

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2 ИМЕНИ КАВАЛЕРА ТРЕХ ОРДЕНОВ  
ВОИНСКОЙ СЛАВЫ П.Д.ЩЕТИНИНА»  
г. ЕНИСЕЙСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**  
8 (39195) 2 – 31 – 66, факс 8 (39195) 2- 33 – 16, E –mail: [schoolno2@mail.ru](mailto:schoolno2@mail.ru)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

\_\_\_\_\_ Кирьянова М.В.

Приказ №0111084 от

«30» августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. Директора по УВР

\_\_\_\_\_ Боярченко М.В.

«30» августа 2024 г.

РАССМОТРЕНО:

на заседании МО

протокол № \_\_\_\_\_ от

«30» августа 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности «Пионербол» для обучающихся 5 классов

г. Енисейск

2024 - 2025 учебный год

## Пояснительная записка

Примерная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Пионербол» для 5 класса составлена на основе

- требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к результатам освоения основной программы основного общего образования (Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», от 31.05.2021»)
- основной образовательной программы общего образования МБОУ СШ №2 имени П.Д. Щетинина

### Цель программы:

- удовлетворять биологические потребности учащихся в движении;
- научить учащихся игре в пионербол;

### Задачи программы:

- укреплять здоровье учащихся, способствовать их правильному физическому развитию;
- воспитывать у учащихся необходимые морально-волевые и физические качества;
- прививать учащимся организаторские навыки;
- научить учащихся владеть мячом на достойно высоком уровне;
- Освоение техники игры в пионербол, способствование совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности;
- развивать координацию движений, выносливость, быстроту ловкость, умение ориентироваться на площадке, находить удобное место для ведения игры;
- формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: передача мяча, бросок через сетку, подача мяча, разучить индивидуальную тактику. Умение выбирать более целесообразные способы и ситуации действий с мячом;
- учить учащихся понимать сущность коллективной игры с мячом, цель и правила;
- воспитывать умение подчинять свою деятельность сознательно поставленной цели.
- воспитывать умение играть коллективно, подчинять собственные желания интересам коллектива, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Пионербол» предназначена для реализации в 5 классе общей школы и рассчитана на 33 часа (при 1 часе в неделю).

## Содержание курса внеурочной деятельности

№	Наименование разделов	Характеристика основных
---	-----------------------	-------------------------

уроков	и тем	видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Техника безопасности во время занятия спортом. Цели и задачи курса.	<p><b>П:</b> ознакомление с ролью и значением занятий физкультурой.</p> <p><b>Р:</b> уметь принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре.</p> <p><b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.</p>
2.	Профилактика плоскостопия. Ходьба на носках, пятках. Игра в пионербол.	<p><b>П:</b> ознакомление с правилами игры в пионербол.</p> <p><b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре.</p>
3.	Техника бега с низкого старта. Челночный бег. Подвижная игра. Игра в пионербол.	<p><b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.</p>
4.	Техника бега с высокого старта. Спортивная эстафета. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	<p><b>Л:</b> давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.</p>
5.	Прыжки на одной, двух ногах. Прыжки соскалкой. Игра в пионербол.	<p><b>П:</b> ознакомление с разновидностью прыжков и соответствующих видов спорта.</p>
6.	Прыжки в длину с места. Игра в пионербол.	<p><b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений.</p>
7.	Прыжки в высоту с места. Игра в пионербол.	<p><b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.</p>
8.	Спортивные эстафеты с элементами прыжков. Игра в пионербол.	<p><b>Л:</b> стремятся одержать победу в спортивной игре; дают адекватную позитивную самооценку.</p>
9.	Броски мяча из-за головы.	<p><b>П:</b> ознакомление с техникой</p>

