

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Покровская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Ветчинкина К.Ф. Волоконовского района Белгородской области»

**«РАССМОТРЕНО»**

На МО учителей  
начальных классов  
Руководитель МО

 Белоусова Ю.Н.

Протокол № 1  
от «30» 08 2023 г.

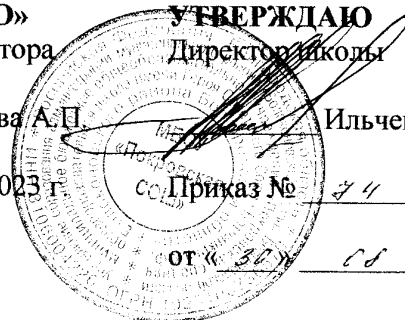
**«СОГЛАСОВАНО»**  
Заместитель директора

 Ситникова А.П.

«30» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы



Ильченко С.П.

СО. Приказ № 74

от «30» 08 2023 г.

## Рабочая программа внеурочной деятельности

### «Пионербол»

для обучающихся 2 класса

(Занятия направленные на удовлетворение потребностей обучающихся в физическом развитии)

Разработала: Хухрянская Марина Петровна,  
учитель начальных классов  
МБОУ «Покровская СОШ»

Покровка 2023

## Пояснительная записка

**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 - **волейболу**.

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.

Программа по внеурочной деятельности «Пионербол» для 2 класса начальной школы общеобразовательных учреждений основывается на курсе «Физическая культура», что является составной частью программы по физической культуре для 1-11 классов под общей редакцией В.И. Ляха в утверждённой министерством образования и науки (2007 год), в соответствии с требованиями федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Программа рассчитана на 34 урока в году (1 раз в неделю).

### Цели и задачи программы

#### Цели программы:

- обеспечение прав и возможностей учащихся начальных классов 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 общеобразовательной школы 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;
- освоение учащимися физических упражнений из видов спорта, включенных в учебную программу (гимнастика, легкая атлетика и др.).
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;
- привитие учащимся потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом.

## **Общая характеристика**

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.

На ступени начального образования следует обеспечить детям с учетом их потребностей физиологическую норму двигательной активности, необходимую для нормального развития основных систем организма и моторики растущего человека. Во втором классе учащиеся знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

## **Планируемые результаты**

### **Универсальные результаты:**

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Личностные результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты:**

- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками игру в пионербол и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры пионербол;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## Содержание курса внеурочной деятельности

Программа состоит из шести разделов:

1. Основы знаний о физической культуре и спорте.
2. Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом.
3. Общая физическая подготовка (ОФП).
4. Специальная физическая подготовка.
5. Контрольные и тестовые упражнения.
6. 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»** (ОФП) 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 (лёгкая атлетика, гимнастика).

В разделе **«Специальная физическая подготовка»** представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучения школьников основным техническим приемам игры в волейбол, баскетбол. 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.

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

Принципы - от простого к сложному, от знакомого к неизвестному - на которых строятся учебные занятия, дают возможность последовательно обучать учащихся новым, более сложным двигательным действиям.

Качество учебного процесса во многом зависит от правильного распределения учебных занятий в течение года, для чего необходимо составить годовой план их проведения.

Главной целью планирования является - создание предпосылок для начального обучения волейболу, баскетболу и развитию основных видов движений. В дальнейшем обучении каждый год циклически повторяет предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышением физических и двигательных возможностей организма.

### Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Содержание учебного материала	Дата	
		по плану	фактически
1	Инструкция по технике безопасности. Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх». Тестирование.	07.09.2023	
2-5	Комплекс ОРУ (с мячами). Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте.	14.09.2023 21.09.2023 28.09.2023 05.10.2023	
6-7	Комплекс ОРУ (с мячами). Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол.	12.10.2023 19.10.2023	
8-10	Комплекс ОРУ. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол.	26.10.2023 09.11.2023 16.11.2023	
11-14	Комплекс ОРУ. Правила формирования команд. Виды подач. Игра «Пионербол».	23.11.2023 30.11.2023 07.12.2023 14.12.2023	
15-16	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ. Формирование команд. Игра «Пионербол». Инструкция по технике безопасности.	21.12.2023 28.12.2023	
17	Турнир по пионерболу.	11.01.2024	
18-19	Комплекс ОРУ. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх».	18.01.2024 25.01.2024	
20-21	Комплекс ОРУ. Пионербол с блокированием. Игра «Собачки».	01.02.2024 08.02.2024	
22-23	Комплекс ОРУ. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы». Тестирование.	15.02.2024 22.02.2024	
24-25	Комплекс ОРУ (с набивными мячами). Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	29.02.2024 07.03.2024	
26-27	Комплекс ОРУ (с утяжелителями). Прыжковые упражнения. Пионербол.	14.03.2024 21.03.2024	
28-29	Комплекс ОРУ (со скакалками). Эстафеты с мячом. Пионербол.	04.04.2024 11.04.2024	
30-32	Комплекс ОРУ. Обучение составлению комплекса. Правила судейства. Игры «Собачки», «Пионербол».	18.04.2024 25.04.2024	
33	Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.	16.05.2024	
34, 35	Турнир по пионерболу.	23.05.2024	

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся:**

- Дети должны владеть мячом на достойно высоком уровне.
- Освоить технику игры в пионербол.
- У детей выявятся улучшения показателей координации движений, выносливости, быстроты, ловкости, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры.
- Школьники овладеют технико-тактическими действиями с мячом: передача мяча, бросок мяча через сетку, подача мяча, блокирование, разучат индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом.
- Учатся понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила.

## **Ожидаемые результаты:**

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.
2. Включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.
5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе

## **Методическое обеспечение реализации программы кружка спортивных игр:**

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов под ред. В.И. Ляха., А.А. Зданевича, 2005 г.; Я.Т. Гаврих, 2009 г.

Раздел 3. X-XI классы.

Часть I. п.1.4.2. Спортивные игры М.: «Просвещение», 2005 г.

Программный материал по спортивным играм (X-XI классы)

Часть III. Внеклассная работа. Спортивные секции. Пионербол.

(Авторы программы: доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации, 2008 г.