

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол №1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ №364
от «29» августа 2025г.
Директор ГБОУ СОШ №313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ В.Ю. Морозова

Рабочая программа
к дополнительной
общеразвивающей программе

«Пионербол»

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Разработчик:
Пикулина Алла Викторовна,
педагог дополнительного образования

Задачи

Обучающие:

- сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;
- обучение технике и тактике игры в пионербол;
- обучение умению ориентироваться на спортивной площадке.

Развивающие:

- активизация мыслительной деятельности школьников;
- тренировка логического и стратегического мышления, памяти и наблюдательности

Воспитательные:

- воспитание настойчивости, целеустремленности, уверенности и воли к победе;
- выработка у воспитанников умения применять полученные знания на практике;
- воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде.

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Техника по безопасности.

Теория: основные положения правил игры в пионербол. Нарушения, жесты судей, правила соревнований.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 2. Техничко-тактические приемы

Теория: понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма.

Практика:

1. Подача мяча - техника выполнения подачи;

- прием мяча;
- подача мяча по зонам, управление подачей.

2. Передачи

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

3. Нападающий бросок

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

4. Блокирование

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

5. Комбинированные упражнения

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

6. Учебная игра по правилам соревнований

Форма контроля: наблюдение за выполнением упражнений

Тема 3. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за учебный год.

Форма контроля: опрос обучающихся

Планируемые результаты

Предметные:

- обучение технике и тактике игры в пионербол;
- обучение умению ориентироваться на спортивной площадке;
- знать правила игры, владеть основными техническими приемами,
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом

Метапредметные :

- активизация мыслительной деятельности школьников: тренировка логического и стратегического мышления, памяти и наблюдательности.

Личностные:

- воспитание отношения к пионерболу как к серьезному и полезному занятию, имеющим спортивную и творческую направленность;
- воспитание настойчивости, целеустремленности; уверенности и воли к победе;
- выработка у воспитанников умения применять полученные знания на практике;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, чувство товарищества и коллективизма

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (Пионербол) (72 часа)

Раздел/ № занятия	Тема занятия	Количество часов		Дата
		Очно		
		план	факт	
Раздел 1	Вводное занятие. Техника по безопасности	4		

1	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.	2		04.09
2	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	2		11.09
Раздел 2	Технико-тактические приёмы	66		
3	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	2		18.09
4	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП.	2		25.09
5	Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.	2		02.10
6	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах.	2		09.10
7	Подача мяча. Приём мяча после подачи	2		16.10
8	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте.	2		23.10
9	Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	2		30.10
10	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища.	2		06.11
11	Передача мяча через сетку с места.	2		13.11
12	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам.	2		20.11
13	Игра по упрощенным правилам с заданиями.	2		27.11
14	Учебно-тренировочная игра.	2		04.12
15	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.	2		11.12
16	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	2		18.12

17	Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.	2		25.12
18	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки.	2		15.01
19	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.	2		22.01
20	Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов.	2		29.01
21	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки.	2		05.02
22	Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим.	2		12.02
23	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд.	2		19.02
24	Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам.	2		26.02
25	Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель.	2		05.03
26	Закрепление подачи мяча. ОФП.	2		12.03
27	Закрепление приема мяча после подачи.	2		19.03
28	Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами.	2		26.03
29	Учебно-тренировочная игра.	2		02.04
30	Обучение приему мяча от сетки.	2		09.04
31	Прием мяча после передачи в сетку.	2		16.04
32	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков.	2		23.04
33	Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей	2		30.04
34	Приём мяча на месте и после перемещения.	2		07.05
35	Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения	2		14.05

	на развитие выносливости.			
Раздел 3	Итоговое занятие	2		
36	Итоговое занятие. Учебная игра по правилам соревнований	2		21.05

ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
Протокол №1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕН

Приказ №364
от «29» августа 2025г.
Директор ГБОУ СОШ №313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
В.Ю. Морозова

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
04.09.2025	21.05.2026	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа