

Приложение

к программе внеурочной деятельности,
утвержденной приказом директора школы №57/6 от 31.08.17

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования
Спортивной секции «Пионербол»**

*для учащихся 2-4 классов
2017-2018 учебный год
педагога дополнительного образования
Алексеевой Елены Анатольевны*

Г. Приозерск

2017 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Игра в пионербол» для 2-4 классов общеобразовательных учреждений основывается на курсе «Физическая культура», что является составной частью «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича..М.: Просвещение - 2008 в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта начального и общего образования, М.: «Дрофа»- 2004, соответствует базисному учебному плану МОУ СОШ№ 4, принятому 31 августа 2017 года, по которому на кружковую работу по пионерболу (по правилам волейбола) отводится 1 учебный час в неделю во 2-4 классах.

Кружковая работа по пионерболу (по правилам волейбола) входит в образовательную область «Физическая культура».

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта начального и основного общего образования по физической культуре предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по пионерболу (по правилам волейбола) для учащихся начальной и основной школы предусматривает следующие образовательные цели и задачи:

Цели программы по пионерболу (по правилам волейбола) направлены:

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактику плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выработку устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе общения, занятий.

Задачи программы по пионерболу (по правилам волейбола) направлены:

- 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;
- использование факторов отбора (критерии, методы, организацию) для дальнейшей спортивной ориентации в области футбола;

- освоение учащимися физических упражнений из видов спорта, включенных в учебную программу (гимнастика, легкая атлетика и др.), а так же подвижных игр и технических действий игры в футбол;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;
- привитие учащимся потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом.

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 в волейбол.

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.

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.

Содержания программного материала

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 повышением физической и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносили радость и удовольствие

Календарно-тематическое планирование по пионерболу (по правилам волейбола)

№занятия	Тема занятия	Содержание учебного материала	Количество часов	дата
1,2	Инструкция по технике безопасности	Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование.	2	05.09 12.09
3,4	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры.	Комплекс ОРУ№1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий.	2	19.09 26.09

5,6	Комплекс ОРУ №2.(С мячами) Правила игры	Комплекс ОРУ №2.(С мячами) Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	2	03.10 10.10
7,8	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Игра «Три касания».	Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	2	17.10 24.10
9-10	Комплекс ОРУ №4 Виды подач	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2	31.10. 14.11
11, 12	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ №5	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ №5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности	2	21.11 28.11
13,14	Турнир по пионерболу	Турнир по пионерболу	2	05.12 12.12
15,16.	Комплекс ОРУ №5. Игра «Мяч вверх»	Комплекс ОРУ №5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	2	19.12. 26.12
17,18	Комплекс ОРУ №6 Пионербол с блокированием.	Комплекс ОРУ №6 .Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	2	
19,20	Комплекс ОРУ №7. Игра «Вышибалы»	Комплекс ОРУ №7. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы» Тестирование.	2	
21,22	Комплекс №8(с набивными мячами) Техника быстрой атаки.	Комплекс №8(с набивными мячами) Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.	2	
23,24	Комплекс ОРУ №9 (с	Комплекс ОРУ №9 (с	2	

	утяжелителями). Пионербол.	утяжелителями). Прыжковые упражнения. Пионербол.		
25-26	Комплекс ОРУ №10(со скакалками. эстафеты с мячом.	Комплекс ОРУ №10(со скакалками. эстафеты с мячом. Пионербол	2	
27-28	Комплекс ОРУ310.Обучение составлению комплекса. Правила судейства	Комплекс ОРУ310.Обучение составлению комплекса. Правила судейства. П.И. «Собачки» Пионербол.	2	
29-30	Комплекс ОРУ310.Обучение составлению комплекса. Правила судейства	Подвижные игры.»Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование	2	
31-32		Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.	2	
33-34		Турнир по пионерболу.	2	
		Всего	34	

