**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Свердловской области**

**Управление образования Администрации**

**Сысертского муниципального округа**

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 7» с. Патруши

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  На педагогическом совете  Протокол № 1 от 29.08.2025г. |  | УТВЕРЖДЕНО  Директором МАОУ СОШ № 7  В.П. Мингалева  Приказ№ 190-ОД от 29.08. 2025 г. |

 РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«ПИОНЕРБОЛ»**

Срок освоения: 2 года

Возраст обучающихся: 9-11лет (3-4 классы)

Разработчик:

Блинова Алена Александровна

учитель физической культуры

Патруши 2025

**Пояснительная записка**

**Направленность программы.**

Данная программа по внеурочной деятельности имеет физкультурно - спортивную направленность и ориентирована на развитие интереса к занятиям физическими упражнениями посредством включения в игровую деятельность, способствующих развитию спортивных способностей.

Настоящая программа по пионерболу разработана с учетом учебных стандартов и требований следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» No 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. (ред. от 14.07.2022 с изменениями, внесенными в Федеральный закон от 31.07.2020 No304-ФЗ «О внесении изменений в Федерадьный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», ст.2 п.9; с изменениями, вст. в силу с 25.07.22, ст.75;

- Приказом Министерства просвещения РФ No 467 от 03.09.2019 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 No 678-р); - Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

**Адресат программы.**

Программа ориентирована на обучающихся3 - 4 классов (9-11 лет), учащихся с особыми образовательными потребностями.

**Актуальность программы** заключается в том, что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей, а также обусловлена проблемой развития функциональных и физических качеств школьников, а проблема обусловлена тем, что при существующих нагрузках в режиме дня двигательная активность неуклонно снижается, отсюда чревато многими последствиями для здоровья растущего поколения.

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.

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.

Игра в пионербол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности.

**Уровень освоения:** общекультурный.

**Объем и срок освоения:**

1 год обучения – 1 раз в неделю по 2 часа, 72 часа в год, 36 занятий.

2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часа в год, 72 занятия.

**Цель** образовательной программы - обучение детей игре в пионербол в доступной для них форме и для успешного освоения спортивной игры волейбол.

**Задачи:**

**Обучающие задачи:**

-учить играть в «Пионербол», соблюдая правила игры;

- овладение основами техники и тактики игры в пионербол, начальные навыки судейства;

-приобретение учащимися знаний о физической культуре, понимания её значения в жизнедеятельности человека;

-освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;

**Развивающие задачи:**

- развитие физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, сила) и укрепление здоровья обучающихся;

- совершенствование двигательных способностей и навыков;

- повышение уровня физической работоспособности как основа физического совершенствования;

**Воспитательные задачи:**

-формировать у детей интерес и увлеченность к занятиям с мячом;

- воспитание волевых качеств личности обучающегося;

- воспитание коммуникативных качеств, умение взаимодействовать в команде, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

**Организационно-педагогические условия реализации программы:**

**Язык реализации:** государственный язык РФ (русский).

**Форма обучения:** очная.

**Условия приема на обучение:** принимаются все желающие одного возраста, имеющие медицинское разрешение от врача. Количество обучающихся в группе – 15 человек.

**Формы организации занятий:**

|  |  |
| --- | --- |
| Фронтальная | Работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение) |
| Групповая | Организация работы в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности. |
| Индивидуальная | Организуется для работы с одаренными детьми или для коррекции пробелов в знаниях, умениях и отработки отдельных навыков. |
| Целостно-игровая | Построена на учебной двухсторонней игре в пионербол по правилам. |
| Контрольные занятия | Выполнение контрольных упражнений (двигательных заданий) для получения данных об уровне технико-тактической подготовленности обучающихся. |

**Формы проведения занятий:** теоретическая, практическая, комбинированная, соревновательная.

**Форма организации деятельности, обучающихся на занятиях:** фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);

групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в парах; группы могут выполнять одинаковые или разные задания.

