

Отдел образования Администрации Семикаракорского района
Муниципальное бюджетное Общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 им.А.А.Араканцева
г. Семикаракорска»

Принято:

На заседании педагогического
совета МБОУ СОШ №2
от 26 мая 2023 года
Протокол от «22» мая 2023 г.
№11



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Пионербол»

Уровень программы: ознакомительный

Вид программы: модифицированная

Тип программы: разноуровневая

Возрастная категория: от 10 до 13 лет

Срок реализации программы: 1 год (70 ч)

Состав группы: до 25 человек

Форма обучения: очная

ID-номер программы в Навигаторе _____

Составитель: педагог дополнительного образования

Мачуло Ирина Сергеевна

Семикаракорск

2023

Оглавление

№п/п	Раздел	Страницы
I. РАЗДЕЛ КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ		
1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.1	Направленность и вид программы	4
1.2	Новизна, актуальность и целесообразность программы	5
1.3	Отличительные особенности программы	5
1.4	Адресат программы	5
1.5	Уровень программы, объем и сроки реализации	6
1.6	Форма обучения	6
1.7	Особенности организации образовательного процесса	6
1.8	Режим занятий	7
2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	7
2.1	Цель программы	7
2.2	Основные задачи программы	7
3	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
3.1	Учебный план	8
3.2	Содержание учебного плана	12
4	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	11
II. РАЗДЕЛ КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ		
1	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	12
2	Формы подведения итогов и оценочные	20

	материалы	
3	Оценочные материалы, диагностический инструментарий	20
4	Методическое обеспечение программы.	20
5	Условия реализации программы	22
5.1	Кадровое обеспечение	22
5.2	Материально-техническое обеспечение	22
5.3	Информационное обеспечение	23
6	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	24
6.1	Нормативно-правовые документы	24
6.2	Информационные источники для педагога	26
6.3	Информационные источники для детей и родителей	27
7	ПРИЛОЖЕНИЕ	30-32

I. РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1.1 Направленность и вид программы

Образовательная программа «Пионербол» составлена в соответствии с требованиями к программам дополнительного образования. На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной, гармонически развитой личности

Программа секции «Пионербол» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Основными направлениями деятельности учебно-спортивной работы являются:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
- воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;
- участие в соревнованиях.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

Вид программы – модифицированная .

Уровень – ознакомительный

1.1.2 Новизна, актуальность и целесообразность программы

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность. (формы, методы и средства)

Данная программа педагогически целесообразна , так как ее реализация способствует развитию :

положительного отношения учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Данная программа педагогически целесообразна , так как ее реализация способствует:

- формированию первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека;

- формированию навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием. Величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств;
- взаимодействию со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований.

Данная программа педагогически целесообразна , так как ее реализация учит: - *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.

- *проговаривать* последовательность действий.
- учит *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, учит *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- учит совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Актуальность программы определяется запросом со стороны детей и родителей.

Актуальность предлагаемой программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей, а также определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы спортивно оздоровительного развития школьников.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в пионербол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

1.1.3 Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной дополнительной общеобразовательной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы и в мощном акценте на технической и тактической подготовке игроков, а также 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.

Существуют похожие программы «Подвижные игры» - составитель Хлебинская Светлана Анатольевна (уч. нач. кл. высшей категории).

Отличия от данной программы: в возрасте учащихся, структуре программы, в тематическом планировании, в сроках реализации)

И программа доп. обр. «Пионербол» - составитель Азиатцева Лариса Валерьевна уч. первой категории г. Новокузнецк.

Отличия : в пояснительной записке, структуре и содержании программы. Схожесть в целях и задачах.

1.1.4 Адресат программы

Программа курса «Пионербол» составлена для детей 10-13 лет. В объединение принимаются все желающие дети, прошедшие медицинский осмотр. Медицинский контроль состояния здоровья детей осуществляется каждый год. Допускается дополнительный набор обучающихся.

1.1.5 Уровень программы, объем и сроки реализации

- ознакомительный, объем- 70 часов, срок освоения программы 9 месяцев

1.1.6 Форма обучения - очная

1.1.7 Особенности организации образовательного процесса

Программа по спортивно-оздоровительному направлению «Пионербол» предназначена для учащихся 4-7 классов.

Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

1.1.8 Режим занятий

Занятия проходят 2 раза, время занятий 40 минут, 10 минут перерыв.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1.2.1 Цель программы

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

1.2.2 Задачи программы:

Воспитывающие-

Формировать средствами физической культуры нравственные качества у обучающихся;

Формировать у обучающихся жизненно-важные умения и навыки относящиеся к физической культуре:

Обучающие –

Обучать обучающихся простейшим способам самоконтроля при физической нагрузке;

- обучать технике и тактике игры в пионербол, начальным навыкам судейства;

Развивающие –

Развитие у обучающихся основных физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;

Развивать у обучающихся потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

1.3.1 Учебный план

№ п/п	Темы	Количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
I.	Основы знаний	4	4	.

	Понятие о технике и тактике игры	1	1	
	Правила игры в пионербол	1	1	
	Предупреждение травматизма	1	1	
	Правила соревнований	1	1	
II.	Специальная физическая подготовка	11		11
III.	Технические и тактические приемы	53		
	Подача мяча	8		9
	Передачи	8		9
	Нападающий бросок	7		7
	Блокирование	6		6
	Комбинированные упражнения	11		11
	Учебно-тренировочные игры	13		13
	Судейство игр	4		4
	Итого:	70		70

1.3.2 Содержание изучаемого материала

Материал программы разбит на разделы : основы знаний, специальная физическая подготовка , технико-тактические приемы и учебно-тренировочные игры, судейство игр.

Раздел : «Основы знаний» – 5часов

Теория - (введение)

История возникновения и развития пионербола.

Правила безопасности при занятиях пионерболом.

Правила игры.

Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.

Режим дня спортсмена.

Раздел : « Специальная физическая подготовка» – 11 часов.

Теория :

Понимать - значение таких качеств, как быстрота, ловкость, координация, выносливость.

Влияние физических упражнений на организм в целом.

Знать - какие упражнения нужно выполнять для развития того или иного качества

Практика :

Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий. По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления, челночный бег. Ускорения, повороты в беге. Имитация подачи, нападающих бросков, блока, передачи мяча. Подвижные игры «День и ночь», «Вызов номера», «Попробуй унеси».

Упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые вращения кистями, сжатие и разжимание пальцев рук. Опираясь о стену пальцами, отталкиваться. Упор лежа «циркуль» на руках, носки ног на месте. Передвижение на руках. Броски набивного мяча. Передачи баскетбольного мяча, волейбольного на дальность в парах, над собой, в стенку.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. Круговые вращения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием. Броски мяча через сетку на точность зоны.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих бросков. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке. Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель на стене или на полу. С места, с разбега, в прыжке, после поворота.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжки с подниманием рук вверх: с места, после перемещения, после поворотов. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Блок одиночный, двойной.

Упражнения для развития качеств, необходимых при технике защиты. Перемещения и стойки. Бег, ходьба, приставной шаг вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки. Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения, в падении.

I. Раздел : « Техничко-тактические приемы»– 53 часа .

II. Теория :

Правила игры в пионербол.

Значение технико – тактической подготовки в пионерболе

Практика:

1. Подача мяча – 8 часов

- техника выполнения подачи;
- прием мяча;
- подача мяча по зонам, управление подачей.

2. Передачи – 8 часов

- передачи внутри команды;
- передачи через сетку;
- передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.

3. Нападающий бросок – 6 часов

- техника выполнения нападающего броска;
- нападающие броски с разных зон.

4. Блокирование – 6 часов

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

5. Комбинированные упражнения – 9 часов

- подача – прием;
- подача – прием – передача;
- передача – нападающий бросок;
- нападающий бросок – блок.

6. Раздел : « Учебно-тренировочные игры» – 12 часов.

Теория: - Беседа о взаимодействии игроков на площадке во время игры.

Практика:

- отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;
- отработка индивидуальных действий игроков;
- отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу).

7. Раздел : « Судейство игр » – 4 часа.

Теория:

- Рассказ о судействе, жестикуляционной терминологии.
- Оформления протоколов и заявок на участие в соревнованиях.

Практика:

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется общая физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

1.4 Планируемый результат .

Программа включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в пионербол. В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации, а также упражнения специальной физической подготовки детей. На занятиях с учащимися целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения и учебно-тренировочные игры,

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом, сформировать первичные навыки судейства

Раздел : основы знаний**Предметные УУД****Обучающиеся получают возможности узнать:**

- о значение пионербола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий пионерболом;
- названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей(скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по пионерболу;
- жесты судьи;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях пионерболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях пионерболом;
- играть в волейбол с соблюдением основных правил;

Раздел : специальная подготовка

Обучающийся научится:

Познавательные УУД:

- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);
- подбирать упражнения для разминки, физкультминутки, физкультпаузы (комплексы зарядки)
- принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре;
- выполнять самоанализ.

Коммуникативные УУД:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности;
- при игре адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера;
- взаимодействовать со сверстниками в игре;
- задавать вопросы.

Личностные УУД:

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается;
- готовность принять на себя ответственность;
- понимание необходимости в здоровом образе жизни

Обучающийся получит возможность научиться

Ожидаемые результаты:

- Развитие физических качеств.

- Формирование представлений о разнообразных формах проведения досуга.

В результате прохождения программного материала к концу реализации программы обучающиеся должны **знать** о

- здоровом образе жизни;
- правилах поведения на занятиях ОФП;

уметь.

- выполнять бег с прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движений;
- прыгать на месте, с продвижением вперёд и назад, левым и правым боком;
- метать мяч в цель;
- ловить, передавать и выполнять броски мяча двумя руками

Раздел : технические и тактические приемы. Ожидаемый результат.

Обучающийся получит возможность научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях пионерболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях пионерболом;
- играть в пионербол с соблюдением основных правил;

Обучающийся научится:

- Знать общие основы пионербола;
- Расширять представление о технических приемах в волейболе;
- Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку;
- Уметь играть по упрощенным правилам игры;
- Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции;
- Получить навыки технической подготовки волейболиста;
- Освоить техники перемещений, стоек волейболиста в нападении и в защите;
- Освоить технику верхних передач;
- Освоить технику передач снизу;
- Освоить технику верхнего приема мяча;
- Освоить технику нижнего приема мяча;
- Освоить технику подачи мяча снизу;

Личностные результаты освоения.

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается;
- готовность принять на себя ответственность;

- понимание необходимости в здоровом образе жизни

Метапредметными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению “пионербол” - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД.

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

Познавательные УУД.

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания. **Коммуникативные УУД.**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

Раздел – учебно – тренировочные игры и судейская практика.

Личностные УУД:

освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается;

готовность принять на себя ответственность;

умение оценивать правильность выполнения действия;

вносить необходимые коррективы в действие после его совершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок;

выполнять самоанализ.

В результате прохождения программного материала к концу реализации программы обучающиеся должны **знать** о

- технике безопасности при выполнении упражнений (ОФП)

- технике выполнения упражнений, последовательность, периодичность

уметь

владеть техническими и тактическими приемами

различать упражнения для спец. подготовки и ОФП

пользоваться правилами по Т/Б на занятиях ОФП,СФП,

Формой подведения итогов реализации программы является участие учащихся в соревнованиях по пионерболу

Учебно – тематический план				
№ п/п	Темы	Количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.

