

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



Никандрова Е.А.
Приказ 82-од от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Пионербол»
5 класс

Екатеринбург, 2023

1. 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:

Обучающиеся 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.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

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.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 -6 класс

№	Темы	Количество часов	Форма занятий
1	Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх». Тестирование	2	Групповая
2	Правила игры. Переходы. Прием мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре.	2	Групповая
3	Приемы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол.	2	Групповая
4	Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол.	2	Групповая
5	Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2	Групповая
6	Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности.	2	Групповая
7	Техника атаки. Пионербол.	2	Групповая
8	Техника атаки. Пионербол.	2	Групповая

9	Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	2	Групповая
10	Пионербол с блокированием. Игра «мяч вверх».	2	Групповая
11	Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы».	2	Групповая
12	Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	2	Групповая
13	Прыжковые упражнения. Пионербол.	2	Групповая
14	Эстафеты с мячом, со скакалками. Пионербол.	2	Групповая
15	Обучение составлению комплекса. Правила судейства. Игра «Собачки». Пионербол.	2	Групповая
16	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая
17	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая
18	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол.	2	Групповая
19	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол.	2	Групповая
20	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая
21	Передачи мяча по кругу. Нижняя подача. Учебная игра.	2	Групповая
22	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол. Передачи мяча.	2	Групповая
23	Верхние передачи в тройках. Учебная игра. Пионербол. Передачи мяча.	2	Групповая
24	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Пионербол.	2	Групповая

25	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Пионербол.	2	Групповая
26	Нижняя подача с 3-4 м. Передача в парах через сетку. Эстафета.	2	Групповая
27	Передвижение в стойке. Прием мяча 2-мя руками сверху. Учебная игра.	2	Групповая
28	Прием мяча 2 руками сверху. Передвижения в стойке. Эстафета. Учебная игра.	2	Групповая
29	Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча в парах. Учебная игра.	2	Групповая
30	Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча в парах. Учебная игра.	2	Групповая
31	Блокирование нападающего броска. Учебная игра.	2	Групповая
32	Блокирование нападающего броска. Учебная игра.	2	Групповая
33	Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Развитие двигательных качеств.	2	Групповая
34	Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча.	2	Групповая

Перечень учебной литературы для учителя:

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И.Лях – 2-е изд. - М., Просвещение, 2012 г.

Перечень учебной литературы для учащихся:

1 Физическая культура. Учебник. 5-7 класс. Виленский М.Я., Торочкова Т.Ю., Туревский И.М. под редакцией Виленского М.Я., Издательство: М., Просвещение, 2013

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.
- 7 Советова Е.В. Оздоровительные технологии в школе. Ростов- на- Дону, 2006

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/>

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 2241331179433258965477892812032749152869128105

Владелец Никандрова Елена Александровна

Действителен с 13.10.2022 по 13.10.2023