	Игра в пионербол.	бросков мяча из-за головы.
10.	Упражнения с волейбольным мячом. Игра в пионербол.	<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей.
11.	Броски мяча в баскетбольную корзину Игра в пионербол.	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности; задавать вопросы; контролировать действия партнера;
12.	Броски мяча через волейбольную сетку. Игра в пионербол.	использовать речь для регуляции своего действия;
13.	Правила игры в пионербол. Игра в пионербол.	взаимодействовать со сверстниками в игре.  <b>Л:</b> стараться овладеть техникой метания мяча, проявлять познавательный интерес к новой игре.
14.	Отработка ползания по пластунски. Игра в пионербол.	<b>П:</b> ознакомление с техникой ползания и лазания.
15.	Отработка лазания по гимнастической стенке Игра в пионербол.	<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений.
16.	Упражнения в висе на шведской стенке. Игра в пионербол.	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
17.	Спортивная эстафета с элементами ползания и лазания. Игра в пионербол.	<b>Л:</b> стремятся одержать победу в спортивной игре; дают адекватную позитивную самооценку.
18.	Игра в пионербол.	<b>П:</b> повторение правил игры в пионербол.
19.	Прыжки на одной ноге. Игра в пионербол.	<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений.
20.	Гимнастические упражнения на равновесие. Игра в пионербол.	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
21.	Игра в пионербол.	<b>Л:</b> стремятся одержать победу в игре; дают адекватную пози-

		тивную самооценку.
22.	Строевые упражнения, построения и перестроения. Игра в пионербол.	<b>П:</b> ознакомление с понятием «ориентирование».
23.	Игра в пионербол.	<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений.
24.	Игра в пионербол.	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
25.	Игра в пионербол.	<b>Л:</b> стремятся одержать победу в игре; дают адекватную позитивную самооценку.
26.	Спортивная эстафета.	
27.	Упражнения в вися на гимнастической стенке. Игра в пионербол.	<b>П:</b> ознакомление с техникой выполнения упражнений в вися.
28.	Гимнастические упражнения. Группировка, кувырок вперёд. Игра в пионербол.	<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре.
29.	Упражнения с гимнастической палкой. Игра в пионербол.	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
30.	Упражнения с мячами. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	<b>Л:</b> давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.
31.	Игра в пионербол	<b>П:</b> повторение правил игры пионербол.
		<b>Р:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре.
32.	Игра в пионербол	<b>К:</b> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
33.	Игра в пионербол	<b>Л:</b> Давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.

## Планируемые результаты курса внеурочной деятельности

Рабочая программа направлена на достижение планируемых результатов освоения курса внеурочной деятельности на уровне начального общего образования.

### Личностные результаты

Программа призвана обеспечить достижение обучающимися личностных результатов в области физического воспитания:

- формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия;
- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде;
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

### Метапредметные результаты (в соответствии со спецификой курса внеурочной деятельности)

Универсальные учебные познавательные действия согласно ФГОС НОО предполагает формирование и оценку у обучающихся следующих групп умений:

#### 1) базовые логические действия:

- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

#### 2) базовые исследовательские действия:

- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями согласно ФГОС НОО предполагает формирование и оценку у обучающихся следующих групп умений:

#### 1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

#### 2) совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учётом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями согласно ФГОС НОО предполагает формирование и оценку у обучающихся следующих групп умений:

1) самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач в учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:* соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

**Метапредметные результаты:**

**В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:**

- проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.

**В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:**

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат.

**В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:**

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;
- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

**Предметные результаты:**

- организовывать со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать правила техники безопасности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в вариативных условиях.

**Формы внеурочной деятельности (формы проведения занятий) в соответствии с данной программой следующие:**

- соревнования;
- игры.

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
(1 час в неделю)**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов всего	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное теоретическое занятие.	1	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-po-meram-bezopasnosti">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-po-meram-bezopasnosti</a>
2	Игры, упражнения с элементами ходьбы и бега. Правила игры в пионербол.	3	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/10/20/kartoteka-podvizhnyh-igr-s-hodboy-i-begom-dlya-detey">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/10/20/kartoteka-podvizhnyh-igr-s-hodboy-i-begom-dlya-detey</a>
3	Игры, упражнения с элементами прыжков. Игра в	4	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/26/podvizhnye-igry-s-pryzhkami">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/26/podvizhnye-igry-s-pryzhkami</a>

