

Министерство образования Ставропольского края
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
МКОУ ООШ № 13

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Методическим объединением учителей	Заместитель директора по УВР	Директор
_____	_____	_____
Щекотихина С.А. Приказ № от «__» _____ 2023г.	Мишина Г.Н. Приказ № от «__» _____ 2023г.	Дроздова И.Н. Приказ № от «__» _____ 2023г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности «Пионербол»
для учащихся 5 класса
на 2023-2024 учебный год

Составила:

Стауне Виктория Владимировна

п.Штурм

Пояснительная записка

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игра в пионербол (по правилам волейбола)» для учащихся 5 класса составлена в соответствии с новыми стандартами второго поколения и увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Игра в пионербол для учащихся 5 класса соответствует базисному учебному плану МКОУ ООШ 13 по которому на кружковую работу по пионерболу отводится 1 учебный час в неделю (34 часа в год) и составлена на основе следующих документов:

- требования Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373;
- Закона РФ «Об образовании» (в ред. Федеральных законов от 13.01.1996 №12-ФЗ, от 16.11.1997 №144 –ФЗ от 13.02.2002 №20-ФЗ и т.д.) статья 12 п.1 статья 26 п.1,2;
- Письма Минобрнауки РФ от 12 мая 2012 года № 03-296 «Об образовании внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 07 сентября 2010 года №1507 – р «Об утверждении плана действий по модернизации общего образования на 2011 – 2015 годы».

Общая характеристика учебного предмета

Кружковая работа по пионерболу входит в образовательную область «Физическая культура».

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта основного общего образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по пионерболу (по правилам волейбола) для учащихся основной школы предусматривает следующие образовательные цели и задачи:

Цели программы по пионерболу (по правилам волейбола) направлены:

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе общения, занятий.

Задачи программы по пионерболу (по правилам волейбола) направлены:

- приобретение учащимися общеобразовательных знаний о физической культуре, понимания её значения в жизнедеятельности человека;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышению работоспособности;
- формирование средствами физической культуры нравственных качеств у детей;
- совершенствование у учащихся жизненно-важных умений и навыков, относящихся к физической культуре:

- развитие у учащихся основных физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- использование факторов отбора (критерии, методы, организацию) для дальнейшей спортивной ориентации в области пионербола и волейбола;
- освоение учащимися физических упражнений из видов спорта, включенных в учебную программу (гимнастика, легкая атлетика и др.), а также подвижных игр и технических действий игры в пионербол;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;
- привитие учащимся потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Пионербол (по правилам волейбола) - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в начальной 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.

Круглогодичные занятия пионерболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствует физической закалке, повышает сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия.

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 приемы, 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. 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.

Содержание программного материала

1. Основы знаний о физической культуре и спорте.
2. Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом.
3. Общая физическая подготовка.
4. Специальная физическая подготовка.
5. Контрольные и тестовые упражнения.
6. Медицинский контроль.
7. Мониторинг.

В разделе «**Основы знаний о физической культуре и спорте**» представлен материал, который" дает начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел «**Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**» знакомит учащихся с основными правилами техники безопасности, при организации занятий физической культурой и спортом.

Раздел «**Общая физическая подготовка**» содержит материал, реализация которого формирует у младших школьников общую культуру движений, укрепляет их здоровье, содействует развитию и совершенствованию умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучения младших школьников основным техническим приемам игры в Пионербол (по правилам волейбола). В этом разделе учитель имеет право самостоятельно подбирать игровые задания.

Раздел «**Контрольные и тестовые упражнения**» содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и физическую готовность учащихся.

В разделе «**Медицинский контроль**» медицинским учреждением представлен материал для осуществления контроля за здоровьем учащихся.

Раздел «**Мониторинг**» содержит материал, позволяющий учителю иметь возможность следить за физическим состоянием учащихся.

Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучения волейболу. В дальнейшем обучении каждый год циклически повторяет предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышением физической и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносила радость и удовольствие

Требования к уровню подготовленности учащихся

***В результате изучения Пионербола (по правилам волейбола)
ученик должен:***

знать/понимать:

- историю развития Пионербола;
- о месте и значении игры в системе физического воспитания;
- о структуре рациональных движений в технических приёмах игры;
- правила игры;
- правила безопасности игры.

овладеть:

- теоретическими сведениями, основными приёмами техники и тактики игры.

приобрести:

- навык участия в игре и организации самостоятельных занятий.

уметь:

- выполнять основные приёмы техники - исходные положения, перемещения, подачи, приёмы мяча, технику нападения и защиты; организовать и провести самостоятельные занятия по Пионерболу (по правилам волейбола).

Календарно-тематическое планирование по пионерболу.

№ п/п	Тема занятия	Содержание учебного материала	Кол.– во часов	Дата проведения	
				план	факт
1	Техника безопасности на занятиях пионерболом. Подвижные игры.	Инструкция по технике безопасности. Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование.	1		
2 - 5	Правила игры. Переходы. Приём мяча.	Комплекс ОРУ №1 (с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте.	4		
6 -7	Приёмы мяча. Подачи.	Комплекс ОРУ №2. (с мячами). Приёмы мяча: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	2		
8 - 10	Подачи. Опрос по правилам игры.	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	3		
11 - 14	Правила формирования команд. Виды подач.	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	4		

15 - 16	Подготовка к турниру. Пионербол.	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ №5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности.	2		
17	Турнир по пионерболу	Турнир по пионерболу	1		
18 - 19	Техника атаки. Пионербол.	Комплекс ОРУ №5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	2		
20 - 21	Пионербол с блокированием	Комплекс ОРУ №6. Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	2		
22 -23	Техника защиты. Тестирование.	Комплекс ОРУ №7. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы» Тестирование.	2		
24 - 25	Техника быстрой атаки. Пионербол.	Комплекс №8 (с набивными мячами). Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	2		
26 - 27	Развитие физических	Комплекс ОРУ №9 (с утяжелителями).	2		

	качеств. Пионербол.	Прыжковые упражнения. Пионербол.		
28 - 29	Развитие физических качеств. Пионербол.	Комплекс ОРУ №10 (со скакалками). Эстафеты с мячом. Пионербол	2	
30 - 32	Правила судейства. Пионербол.	Комплекс ОРУ № 10. Обучение составлению комплекса. Правила судейства. Игра «Собачки». Пионербол.	3	
33	Подготовка к турниру. Тестирование.	Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.	1	
34	Турнир по пионерболу.	Турнир по пионерболу.	1	