I.	Основы знаний	4	4	.
	Понятие о технике и тактике игры	1	1	
	Правила игры в пионербол	1	1	
	Предупреждение травматизма	1	1	
	Правила соревнований	1	1	
II.	Специальная физическая подготовка	11		11
III.	Технические и тактические приемы	53		
	Подача мяча	8		9
	Передачи	8		9
	Нападающий бросок	6		6
	Блокирование	6		6
	Комбинированные упражнения	10		10
	Учебно-тренировочные игры	13		13
	Судейство игр	4		4
	Итого:	68		68

Содержание изучаемого материала

Материал программы разбит на разделы : основы знаний, специальная физическая подготовка , технико-тактические приемы и учебно-тренировочные игры, судейство игр.

Раздел : «Основы знаний» – 5 часов

Теория - (введение)

История возникновения и развития пионербола.

Правила безопасности при занятиях пионерболом.

Правила игры.

Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной.

Режим дня спортсмена.

Раздел : « Специальная физическая подготовка» – 11 часов.

Теория :

Понимать - значение таких качеств, как быстрота, ловкость, координация, выносливость.

Влияние физических упражнений на организм в целом.

Знать - какие упражнения нужно выполнять для развития того или иного качества

Практика :

Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий. По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления, челночный бег. Ускорения, повороты в беге. Имитация подачи, нападающих бросков, блока, передачи мяча. Подвижные игры «День и ночь», «Вызов номера», «Попробуй унеси».

Упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые вращения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук. Опираясь о стену пальцами, отталкиваться. Упор лежа «циркуль» на руках, носки ног на месте. Передвижение на руках. Броски набивного мяча. Передачи баскетбольного мяча, волейбольного на дальность в парах, над собой, в стенку.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. Круговые вращения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием. Броски мяча через сетку на точность зоны.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих бросков. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке. Метание теннисного

мяча правой и левой рукой в цель на стене или на полу. С места, с разбега, в прыжке, после поворота.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании.

Прыжки с подниманием рук вверх: с места, после перемещения, после поворотов. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Блок одиночный, двойной.

Упражнения для развития качеств, необходимых при технике защиты.

Перемещения и стойки. Бег, ходьба, приставной шаг вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки. Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения, в падении.

III. Раздел : « Техничко-тактические приемы»– 53 часа .

IV. Теория :

Правила игры в пионербол.

Значение технико – тактической подготовки в пионерболе

Практика:

1. Подача мяча – 8 часов

- техника выполнения подачи;
- прием мяча;
- подача мяча по зонам, управление подачей.

2. Передачи – 8 часов

- передачи внутри команды;
- передачи через сетку;
- передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.

3. Нападающий бросок – 6 часов

- техника выполнения нападающего броска;
- нападающие броски с разных зон.

4. Блокирование – 6 часов

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

5. Комбинированные упражнения – 9 часов

- подача – прием;
- подача – прием – передача;

- передача – нападающий бросок;
- нападающий бросок – блок.

6. Раздел : « Учебно-тренировочные игры» – 12 часов.

Теория: - Беседа о взаимодействии игроков на площадке во время игры.

Практика:

- отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;
- отработка индивидуальных действий игроков;
- отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу).

7. Раздел : « Судейство игр » – 4 часа.

Теория:

- Рассказ о судействе, жестикуляционной терминологии.
- Оформление протоколов и заявок на участие в соревнованиях.

Практика:

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется общая физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график

программы «Пионербол» ознакомительного уровня -70часов

№ п/п	Тема занятия	Дата прове дения	Дата по факту	Кол-во часов

1.	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Инструктаж по технике безопасности во время проведения спортивных игр .. Предупреждение травматизма. Переход. Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.			1ч
2	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.			1 ч
3.	Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров». Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Беговые упр.			1 ч
4.	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. подача мяча. Упражнения с набивным мячом.			1 ч
5	Подача мяча. Приём мяча после подачи подача мяча. Упражнения для развития координации			1 ч
6	Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. ОФП.			1ч
7	Приём мяча после подачи на месте. Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию			1ч
8	Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления			1 ч
9	Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП			1 ч
10	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.			1ч
11	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.			1 ч
12	Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. Чередование перемещений. Развитие координации. Учебно – тренировочная игра.			1ч