**Материально- техническое оснащение:**

Подбор оборудования для занятий определяется задачами программой. Количество инвентаря определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

1. Сетка волейбольная

2. Гимнастические маты

3. Гимнастическая стенка

4. Мячи волейбольные

5. Скакалки

6. Спортивный зал, спортивная площадка

**Кадровое обеспечение программы**: учитель физической культуры.

**Планируемые результаты освоения программы:**

**Личностными результатами**освоения, являются следующие умения:

-моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

-проявлять быстроту и ловкость во время игры;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

-управлять эмоциями в процессе игровой деятельности.

**Метапредметными результатами**освоения, являются следующие умения:

- характеризовать действия и поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- технически правильно выполнять двигательные действия и использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами**освоения являются следующие умения:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;

- приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;

- освоение умения оказывать первую медицинскую помощь при легких травмах.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**1 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля /аттестации |
| Всего | Теория | Практика |
| I. | Основы знаний. Правила игры в пионербол. Техника безопасности. | 2 | 1 | 1 | Устный опрос |
| II. | Общая физическая подготовка. | 10 | 1 | 9 | Педагогическое наблюдение, контрольные нормативы |
| III | Специальная физическая подготовка | 14 | 1 | 13 | Педагогическое наблюдение, контрольные нормативы |
| IV | Технико-тактические приемы. | 36 | 1 | 35 | контрольные нормативы, учебные игры |
| V | Учебно-тренировочные игры | 10 | 1 | 9 | Педагогическое наблюдение |
|  | ИТОГО: | 72 ч | 5 ч | 67 ч |  |

**Содержание программы обучения:**

**Тема 1:** Основы знаний. Правила игры в пионербол. Техника безопасности. – 2 часа.

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы. График занятий. Задачи на учебный период.

**Практика:** Правила игры в пионербол. Понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма. Нарушения, жесты судей, правила соревнований.

**Форма контроля:** устный опрос

**Тема 2:** Общая физическая подготовка. – 10 часов.

**Теория:** Понятие о общей физической подготовке. Цели ОФП.

**Практика:** Строевые упражнения, гимнастические упражнения, легкоатлетические упражнения, метание.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

**Тема 3:** Специальная физическая подготовка. – 14 часов.

**Теория:** Понятие о специальной физической подготовке, цели и задачи СФП.

**Практика:** Упражнения для развития навыков быстроты, упражнения для развития прыгучести, упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча, упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча, выполнении нападающих бросков и блокировании.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

Тема 4: Технико-тактические приемы. – 36 часов.

**Теория:** знания о технике и тактике игры.

**Практика:** Подача мяча, передачи мяча, нападающий бросок, блокирование, комбинированные упражнения, контрольные и тестовые упражнения.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

Тема 5: Учебно-тренировочные игры. – 10 часов.

**Теория:** знания о правилах игры.

**Практика:** отработка навыков взаимодействия игроков на площадке, отработка индивидуальных действий игроков, отработка групповых действий игроков.

