

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Первомайская средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО

На заседании
Педагогического совета
СОШ»

Протокол №1
Л.А.

От 29.08.2025г.
29.08.2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР

_____ Коновалова Т.В.

29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
«Первомайская

_____ Рощупкина

Приказ №174 от

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПИОНЕРБОЛ»**

Для учащихся 3-4 классов

с. Первомайское, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Пионербол» составлена в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы, начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования; с учетом авторской программы курса Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова «Внеурочная деятельность» учащихся: и учебным планом начального общего образования МБОУ «Первомайская СОШ». Курс реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления. Программа данного курса рассчитана на один год обучения. Учебный план МБОУ «Первомайская СОШ» предусматривает проведение занятий в 3-4 классе 68 часов в год (2 часа в неделю).

Цель программы: создание наиболее благоприятных условий для формирования у учащихся, отношения к здоровому образу жизни

1. Содержание курса внеурочной деятельности.

Программа курса 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.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Универсальными компетенциями учащихся по курсу « Пионербол» являются:

- 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.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- 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;
- трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Пионербол» являются следующие умения:

- 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, инвентаря и оборудования, во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности;
- 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;
- 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Пионербол» являются следующие умения:

- 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, во время игры в пионербол.
- 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.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Дата	Факт
1.	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Основные положения правил игры в пионербол.	01.09	
2.	Разметка площадки. Стойка игрока Перемещение по площадке.	03.09	
3.	Перемещение по площадке. Переход.	08.09	
4.	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.	10.09	
5.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения.	15.09	
6.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Перемещение приставным шагом.	17.09	
7.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Игра «Мяч по кругу», «Передача мячей в шеренге»	22.09	
8.	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах.	24.09	
9.	Подача мяча. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом. Игра «Кто дальше?»	29.09	
10.	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения.	01.10	
11.	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Игра «Передал - садись»	06.10	
12.	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. Игра «Передал - садись».	08.10	
13.	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища.	13.10	

	Передача мяча через сетку с места. Игра по упрощённым правилам.		
14.	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.	15.10	
15.	Закрепление стойки игрока на месте и в движении. Игра по упрощённым правилам.	20.10	
16.	Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Игра по упрощённым правилам.	22.10	
17.	Упражнения на координацию. Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. Игра по упрощённым правилам.	27.10	
18.	Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам.	05.11	
19.	Приём подачи, передача к сетке. Чередование перемещений. Игра по упрощённым правилам.	10.11	
20.	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.	12.10	
21.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. Подача мяча.	17.10	
22.	Приём подачи, передача к сетке. подача мяча. Игра по упрощённым правилам.	19.10	
23.	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.	24.10	
24.	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Эстафета с мячом.	26.10	
25.	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Нападающий бросок с первой линии.	01.12	
26.	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи.	03.12	
27.	Нападающий бросок. Приём подачи, передача к сетке. подача мяча. Игра по упрощённым правилам.	08.12	
28.	Обучение блокированию. Блокирование нападающего броска. Игра по упрощённым правилам.	10.12	
29.	Приём подачи, передача к сетке. Блокирование нападающего броска. Игра по упрощённым правилам.	15.12	
30.	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Учебная игра по упрощённым правилам.	17.12	

31.	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.	22.12	
32.	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Учебная игра по упрощенным правилам.	24.12	
33.	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Учебная игра по упрощенным правилам.	29.12	
34.	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперед. Одиночный и двойной блок. Учебная игра по упрощенным правилам.	12.01	
35.	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперед. Учебная игра по упрощенным правилам.	14.01	
36.	Нападающий бросок. Прием подачи, передача к сетке. Подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	19.01	
37.	Подача мяча по зонам. Игра по упрощенным правилам.	21.01	
38.	Учебно-тренировочная игра. Прием мяча после подачи.	26.01	
39.	Прием мяча после подачи. Игра по упрощенным правилам.	28.01	
40.	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	02.02	
41.	Блокирование нападающего броска с передачи. Подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	04.02	
42.	Обучение приему мяча от сетки. Закрепление нападающего броска. Игра по упрощенным правилам.	09.02	
43.	Прием мяча от сетки. Закрепление нападающего броска. Игра по упрощенным правилам.	11.02	
44.	Закрепление нападающего броска. Прием и передача мяча снизу. Игра.	16.02	
45.	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление приема мяча от сетки. Игра.	18.02	
46.	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление нападающего броска со второй линии. Закрепление приема мяча от сетки.	25.02	
47.	Прием мяча в падении. Передача мяча. Учебно-тренировочная игра.	02.03	
48.	Прием мяча в падении. Передача мяча. Закрепление приема мяча от сетки. Игра.	04.03	
49.	Прием мяча в падении. Передача мяча. Прием мяча с подачи.	11.03	
50.	Прием мяча в падении. Передача мяча. Прием мяча с подачи. Игра.	16.03	
51.	Закрепление приема передачи. Взаимодействие игроков.	18.03	

	Приём мяча на месте и после перемещения.		
52.	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков. Учебно-тренировочная игра.	23.03	
53.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами.	25.03	
54.	Прием мяча в падении. Передача мяча. Учебно-тренировочная игра.	06.04	
55.	Обучение действиям игрока в защите. Приём мяча с подачи. Закрепление технических приёмов. Формирование навыков командных действий.	08.04	
56.	Формирование навыков командных действий. Игра.	13.04	
57.	Закрепление приема мяча с подачи, от сетки. Подачи. Игра.	15.04	
58.	Действия игроков в защите. Формирование навыков командных действий.	20.04	
59.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию. Закрепление технических приёмов в защите.	22.04	
60.	Закрепление технических приёмов в защите. Подача и прием с подачи. Учебная игра.	27.04	
61.	Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию. Учебная игра.	29.04	
62.	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Учебная игра.	04.05	
63.	Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения. Учебная игра.	06.05	
64.	Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка. Упражнения с набивными мячами.	13.05	
65.	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи. Учебная игра.	18.05	
66.	Закрепление тактических действий при выполнении подач и передач. Судейство.	19.05	
67.	Учебно-тренировочная игра. Судейство.	20.05	
68.	Учебная игра по правилам соревнований. Судейство.	25.05	

Итого: 68часов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 11658132350595754882249227326788119953424450954

Владелец Рощупкина Людмила Анатольевна

Действителен с 04.12.2024 по 04.12.2025