правилами 5-6 подвижных игр;
- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»;
- выполнять правила игры в пионербол, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом.

Получат возможности узнать:

- об истории развития подвижных игр и игры волейбол;
- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении игровых упражнений;
- о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаливающих процедур;
- о профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Планируемые результаты формирования универсальных учебных действий (УУД)

1. Личностные УУД (дети научатся):

- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;
- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;
- управлять эмоциями в процессе игровой деятельности.

2. Регулятивные УУД (дети научатся):

- излагать правила и условия подвижных игр и игры в пионербол;
- принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности;
- соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр и игры в пионербол.

3. Познавательные УУД (дети освоят):

- двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр и игры в пионербол ;
- УУД в самостоятельной организации и проведении подвижных игр и игры в пионербол;

4. Коммуникативные УУД (дети научатся):

- взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх и игры в пионербол;
- оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Содержание учебного процесса

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум, учебного материала, для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол и технические приёмы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся.

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь: волейбольная сетка, волейбольные мячи.

Подвижные игры: «Пионербол», «Горячая картошка», «Перестрелка», «Два мяча» и др.

К концу учебного года дети должны знать:

- правила по технике безопасности во время игры в пионербол;
- правила подвижной игры пионербол;

- не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

К концу учебного года дети должны уметь:

- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

- выполнять правила игры.

К концу учебного года дети должны демонстрировать:

- позитивное отношение к участникам игры.

Календарно-тематическое планирование по пионерболу

№ п/п	Тема занятия	дата	
		план	факт
1	Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование.	06.09	
2	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	13.09	
3	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	20.09	
4	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	27.09	
5	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	04.10	
6	Комплекс ОРУ№2.(С мячами) Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	11.10	
7	Комплекс ОРУ№2.(С мячами) Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	18.10	
8	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	25.10	
9	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	08.11	
10	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	15.11	
11	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	22.11	
12	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	29.11	
13	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	06.12	
14	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	13.12	
15	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ№5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности	20.12	
16	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ№5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности	27.12	

17	Турнир по пионерболу	10.01	
18	Комплекс ОРУ№5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	17.01	
19	Комплекс ОРУ№5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	24.01	
20	Комплекс ОРУ №6 .Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	31.01	
21	Комплекс ОРУ №6 .Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	07.02	
22	Комплекс ОРУ №7. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы» Тестирование.	14.02	
23	Комплекс ОРУ №7. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы» Тестирование.	21.02	
24	Комплекс №8(с набивными мячами) Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	28.02	
25	Комплекс №8(с набивными мячами) Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	07.03	
26	Комплекс ОРУ№9 (с утяжелителями). Прыжковые упражнения. Пионербол.	14.03	
27	Комплекс ОРУ№9 (с утяжелителями). Прыжковые упражнения. Пионербол.	21.03	
28	Комплекс ОРУ №10(со скакалками. эстафеты с мячом.) Пионербол	04.04	
29	Комплекс ОРУ №10(со скакалками. эстафеты с мячом.) Пионербол	11.04	
30	Комплекс ОРУ310.Обучение составлению комплекса. Правила судейства. П.И. «Собачки» Пионербол.	18.04	
32	Комплекс ОРУ310.Обучение составлению комплекса. Правила судейства. П.И. «Собачки» Пионербол.	25.04	
33	Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.	02.05	
34	Турнир по пионерболу.	16.05	
35	Турнир по пионерболу.	23.05	