13	Приём подачи, передача к сетке. .Игра с заданиями. Беседа по технике безопасного поведения во время проведения соревнований.			1 ч
14	ОФП. Игра в баскетбол. Игра в пионербол			1ч
15	Контроль выполнения подачи мяча.			1 ч
16	ОФП. Игра в баскетбол. Игра в пионербол.			1ч
17	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.			1 ч
18.	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП. Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.			1 ч
19.	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.			1ч
20	Обучение блокированию. Блокирование нападающего броска.			1ч
21	ОФП. Игра в баскетбол. Игра в пионербол.			1ч
22	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов. Инструктаж по Т/Б			1ч
23	ОФП. Игра в баскетбол			1ч
24.	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Учебная игра. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим.			1ч
25	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.			1ч

26	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд. Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам. Поддача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель.			1ч
27	Контроль выполнения подачи мяча. Силовая подготовка.			1ч
28	ОФП. Игра в баскетбол ,пионербол.			1ч
29.	Закрепление подачи мяча. ОФП. Соревнование .Инструктаж по Т/Б.			1ч
30	Закрепление приема мяча после подачи. Правила поведения во время работы с мячом.			1 ч
31.	Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами. Соревнование по пионерболу. Беседа по Т.Б.			1 ч
32	Приём подачи, передача к сетке. .Игра с заданиями.			1ч
33	ОФП. Игра в ручной мяч, пионербол.			1ч
34	Учебно-тренировочная игра. Прыжки через скакалку. Контроль выполнения подачи мяча.			1 ч
35	Обучение приему мяча от сетки. Прием мяча после передачи. Игра в ручной мяч.			1ч
36	Учебно-тренировочная игра. Контроль приема мяча после подачи.. Соревнования.			1ч
37	ОФП. Игра в ручной мяч, пионербол.			1ч
38	Учебно-тренировочная игра. Контроль приема мяча после подачи..			1ч
39	Блокирование нападающего броска с передачи. Эстафеты. Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.			1ч
40	ОФП. Игра в ручной мяч, пионербол.			1ч
41	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей Закрепление нападающего броска со второй линии.			1ч

42	Обучение приему мяча от сетки. Прием мяча после передачи. Игра в ручной мяч			1 ч
43	Закрепление приема мяча от сетки. Учебно-тренировочная игра. Контроль приема мяча после подачи..			1ч
44	Учебно-тренировочная игра. Контроль техники нападающего броска со второй линии.			1ч
45	Учебно-тренировочная игра. Закрепление нападающего броска. Соревнование.			1ч.
46	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков.			1ч
47	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей			1ч
48	Учебно-тренировочная игра. Контроль техники нападающего броска со второй линии. Закрепление приёма передачи.			1 ч
49	Взаимодействие игроков.			
50	Приём мяча на месте и после перемещения. Силовая подготовка.			1ч
51	Учебно-тренировочная игра. Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков.			1ч
52.	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей. ОРУ			1 ч
53	Закрепление нападающего броска со второй линии. Развитие координационных способностей			1ч
54	Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения на развитие выносливости.			1ч
55	Приём мяча на месте и после перемещения.			1ч
56	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей Закрепление нападающего броска со второй линии.			1ч
57	Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения			1ч

	на развитие выносливости. Соревнование.			
58	Приём мяча на месте и после перемещения.			1ч
59	Закрепление точной подачи мяча по зонам.			1ч
60	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей			1ч
61	Приём мяча с подачи. Упражнения с набивными мячами			1ч
62	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей			1ч
63	Учебная игра с заданиями. Инструктаж по Т/Б			1ч
64	Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения на развитие выносливости. 2.Приём мяча с подачи			1ч
65.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами. 2.Приём мяча с подачи			1ч
66	ОФП. Игра в ручной мяч в пионербол.			1ч
67	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами			1ч
68	ОФП. Игра в ручной мяч , в пионербол.			1ч
69	ОФП. Игра в ручной мяч , в пионербол.			1ч
70	Итоговое занятие			1ч

2.2 Формы подведения итогов и оценочные материалы

Формами подведения итогов реализации образовательной программы являются:

1. Анализ результатов диагностики, сдачи зачетов, нормативов.
2. Анализ результатов участия обучающихся в соревнованиях.
3. Анкетирование, тестирование, собеседование.