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

1 года обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов | | | Дата занятия |
| всего | теория | практика |
| 1 | Правила игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Инструктаж по Т.Б | 2 | 1 | 1 |  |
| 2 | Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, в стенку, через сетку | 2 | 1 | 1 |  |
| 3 | Броски и ловля мяча на месте. Бег на 5м, 10м. Перемещение приставным шагом | 2 | 1 | 1 |  |
| 4 | Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом. | 2 | 1 | 1 |  |
| 5 | Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Бег с остановками и изменением направления | 2 | 1 | 1 |  |
| 6 | Упражнения на координацию. Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. | 2 | 1 | 1 |  |
| 7 | Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места. | 2 | 1 | 1 |  |
| 8 | Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук | 2 | 1 | 1 |  |
| 9 | Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам | 2 | 1 | 1 |  |
| 10 | Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам. | 2 | 1 | 1 |  |
| 11 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. Контроль выполнения подачи мяча. | 2 | 1 | 1 |  |
| 12 | Обучение нападающему броску. Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок | 2 | 1 | 1 |  |
| 13 | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Развитие скоростно-силовых качеств. | 2 | 1 | 1 |  |
| 14 | Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения. | 2 | 1 | 1 |  |
| 15 | Обучение блокированию. Блокирование нападающего броска. | 2 | 1 | 1 |  |
| 16 | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Прыжки с подниманием рук с места | 2 | 1 | 1 |  |
| 17 | Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим | 2 | 1 | 1 |  |
| 18 | Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд. Учебная игра по упрощенным правилам. | 2 | 1 | 1 |  |
| 19 | Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. Закрепление подачи мяча. | 2 | 1 | 1 |  |
| 20 | Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой Контроль приема мяча после подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 21 | Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Развитие силовой выносливости. | 2 | 1 | 1 |  |
| 22 | Блокирование нападающего броска с передачи. Эстафета | 2 | 1 | 1 |  |
| 23 | Обучение приему мяча от сетки. Закрепление нападающего броска | 2 | 1 | 1 |  |
| 24 | Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление приема мяча от сетки | 2 | 1 | 1 |  |
| 25 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 26 | Прием мяча в падении. Передача мяча. Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей. | 2 | 1 | 1 |  |
| 27 | Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков. Приём мяча на месте и после перемещения. | 2 | 1 | 1 |  |
| 28 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами. | 2 | 1 | 1 |  |
| 29 | Приём мяча с подачи. Закрепление технических приёмов. Формирование навыков командных действий | 2 | 1 | 1 |  |
| 30 | Обучение действиям игрока в защите. Закрепление приема мяча с подачи, от сетки. | 2 | 1 | 1 |  |
| 31 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию | 2 | 1 | 1 |  |
| 32 | Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию. Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения. | 2 | 1 | 1 |  |
| 33 | Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи. Закрепление тактических действий при выполнении подач и передач | 2 | 1 | 1 |  |
| 34 | Учебно-тренировочная игра. Челночный бег. | 2 | 1 | 1 |  |
| 35 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 36 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
|  | ИТОГО: | 72 ч | 36 ч | 36 ч |  |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**2 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля /аттестации |
| Всего | Теория | Практика |
| I. | Основы знаний. | 6 | 3 | 3 | Устный опрос,тесты |
| II. | Общая физическая подготовка. | 30 | 15 | 15 | Педагогическое наблюдение контрольные нормативы |
| III. | Специальная физическая подготовка | 40 | 20 | 20 | Педагогическое наблюдение контрольные нормативы |
| IV. | Технико-тактические приемы. | 54 | 27 | 27 | Педагогическое наблюдение, соревнования |
| V. | Учебно-тренировочные игры | 14 | 7 | 7 | Педагогическое наблюдение |
|  | ИТОГО: | 144ч | 72ч | 72ч |  |

**Содержание программы обучения:**

**Тема 1:** Основы знаний. Правила техники безопасности, правила игры, организация и проведение соревнований. – 6 часов.

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Организационные вопросы. Форма одежды. График занятий. Задачи на учебный период.

**Практика:** Правила игры в пионербол. Понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма. Нарушения, жесты судей, правила соревнований.

**Форма контроля:** устный опрос

**Тема 2:** Общая физическая подготовка. – 30 часов.

**Теория:** Понятие о общей физической подготовке. Цели и задачи ОФП.

**Практика:** Строевые упражнения, гимнастические упражнения, легкоатлетические упражнения, метание.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

**Тема 3:** Специальная физическая подготовка. – 40 часов.

**Теория:** Понятие о специальной физической подготовке, цели и задачи СФП.

**Практика:** Упражнения для развития навыков быстроты, упражнения для развития прыгучести, упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча, упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча, выполнении нападающих бросков и ударов, блокирование.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

Тема 4: Технико-тактические приемы. – 54 часа.

**Теория:** знания о технике и тактике игры.

**Практика:** Подача мяча, передачи мяча, нападающий бросок, блокирование, комбинированные упражнения, контрольные и тестовые упражнения.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

Тема 5: Учебно-тренировочные игры. – 14 часов.

**Теория:** знания о правилах игры в пионербол с элементами волейбола.

**Практика:** отработка навыков взаимодействия игроков на площадке, отработка индивидуальных действий игроков, отработка групповых действий игроков.

