
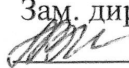
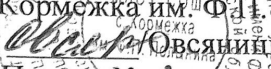


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с.Кормежка имени Ф.П. Польшина»
Балаковского района Саратовской области

<p>«Согласовано» Руководитель ШМО  /Воронова Н.Г./ Протокол № 1 от « 30 » 08 2024г.</p>	<p>«Согласовано» Зам. директора по ВР  /Исаева Л.В./ « 28 » 08 2024г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МАОУ СОШ с.Кормежка им. Ф.П. Польшина  Овсянникова Г.А./ Приказ № 2 от 2024г.</p>
--	--	--



Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности

кружок

«Пионербол»

Для обучающихся – 5-6 классов
Срок реализации – 1 год
Режим работы: - 1 час в неделю.
Программа разработана: учителем
Белов Р.С.

2. Пояснительная записка

Направление рабочей программы

Программа кружка «Пионербол» для 5-6 классов помогает ориентировать образовательный процесс на общеинтеллектуальное развитие и воспитание обучающихся, достижение планируемых результатов освоения содержания учебных предметов среднего общего образования и формирование универсальных учебных действий.

Актуальность, педагогическая целесообразность

Актуальность - курса внеурочной деятельности по пионерболу 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.

Цель: обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол с дальнейшим применением их в игровой деятельности.

Задачи:

- сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;
- содействовать укреплению здоровья, развитию физических качеств;
- воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде.

Возраст детей, участвующих в реализации программы – 12-13 лет.

Срок реализации программы – 1 год.

Формы, режим занятий, способы определения результативности

Ведущей формой организации занятий является групповая. Наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу, т.е. 34 часа в год.

Методы отслеживания (диагностики) успешности овладения учащимися содержанием программы:

- Педагогическое наблюдение.

-Педагогический анализ результатов бесед, участия в конкурсах, активности обучающихся на занятиях.

Программа кружка «Пионербол» для 5-6 классов помогает ориентировать образовательный процесс на общеинтеллектуальное развитие и воспитание обучающихся, достижение планируемых результатов освоения содержания учебных предметов среднего общего образования и формирование универсальных учебных действий.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы кружка

Личностные результаты:

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятиях для укрепления здоровья, для успешной учебы и социализации в обществе.

— умение пользоваться справочными источниками для понимания и получения дополнительной информации.

Содержание программы

-«**Основы знаний о физической культуре и спорте**» - 1ч.

-«**Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**»- 1ч.

- «**Общая физическая подготовка**»- 13ч.

- «**Специальная физическая подготовка**»-13ч.

- «**Контрольные упражнения**»- 6ч.

Формы организации внеурочной деятельности:

-фронтальная работа;

-групповая работа

-индивидуальная работа.

Виды учебной деятельности учащихся:

1.Регулятивные действия: целеполагание , планирование, прогнозирование, контроль, коррекция т оценка.

2.Коммуникативные действия: умение слушать, работать в группе, слушать собеседника, обращаться за помощью, формулировать собственное мнение.

3.Познавательная деятельность: формулировать цели, выбирать наиболее эффективные способы решения в зависимости от конкретных условий.

Тематическое планирование

№ УРОКА	Наименование раздела, тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	Фактически
1.	«Основы знаний о физической культуре и спорте». Определение понятий: физическая культура, спорт. Игра «Перестрелка».	1	04.09	
2.	«Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом». Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.	1	11.09	
3.	«Общая физическая подготовка». Перемещение по площадке. Переход. Перемещение приставным шагом. Игра «Гонка мячей».	1	18.09	
4.	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Бег на 5м, 10м.	1	25.09	
5.	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку. Бег на 5м, 10м.	1	02.10	
6.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Челночный бег.	1	09.10	
7.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м. Перемещение приставным шагом.	1	16.10	

	Челночный бег.			
8.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м. Игра «Мяч по кругу», «Передача мячей в шеренге».	1	23.10	
9.	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом. Челночный бег.	1	06.11	
10.	Подача мяча. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом. Игра «Кто дальше?».	1	13.11	
11.	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	1	20.11	
12.	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Бег на 5м, 10м. Игра «Передал - садись».	1	27.11	
13.	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. Игра «Передал - садись».	1	04.12	
14.	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места. Игра по упрощённым правилам.	1	11.12	
15.	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места. Эстафета с мячом.	1	18.12	

	«Специальная физическая подготовка».		25.12	
16.	Приём подачи, передача к сетке. Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам.	1		
17.	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.	1	08.01	
18.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам.	1	15.01	
19.	Приём подачи, передача к сетке. Подача мяча. Игра по упрощённым правилам.	1	22.01	
20.	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	1	29.01	
21.	Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Эстафета с мячом.	1	05.02	
22.	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	12.02	
23.	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.	1	19.02	
24.	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд.	1	26.02	

	Закрепление способов перемещения. Одиночный и двойной блок. Учебная игра по упрощенным правилам.			
25.	Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой. Прием мяча после подачи. Игра по упрощенным правилам.	1	05.03	
26.	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление нападающего броска со второй линии. Закрепление приема мяча от сетки.	1	12.03	
27.	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление нападающего броска со второй линии. Закрепление приема мяча от сетки.	1	19.03	
28.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами.	1	02.04	
29.	«Контрольные упражнения». Бег 50м, прыжки со скакалкой. Игра «Перестрелка».	1	09.04	
30.	Бег 100м. Отжимания. Игра «Кто дальше».	1	16.04	
31.	Бег 100м. Игра «Пионербол».	1	23.04	
32.	Прыжки в длину. Бег 100м. Игра «Пионербол».	1	30.04	
33.	Прыжки со скакалкой. Бег 30м. Игра «Пионербол».	1	07.05	
34.	Подведение итогов. Игра «Пионербол».	1	14.05	