

**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа предмета по дополнительному образованию «Пионербол» разработана на основании:

-федерального компонента государственного стандарта общего образования;

- ООП МБОУ «Новомарьясовская СОШ-И»;

- в соответствии с требованиями Федерального компонента Государственного стандарта начального общего образования второго поколения на основе рабочих программ по физической культуре1-4кл., авторы: В.И.лях, М.Просвещение 2011.

Программа спортивной секции «Пионербол» предназначена для оздоровительной работы с детьми, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Данная программа представляет собой вариант программы внеурочной деятельности школьников 4 классов. За основу взята программа из методического пособия «Примерные программы внеурочной деятельности» начальное и основное образование под редакцией В.А. Горского.

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание уроков строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

Цели:

1. Освоение школьниками основных социальных норм, необходимых для полноценного существования в современном обществе, а первую очередь это нормы ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддерживания физического, психического и социального здоровья.

2. Развитие позитивного отношения школьников к базовым ценностям современного российского общества – человек, здоровье, природа, труд, семья, Отечество.

3. Приобретение младшими школьниками нового ценностно-окрашенного социального опыта, на основании которого они смогли бы в будущем выстраивать собственное социальное поведение.

Задачи:

1. Мотивировать младших школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности.

2. Обучать младших школьников способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности.

3. Помочь младшим школьникам в осуществлении ими самостоятельных занятий

Реализация данной цели связана с решением следующих задач:

•​ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма во внеурочное время;

•​ совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

•​ формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;

•​ развитие и повышение интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

•​ обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленность.

Согласно базисного учебного плана внеурочной деятельности и учебного графика работы школы, программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю. Занятия проводятся в спортивном зале для одновозрастной группы 10-11 лет. Итоги реализации программы спортивные мероприятия, соревнования.

**2. Планируемые результаты.**

Образовательные: - Познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта баскетболом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований; - Углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие: - Укреплять опорно-двигательный аппарат детей; - Способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм; - Целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка. - Расширение спортивного кругозора детей.

Воспитательные: - Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения; - Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом; - Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников

**3.Содержание.**

* Введение. Техника безопасности. Правила игры пионербол. Особенности игры пионербол.
* Подготовка к спортивной игре пионербол. Проведение общеразвивающих упражнений. Проведение специальных подводящих упражнений.
* Особенности спортивной игры пионербол. Значение выполнения ОРУ, специальных подводящих упражнений. Значение соблюдения правил спортивной игры пионербол. Особенности техники игры с волейбольным мячом.
* Понятие о здоровом образе жизни. Значение и организация самоконтроля на занятиях в школе и дома. Общие гигиенические требования к режиму дня. Значение и способы закаливания. Понятие о здоровом образ жизни.
* Элементы волейбола в игре пионербол. Нижняя прямая подача. Усложнение приёмов игры.
* Подготовка и проведение соревнований. Задачи спортивных соревнований и их значение в подготовке и развитии спортсмена. Подготовка к соревнованиям. Требования к спортивной форме. Правила проведения соревнования. Заявка. Приветствие.

.

**4. Календарно – тематический план**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Тема занятия | Дата  по плану | Дата  по факту |
| 1.​ | Техника безопасности на занятиях. Введение. Правила игры пионербол. Броски и ловля мяча. Двухсторонняя игра пионербол. | 02.09 |  |
| 2.​ | Особенности спортивной игры пионербол. Бросок мяча одной и двумя руками. Двухсторонняя игра пионербол. | 09.09 |  |
| 3.​ | Перемещения на игровом поле. Бросок мяча одной и двумя руками. Двухсторонняя игра пионербол. | 16.09 |  |
| 4.​ | Подготовка к спортивной игре. ОРУ, специальные подводящие упражнения. Бросок мяча одной и двумя руками. Двухсторонняя игра пионербол. | 23.09 |  |
| 5.​ | Специальные подводящие упражнения. Бросок мяча одной и двумя руками. Двухсторонняя игра пионербол. | 30.09 |  |
| 6.​ | Понятие о здоровом образе жизни. Перемещения на игровом поле. Бросок мяча одной и двумя руками. Соревнование по пионерболу. | 07.10 |  |
| 7.​ | Бросок мяча одной и двумя руками. Двухсторонняя игра пионербол. | 14.10 |  |
| 8.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №2. Двухсторонняя игра пионербол. | 21.10 |  |
| 9.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №2. Двухсторонняя игра пионербол. | 11.11 |  |
| 10.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №2. Двухсторонняя игра пионербол. | 18.11 |  |
| 11.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №4. Двухсторонняя игра пионербол. | 25.11 |  |
| 12.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №4. Двухсторонняя игра пионербол. | 02.12 |  |
| 13.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №4. Двухсторонняя игра пионербол. | 09.12 |  |
| 14.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №6. Двухсторонняя игра пионербол. | 16.12 |  |
| 15.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №6. Двухсторонняя игра пионербол. | 23.12 |  |
| 16.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №6. Двухсторонняя игра пионербол. | 13.01 |  |
| 17.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке из зоны №6. Двухсторонняя игра пионербол. | 20.01 |  |
| 18.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол. | 27.01 |  |
| 19.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол. | 03.02 |  |
| 20.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 10.02 |  |
| 21.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 17.02 |  |
| 22.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 24.02 |  |
| 23.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 03.03 |  |
| 24.​ | ОРУ, специальные подводящие упражнения. Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 10.03 |  |
| 25.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 17.03 |  |
| 26.​ | Бросок мяча двумя руками из-за головы в прыжке. Двухсторонняя игра пионербол. | 31.03 |  |
| 27.​ | Подготовка к соревнованию по спортивной игре пионербол. Двухсторонняя игра пионербол на три касания, последние в прыжке. | 07.04 |  |
| 28.​ | Элементы волейбола в пионерболе. Нижняя прямая подача. Игра пионербол с элементами волейбола (подача). | 14.04 |  |
| 29.​ | Элементы волейбола в пионерболе. Нижняя прямая подача. Игра пионербол с элементами волейбола (подача). | 21.04 |  |
| 30.​ | Элементы волейбола в пионерболе. Нижняя прямая подача. Игра пионербол с элементами волейбола (подача). | 28.04 |  |
| 31.​ | Элементы волейбола в пионерболе. Нижняя прямая подача. Игра пионербол с элементами волейбола (подача). | 05.05 |  |
| 32.​ | Тестирование по пионерболу. | 12.05 |  |
| 33.​ | Совершенствование приемов в двухсторонней игре пионербол. | 19.05 |  |
| 34.​ | Совершенствование приемов в двухсторонней игре пионербол. | 26.05 |  |