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

2 года обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов | | | Дата занятия |
| всего | теория | практика |
| 1-2 | Инструктаж по технике безопасности на занятиях пионерболом. Понятие о технике и тактике игры. | 2 | 1 | 1 |  |
| 3-4 | Форма одежды на занятиях. Общая физическая подготовка. Чередование способов перемещения игроков. | 2 | 1 | 1 |  |
| 5-6 | Гигиена во время занятий. Развитие скоростных способностей средствами перемещений в пионерболе. Передача мяча сверху и снизу двумя руками. | 2 | 1 | 1 |  |
| 7-8 | Предупреждение травматизма. ОФП. Передача мяча сверху и снизу двумя руками после перемещения вперед, назад, вправо, влево. | 2 | 1 | 1 |  |
| 9-10 | Самоконтроль здоровья на занятии. ОФП. Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 11-12 | Правила игры в пионербол, судейство. Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 13-14 | Техника верхней прямой подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 15-16 | Развитие быстроты, челночный бег. Прием мяча с подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 17-18 | Развитие общей выносливости средствами пионербола. Повторение техники верхней прямой подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 19-20 | Учебная игра в пионербол. Введение мяча в игру нижней или верхней подачей с расстояния 6-7 метров от сетки. | 2 | 1 | 1 |  |
| 21-22 | ОФП. Учебно-тренировочная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 23-24 | Чередование способов перемещения; остановка шагом и скачком. | 2 | 1 | 1 |  |
| 25-26 | Передачи сверху и снизу над собой. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 27-28 | Развитие скоростных способностей средствами перемещений в пионерболе. Передачи сверху и снизу над собой, в колоннах через сетку со сменой за мячом. | 2 | 1 | 1 |  |
| 29-30 | Повторение передачи сверху и снизу над собой, в колоннах через сетку со сменой за мячом | 2 | 1 | 1 |  |
| 31-32 | Развитие быстроты. Передача мяча из зон 1,5,6 в 3 зону.  Совершенствование техники подачи верхней подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 33-34 | Развитие силы. Совершенствование техники передачи сверху и снизу. | 2 | 1 | 1 |  |
| 35-36 | Развитие выносливости. Повторение техники верхней прямой подачи. | 2 | 1 | 1 |  |
| 37-38 | Совершенствование приема мяча с подачи. Эстафеты и подвижные игры с элементами волейбола. | 2 | 1 | 1 |  |
| 39-40 | Развитие координационных способностей средствами пионербола. п/и «сумей передать и подать» | 2 | 1 | 1 |  |
| 41-42 | Прием мяча с подачи. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 43-44 | Развитие координационных способностей средствами пионербола. Обучение нападающему броску в облегченных условиях. | 2 | 1 | 1 |  |
| 45-46 | Совершенствование верхней подачи. Технико-тактическая подготовка. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 47-48 | Индивидуальные тактические действия. Технико-тактическая подготовка. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 49-50 | Развитие скоростных способностей средствами перемещений в пионерболе. Повторение техники верхней прямой подачи и нижнего приема мяча. | 2 | 1 | 1 |  |
| 51-52 | Групповые тактические действия (взаимодействие игроков передней линии со второй передачи в зоне 3) | 2 | 1 | 1 |  |
| 53-54 | Техника блокирования. Техника игры у сетки при приеме мяча. | 2 | 1 | 1 |  |
| 55-56 | Основы технико-тактической подготовки. Учебная игра. Техника блокирования. | 2 | 1 | 1 |  |
| 57-58 | Повторение тактических приемов в нападении и защите. | 2 | 1 | 1 |  |
| 59-60 | Развитие координационных способностей средствами пионербола. | 2 | 1 | 1 |  |
| 61-62 | Развитие игрового мышления средствами пионербола. | 2 | 1 | 1 |  |
| 63-64 | ОФП. Развитие игрового мышления средствами пионербола. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 65-66 | ОФП. Развитие игрового мышления средствами пионербола. Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 67-68 | Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 69-70 | Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
| 71-72 | Учебная игра. | 2 | 1 | 1 |  |
|  | ИТОГО: | 144 ч | 72 ч | 72 ч |  |

**Методы и приемы используемые при реализации программы:**

Словесные (вербальные) методы обучения: устное объяснение, разъяснение, беседа.

Наглядные методы обучения: показ педагога, обучающихся; обучающие карточки.

Практические методы обучения: тренировочные упражнения, разучивание упражнений с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение.

