

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
МАОУ «Гимназия № 35»



УТВЕРЖДЕНА

Директор

Никандрова Е.А.
Приказ № 165 -од от «28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Пионербол»
для обучающихся 3-4 классов

Екатеринбург 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пионербол» (далее - программа) разработана в соответствии со следующими документами:

1. Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. с изменениями и дополнениями.
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно--эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
4. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов (утверждена Президентом РФ 03.04.2012г. № Пр-827).
5. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. №И).
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 №48226).
7. Приказ Минобрнауки РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
8. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»
9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 02.12.2015 № 02-01-82/10468.
10. Устав МОАУ гимназии № 35.

Рабочая программа курса «Пионербол» ориентирована на учащихся 3-4 классов. Тематическое планирование рассчитано на 2 учебных часа в неделю, что составляет 68 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.

Педагогическая целесообразность программы:

- учет возрастных особенностей детей 10-11 лет;
- обеспечение заинтересованности ребенка в образовательной деятельности, как в части ее содержания, так и в части формы; игровые методы, круговые методы, индивидуальные методы.
- проявление уважения и внимания к ребёнку, его деятельности, результатам его деятельности;
- забота о комфорте и сбережении здоровья ребёнка в процессе обучения.

Цель: создание условий для личностного и интеллектуального развития учащихся, формирование общей культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в пионербол.

Задачи:

- 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.

Форма организации деятельности: очная, групповая (15 человек).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование двигательных действий, составляющих содержание подвижных игр и игры в пионербол;
- овладение навыками самостоятельной организации и проведения подвижных игр и игры в пионербол;
- развивать умение взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх и игры в пионербол;
- формировать умение оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

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 подвижные и спортивные игры;
- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»;
- выполнять правила игры в пионербол, владеть основными техническими приёмами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом.

Получат возможность 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.

СПОСОБЫ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

- Педагогическое наблюдение за деятельностью детей.
- Педагогический анализ результатов в игровых действиях.

Полученный результат отражен в документальной форме – аналитической справке по итогам мероприятий.

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 - 4 класс

№	Темы	Часы	Форма занятий	Место	Форма контроля
1	Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх». Тестирование	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
2	Правила игры. Переходы. Прием мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
3	Приемы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
4	Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
5	Правила формирования команд. Виды подач.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
6	Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
7	Техника атаки. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
8	Техника атаки. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
9	Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
10	Пионербол с блокированием. Игра «мяч вверх».	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
11	Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы».	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
12	Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
13	Прыжковые упражнения. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
14	Эстафеты с мячом, со скакалками. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение

15	Обучение составлению комплекса. Правила судейства. Игра «Собачки». Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
16	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
17	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
18	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
19	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
20	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
21	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
22	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол. Передачи мяча.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
23	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол. Передачи мяча.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
24	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
25	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Пионербол.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
26	Нижняя подача с 3-4 м. Передача в парах через сетку. Эстафета.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
27	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
28	Прием мяча 2 руками сверху. Передвижения в стойке. Эстафета. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение

29	Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча в парах. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
30	Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча в парах. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
31	Блокирование нападающего броска. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
32	Блокирование нападающего броска. Учебная игра.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
33	Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Развитие двигательных качеств.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение
34	Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. подача мяча.	2	Групповая	Спортзал	Наблюдение

Перечень учебной литературы для учителя:

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха. 1-4классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/ В.И.Лях – 2-е изд. - М., Просвещение, 2012 г.

Перечень учебной литературы для учащихся:

Физическая культура: 3-4 класс: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/ Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – 2-е изд., испр. – М.: Вентана-Граф, 2016.

Литература:

- 1 Белоножкина О.В., Егунова Г.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград 2007
- 2 Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993
- 3 Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991
- 4 Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов /Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011г.
- 5 Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998
- 6 Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000 - N 41-42. - С. 5,17.

Цифровые образовательные ресурсы

<http://www.drofa.ru/>

<http://www.cvartplus.ru/>

<http://www.uchitel-izd.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<https://nsportal.ru/>

<https://infourok.ru/>

<https://multiurok.ru/>

<https://www.maam.ru/>

<https://rutube.ru/>

<https://урок.пф/>

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Площадка игровая волейбольная; скакалка; палка гимнастическая; мячи: баскетбольный, теннисный, малый мяч (мягкий), волейбольные; скамейка гимнастическая; стенка гимнастическая.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371001

Владелец Никандрова Елена Александровна

Действителен с 19.01.2026 по 19.01.2027