Основной метод диагностики уровня обученности и воспитанности детей педагогическое наблюдение и тестирование.

Уровень теоретической подготовки (текущий контроль) отслеживается методом педагогического наблюдения и тестирования.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется промежуточный и итоговый контроль.

Формы проведения итогов реализации программы:

- итоговые занятия;

Формы отслеживания фиксации образовательных результатов:

- журнал учета посещаемости;
- аналитическая справка.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- конкурсы, соревнование.

Оценочные материалы.

Текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера-преподавателя. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе учебного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала. Контроль образовательной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления образовательной деятельностью.

Управление образовательной деятельностью охватывает три стадии:

- сбор информации;
- анализ накопленной информации;
- планирование образовательной деятельности.

На каждом году обучения в рамках годичного цикла периодически необходимо:

- собирать и анализировать информацию о физическом состоянии и технико-тактическом мастерстве каждого обучающегося, психологическом состоянии, о тренировочных нагрузках и т. п.;

- сопоставлять информацию о применяемых тренировочных нагрузках с результатами, показанными обучающимися в соревновательной деятельности и мониторинге физических кондиций.

В процессе такого сопоставления определяется, какая тренировочная нагрузка оказала наибольшее влияние на совершенствование того или иного физического качества обучающегося, достаточным ли оказался объем того или иного вида нагрузки, насколько оптимально соотношение объема и направленности разных видов нагрузки и т.п.

Точность ответа на поставленные вопросы будет зависеть от классификации и способов измерения тренировочных нагрузок, применяемых в процессе подготовки обучающихся.

Если выбраны не информативные характеристики, объективно оценить тренировочную нагрузку не удастся. В этом случае нельзя эффективно управлять тренировочным процессом.

Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:

- проверяются и оцениваются результаты усвоения учебного материала во время учебного процесса;

- объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данного года обучения.

Выявление уровня освоения обучающимся, упражнений по общей физической и технической подготовке.

Формой контроля является мониторинг по общей физической и технико-тактической подготовке. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учетом возрастной категории и гендерной принадлежности обучающихся.

Промежуточная аттестация, проводится в конце учебного полугодия (декабрь, май) каждого года обучения. По итогам мониторинга второго полугодия обучающийся переводится на следующий год обучения. Промежуточная аттестация проводится каждый учебный год.

В конце шестого года (май месяц) обучения проводится итоговая аттестация.

При переводе с одного года обучения на другой, а также в конце последнего года обучения учитываются достижения и результаты обучающихся, показанные на соревновательной деятельности.

Для обучающихся входящих в состав сборных команд региона, города (федерального статуса), России, итоговая аттестация может осуществляться ранее указанных сроков окончания обучения. В зачет могут засчитываться результаты и достижения соревновательной деятельности за последние два года обучения.

За высокие спортивные достижения и результаты, показанные за период обучения, по решению педагогического совета образовательной организации обучающиеся, члены сборных команд региона и России могут быть освобождены от итоговой аттестации.

По окончании обучения по программе, выпускники получают документ установленного образца образовательной организации.

При проведении итоговой аттестации, необходимо руководствоваться Положением об итоговой аттестации образовательной организации, на базе которой проходил обучение выпускник.

Результаты мониторинга заносятся в протокол и обрабатываются в электронном виде.

2.4 Методическое обеспечение программы.

Методика работы по программе характеризуется общим поиском эффективных технологий, позволяющих конструктивно воздействовать как на развитие физических качеств подростков, на решение их индивидуально-личностных проблем, так и на совершенствование среды их жизнедеятельности. Но главным образом, на поддержку подростка, имеющего проблемы психического, социально-бытового или социально-экономического плана.