	пионербол.		
4	Игры, упражнения с мячом. Игра в пионербол.	5	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/02/18/igry-i-uprazhneniya-s-myachom">https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/02/18/igry-i-uprazhneniya-s-myachom</a>
5	Ползание и лазание. Игра в пионербол.	4	<a href="https://infourok.ru/tehnika-lazanya-vidi-lazanya-metodika-obucheniya-3362418.html">https://infourok.ru/tehnika-lazanya-vidi-lazanya-metodika-obucheniya-3362418.html</a>
6	Игры, упражнения развивающие равновесие. Игра в пионербол.	4	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/07/01/igry-i-uprazhneniya-v-ravnovesii">https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/07/01/igry-i-uprazhneniya-v-ravnovesii</a>
7	Игры, упражнения развивающие ориентирование. Игра в пионербол.	5	<a href="https://multiurok.ru/files/igry-i-uprazhneniia-na-orientirovku-v-prostranstve.html">https://multiurok.ru/files/igry-i-uprazhneniia-na-orientirovku-v-prostranstve.html</a>
8	Гимнастические упражнения. Игры с элементами гимнастики. Игра в пионербол.	4	<a href="https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-s-eliementami-ghimnastiki.html">https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-s-eliementami-ghimnastiki.html</a>
9	Игры на свежем воздухе. Игра в пионербол.	3	<a href="https://www.pravmir.ru/60-igr-na-svezhem-vozdruhe/">https://www.pravmir.ru/60-igr-na-svezhem-vozdruhe/</a>

### Календарно – тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов	Контрольные работы
1.	Техника безопасности во время занятия спортом. Цели и задачи курса.	Беседа	1	
2	Профилактика плоскостопия.	Спортивное занятие.	1	

	Ходьба на носках, пятках. Игра в пионербол.	Игра.		
3	Техника бега с низкого старта. Челночный бег. Подвижная игра. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
4	Техника бега с высокого старта. Спортивная эстафета. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
5	Прыжки на одной, двух ногах. Прыжки соскакалкой. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
6	Прыжки в длину с места. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
7	Прыжки в высоту с места. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
8	Спортивные эстафеты с элементами прыжков. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
9	Броски мяча из-за головы. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
10	Упражнения с волейбольным мячом. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
11	Броски мяча в баскетбольную корзину. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	

12	Броски мяча через волейбольную сетку. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
13	Правила игры в пионербол. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
14	Отработка ползания по пластунски. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
15	Отработка лазания по гимнастической стенке Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
16	Упражнения в вися на шведской стенке. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
17	Спортивная эстафета с элементами ползания и лазания. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
18	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	1
19	Прыжки на одной ноге. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
20	Гимнастические упражнения на равновесие. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
21	Игра в пионербол.	Игра	1	1
22	Строевые упражнения, построения и перестроения.	Спортивное занятие. Игра.	1	

	Игра в пионербол.			
23	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
24	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
25	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
26	Спортивная эстафета.	Спортивное занятие. Игра.	1	1
27	Упражнения в висе на гимнастической стенке. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
28	Гимнастические упражнения. Группировка, кувырок вперёд. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
29	Упражнения с гимнастической палкой. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
30	Упражнения с мячами. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	1	
31	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	1	
32	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	1	
33	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	1	

## Методические материалы для учителя

- Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2015. - N 41-42. - С. 5,17.
- Внеурочная деятельность учащихся (ФГОС) авторы: Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. М. 2011.
- Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М. Просвещение, 2010
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура, Упражнения и игры с мячами: Методическое пособие, Москва «Издательство НЦ ЭНАС», 2017. (Портфель учителя).

### Цифровые образовательные ресурсы

- <https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html>
- <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnykh-igr-dlya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-klass-3653822.html>
- <https://multiurok.ru/files/sbornik-podvizhnykh-igr-dlia-mladshikh-shkolnikov.html>
- <https://multiurok.ru/files/raboचाia-programma-pionerbol-2-4-klassy.html>

### Материально – техническое обеспечение образовательного процесса

- мячи
- волейбольная сетка