

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Саратовской области
Комитет по образованию администрации
Энгельсского муниципального района
МОУ "СОШ п. Коминтерн"

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР М.В. Крук



М.В. Крук



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Т.И. Гончарова

№236 от «31» 08.2023 г.

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности
спортивная секция «Пионербол»**

Уровень среднего общего образования
Срок освоения: 2 года (5-6 классы)

Составитель: Ахахина А.Ю., учитель

п. Коминтерн 2023

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Пионербол» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, в 5—6 классах.

Пионербол (по правилам волейбола) - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в 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 в волейбол.

В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

Актуальностью 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.

Цели программы:

формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Задачи программы:

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;

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;

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Возраст детей, участвующих в реализации программы 11-13 лет.

Сроки реализации программы -1 год обучения, занятия проводятся - 1 раз в неделю

Количество часов: 34

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка.

Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в Федеральной программе воспитания;

- ориентации школьников на подчёркиваемую Федеральной программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;

- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации деятельности обучающихся, воспитательное значение которых отмечается в Федеральной программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими подростками деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

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:

- формирование двигательных действий, составляющих содержание подвижных игр и игры в пионербол;
- овладение навыками самостоятельной организацией 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.

Содержание курса внеурочной деятельности

1. Основы знаний о физической культуре и спорте.
2. Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом.
3. Общая физическая подготовка.
4. Специальная физическая подготовка.
5. Контрольные и тестовые упражнения.
6. Медицинский контроль.
7. 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*» 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.

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

В разделе «*Медицинский контроль*» медицинским учреждением представлен материал для осуществления контроля за здоровьем учащихся.

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

Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучение волейболу. В дальнейшем обучении каждый гол циклически повторяет предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышение физической и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносили радость и удовольствие

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Кол. час.	Темы	Содержание материала	Дата проведения	
				план	факт
№1	1	Правила игры в пионербол.	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.	04.09	
№2	1	Предупреждение травматизма	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	11.09	
№3	1	Перемещение по площадке	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	18.09	
№ 4-7	4	Броски мяча	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку. Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров». Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м	25.09 02.10 09.10 16.10	
№ 8-12	5	Подача мяча	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Подача мяча. Упражнения с набивным мячом. Подача мяча. Приём мяча после подачи Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	23.10 13.11 20.11 27.11 04.12	
№13	1	Приём мяча	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.	11.12	
№ 14-16	3	Передача мяча	Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.	18.12 25.12 15.01	
№ 17-18	2	Перемещение	Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам.	22.01 29.01	
№19	1	Приём подачи	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.	05.02	
№20	1	Игра по упрощённым правилам	Игра по упрощённым правилам с заданиями.	12.02	
№21	1	Тестирование	Контроль выполнения подачи мяча.	19.02	

№ 22- 27	6	Нападающий бросок	<p>Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.</p> <p>Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.</p> <p>Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП.</p> <p>Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Нападающий бросок со второй линии. Прыжки.</p> <p>Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.</p>	<p>26.02</p> <p>04.03</p> <p>11.03</p> <p>18.03</p> <p>01.04</p> <p>08.04</p>	
№ 28- 30		Блокирование	<p>Обучение блокированию.</p> <p>Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.</p> <p>Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов.</p>	<p>15.04</p> <p>22.04</p> <p>27.04</p>	
№ 31- 34	4	Учебно-тренировочная игра	<p>Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Упражнения с набивными мячами.</p> <p>Учебно-тренировочная игра с самостоятельным судейством.</p> <p>Учебно-тренировочная игра с самостоятельным судейством.</p>	<p>06.05</p> <p>13.05</p> <p>20.05</p>	