**Дидактические материалы и ЭОР:**

тематические подборки фотографий;

фильмы по истории пионербола;

видеоролики с играми пионербол и волейбол;

**Интернет - ресурсы:**

<https://www.fizkult-ura.ru/volleyball>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/conspect/192430/>

<https://www.youtube.com/watch?v=FPz2-lmWGck>

<https://urok.1sept.ru/articles/526230>

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/20518-plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-pi>

<https://www.youtube.com/watch?v=1EDmh4wx3uw>

<https://inteltoys.ru/articles/cat4/article659.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=HUpn2pkp9sU>

<https://www.youtube.com/watch?v=M2QqwBV9T4I>

**Информационные источники:**

**Список литературы для использования педагогом:**

1. Виленский М.Я. Физическая культура. Методические рекомендации.

5-7 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / М.Я.

Виленский, В.Т. Чичикин, Т.Ю. Торочкова ; под ред.М.Я. Виленского. - М.

: Просвещение, 2013. - 142с.

2. Виленский М.Я. Физическая культура. 5-7 классы: учеб.для общеобразоват. организаций / [М. Я. Виленский, И.М. Туревский, Т.

Ю.Торочкова и др.]; под ред. М. Я. Виленского. - 3-е изд. - М.: Просвещение,

2014.-239с.

**Оценочные материалы**

**Критерии оценивания уровней физической подготовленности:**

**Низкий** – обучающийся допускает значительные ошибки в технике движений. Нарушает правила игры.

**Средний** – владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушений правил игры. Увлечен процессом, не всегда обращает внимание на результат. В игре – активен.

**Высокий** – обучающийся проявляет стойкий интерес к физическим занятиям. Правильно технически выполняет упражнения, активно участвует в играх, соблюдая правила.

**Виды контроля:**

**Входной контроль** – проводится на 1 занятии с целью выявления первоначального уровня умений, просмотр физических данных обучающихся.

**Текущий контроль** - посредством наблюдения за деятельностью учащихся на каждом занятии, тестовыми, игровыми заданиями по изучаемым темам. **Итоговый контроль** - контрольные занятия по установленным нормативам, внутренние соревнования.

Контроль результатов деятельности по программе проводится в следующих формах:

- наблюдение за индивидуальным развитием обучающегося в процессе учебно-тренировочных занятий;

- проверка выполнения отдельных упражнений;

- выполнение установленных для каждого индивидуально заданий;

- контрольные игры;

- участие учащихся в соревнованиях по пионерболу.

Результаты контроля заносятся в диагностическую карту.

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА мониторинга результатов обучения детей по программе «Пионербол».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Вид контроля | Форма контроля | Контрольно-измерительные тесты | Критерии оценивания |
| 1 | Входной | тестовые упражнения | Проводятся тесты по ОФП | Показатели физической подготовленности. |
| 2 | Текущий | Контрольные и тестовые упражнения | Проводятся по ОФП, СФП и технической подготовке | Динамика показателей физической подготовленности. Знания, умения, навыки подготовки. |
| 3 | Итоговый | Технические приемы игры | Координация  движений и  ловкости. Умение  работать в  команде. | Техническая и тактическая подготовка. Теоретическая подготовка. Соревновательная деятельность. |

Физическая подготовленность.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Виды испытаний | мальчики | девочки |
| 1 | Бег 30 м | 5.7с | 6.3с |
| 2 | Челночный бег 3\*10м | 8.8с | 9.3с |
| 3 | Прыжок в длину с места | 155см | 145см |
| 4 | Прыжки на скакалке за 30 сек | 19 р | 17 р |

Техническая подготовленность.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Технический прием | Контрольное упражнение | оценка | | | | | |
| мальчики | | | девочки | | |
| в | с | н | в | с | н |
| 1 | Подача мяча | Подача мяча из 5 попыток | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 |
| Подача мяча по зонам из 3 попыток | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |
| 2 | Прием мяча | Прием мяча после подачи из 5 попыток | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| Прием мяча от сетки из 3 попыток | 1 | - | - | 1 | - | - |
| 3 | Нападающий бросок | Нападающий бросок с первой линии с 3 попыток | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |
| Нападающий бросок со второй линии из 5 попыток | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |
| 4 | Блокирование | Блокирование нападающего броска из 5 попыток | 2 | 1 | - | 2 | 1 | - |