Методы, используемые в процессе обучения

Все используемые методы условно можно разделить на группы:

- методы, оценивающие и стимулирующие деятельность личности;
- методы, побуждающие и формирующие определенную деятельность, сознание личности;
- методы самовоспитания, т.е. самоуправляемого воспитания, которое подразумевает систему упражнений и тренировок.

Рассмотрим более подробно используемые методы организации деятельности по программе.

Метод убеждения – разъяснение, эмоционально-словесное воздействие, внушение, просьба.

Словесные методы – рассказ, лекция, беседа, дискуссия, опрос, этическая беседа, диспут, инструкция, объяснение.

Метод показа – демонстрация изучаемых действий, экскурсии, посещение соревнований и т.п. Может сопровождаться показом.

Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных умений, знаний и навыков.

Метод состязательности – поддержание у обучающихся интереса к изучаемому материалу, проверка на практике действенности полученных знаний и умений, демонстрация достижений обучаемых, определение ошибок и путей их исправления.

Анкетирование, опрос учащихся позволяют выяснить состояние и динамику развития личностных качеств обучающихся и определить направления дальнейшего педагогического воздействия на обучающихся.

Работа с родителями (родительские собрания, родительский комитет, индивидуальная работа) дает возможность для согласованного воздействия на обучаемого, педагогов и родителей.

Основными формами обучения являются:

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- военно-спортивные игры, конкурсы, викторины, турниры;
- встречи с ветеранами военной службы, ветеранами боевых действий;
- экскурсии.

Образовательные технологии.

Здоровье сберегающие технологии – это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников – взрослых и детей. Огромное значение в работе детских объединений имеет обучение здоровому образу жизни, активной жизни, активной жизненной позиции, приему саморегуляции и закаливания, психорегулирующей тренировке и двигательным навыкам на основе учета индивидуальных законов развития.

Технологии личностно-ориентированного обучения. В центре внимания

- личность подростка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого учащегося, помочь становлению личности путем организации познавательной деятельности.

Технология развивающего обучения является дополнением личностно-ориентированного обучения. Его цель – создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми; при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума.

Технология сотрудничества – это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной

взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

Игровые технологии. В основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности обучающихся и достижения высокого уровня освоения содержания программы.

Информационно-коммуникационные технологии. Это все технологии, использующие специальные технические средства (компьютер, аудио, кино, видео), т.е. компьютерную и информационную технику. Информационные и коммуникационные технологии (ИКТ) - это «широкий спектр цифровых техно-логий, используемых для создания, передачи и распространения информации и оказания услуг (компьютерное оборудование, программное обеспечение, телефонные линии, сотовая связь, электронная почта, сотовые и спутниковые технологии, сети беспроводной и кабельной связи, мультимедийные средства, а также Интернет)». В современной системе образования стремительно набирает скорость процесс внедрения информационно-коммуникационных технологий (ИКТ), обеспечение учебных учреждений компьютерной техникой, развитие телекоммуникаций, глобальных и локальных образовательных сетей. Это связано с тем, что информационная грамотность и культура стали залогом успешной профессиональной деятельности человека. Информационные технологии становятся неотъемлемой частью жизни современного человека. Владение ими ставится в один ряд с такими качествами, как умение читать и писать. Человек, умело, эффективно владеющий технологиями и информацией, имеет новый стиль мышления, принципиально иначе подходит к оценке возникшей проблемы, к организации своей деятельности.

2.5 Условия реализации программы.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы происходит в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Для каникулярного периода разрабатывается отдельный модуль программы.

2.5.1. Кадровое обеспечение:

Образовательный процесс по данной программе обеспечивается педагогическими кадрами, соответствующими требованиями профессионального стандарта, имеющими опыт организации деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительных общеразвивающих программ.

2.5.2 Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал.
- Волейбольная сетка.
- Мячи волейбольные.
- Мячи набивные.
- Мячи баскетбольные.
- Скакалки.

– 2.5.3 . Информационное обеспечение:

- Перечень интернет ресурсов: Министерство спорта РФ www.minsport.gov.ru
- Минобрнауки РФ <https://yandex.ru/>

2.5.4 Психологическое обеспечение.

Психологическое обеспечение программы включает в себя следующие компоненты:

- создание комфортной, доброжелательной атмосферы на занятиях;
- проведение психологического тестирования по проверке базовых и приобретённых знаний, умений и навыков;
- побуждение спортивного интереса учащихся к практической и спортивной деятельности
- применение индивидуальных, групповых и массовых форм обучения;
- разработка и подбор диагностических материалов для определения уровня удовлетворённости учащихся и их родителей дополнительными образовательными услугами.

2.6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

2.6.1 Федеральные нормативные документы

- Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023); «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее – ФЗ №273);
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 г).

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» утвержденный 30.11. 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07. 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021 г).
- Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах РФ.
- Письмо Министерства просвещения РФ от 1.08.2019 г. № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. 6 Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам от

30.11.2016 г. № 11;

– Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов, утвержденной Президентом Российской Федерации (от 3 апреля 2012 г. № Пр-827).

Указ Президента Российской Федерации « Об объявлении в Российской Федерации десятилетия детства» (№ 240 от 29 мая 2017

Региональные нормативные документы

– Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

– Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.03.2023 г. № 225 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Ростовской области».

2.6.2 Информационные источники для педагога

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях. А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2018

Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2020. - N 41-42. - С. 5,17.

2.6.2 Информационные источники для детей и родителей

1. Бесполов Д.В. Королевская крепость // журнал «Спорт в школе», 2020, № 9.

2.7 ПРИЛОЖЕНИЕ

Контрольные упражнения по ОФП и СФП

Упражнения	Обучающиеся					
	10-11 лет		12 лет		13 лет	
	м	д	м	д	м	д
20 м (сек)	4,0	4,1	3,9	4,0	3,8	3,9
Прыжки в длину с	160	150	175	165	190	175

места (см)						
Высота подскоков	36	30	40	36	44	40
30 м (сек) с ведением	5,8	6,3	5,5	6,1	5,3	5,8
Броски в цел (к-во раз)	5	5	6	6	7	7

Контрольные упражнения по технике

Возраст	10-11 лет		12-13 лет	
Обучающиеся	девочки	мальчики	девушки	юноши
Передача мяча на месте	5-6	7-8	7	7-8
Передача мяча в движении	3-5	5-6	5-6	7-8
Ловля мяча после удара ногой	5-6	6-7	5-6	7-8
Удары ногой по мячу с рук натурность	4-5	5-6	4-5	7-8
«Слалом» Секунды	24-27	21-22	23-24	19-21

Диагностическая аттестация .

Оценка практической подготовленности (средний,высокий,низкий)

Технический прием	Контрольное упражнение	Возраст, лет	Оценка					
			Мальчики			Девочки		
			высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Подача мяча	1. подача мяча <i>(из 5 попыток)</i>	10	3	2	1	3	2	1
		11	4	3	2	4	3	2
	2. подача мяча по зонам <i>(из 3 попыток)</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-
Прием мяча	1. Прием мяча после подачи (из 5 попыток)	10	4	3	2	3	2	1
		11	5	3	2	4	2	1
	2. Прием мяча от сетки <i>(из 3 попыток)</i>	10	1	-	-	1	-	-
		11	2	1	-	2	1	-
Нападающий бросок	1. Нападающий бросок с первой линии <i>(из 3 попыток)</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-
	2. Нападающий бросок со второй линии <i>(из 5 попыток)</i>	10	1	-	-	1	-	-
		11	3	2	1	2	1	-
Блокирование	Блокирование нападающего броска <i>(из 5 попыток)</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-

«Согласовано»

Зам.директора по ВР Самчук А.С.
