

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования

Ростовской области

Районный отдел образования Администрации

Пролетарского района Ростовской области

МБОУ Наумовская ООШ Пролетарского района Ростовской области

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Соколова Н.Ф.
Протокол №1
от «28» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

**руководитель МС,
заместитель директора
по УВР**

Соколова Н.Ф.
Протокол №1
от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

Бибиков В.В..
Приказ №75
от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 8347266)

для обучающихся 5-6-7 классов

«Пионербол»

х.Наумовский 2025

Пояснительная записка

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 34 часа (при 1 часе в неделю).

Содержание курса внеурочной деятельности

№ уроков	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
1.	Техника безопасности во время занятия спортом. Цели и задачи курса.	П: ознакомление с ролью и значением занятий физкультурой. Р: уметь принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой

		деятельности.
2.	Профилактика плоскостопия. Ходьба на носках, пятках. Игра в пионербол.	П: ознакомление с правилами игры в пионербол. Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Л: давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.
3.	Техника бега с низкого старта. Челночный бег. Подвижная игра. Игра в пионербол.	
4.	Техника бега с высокого старта. Спортивная эстафета. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	
5.	Прыжки на одной, двух ногах. Прыжки соскалкой. Игра в пионербол.	
6.	Прыжки в длину с места. Игра в пионербол.	Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Л: стремятся одержать победу в спортивной игре; дают адекватную позитивную самооценку.
7.	Прыжки в высоту с места. Игра в пионербол.	
8.	Спортивные эстафеты с элементами прыжков. Игра в пионербол.	
9.	Броски мяча из-за головы. Игра в пионербол.	
10.	Упражнения с волейбольным мячом. Игра в пионербол.	Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой
11.	Броски мяча в баскетбольную корзину Игра в пионербол.	
12.	Броски мяча через волейбольную	

	сетку. Игра в пионербол.	деятельности; задавать вопросы; контролировать действия партнера; использовать речь для регуляции своего действия; взаимодействовать со сверстниками в игре.
13.	Правила игры в пионербол. Игра в пионербол.	Л: стараться овладеть техникой метания мяча, проявлять познавательный интерес к новой игре.
14.	Отработка ползания по пластушки. Игра в пионербол.	П: ознакомление с техникой ползания и лазания.
15.	Отработка лазания по гимнастической стенке Игра в пионербол.	Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений.
16.	Упражнения в висе на шведской стенке. Игра в пионербол.	К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
17.	Спортивная эстафета с элементами ползания и лазания. Игра в пионербол.	Л: стремятся одержать победу в спортивной игре; дают адекватную позитивную самооценку.
18.	Игра в пионербол.	П: повторение правил игры в пионербол. Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Л: стремятся одержать победу в игре; дают адекватную позитивную самооценку.
19.	Прыжки на одной ноге. Игра в пионербол.	
20.	Гимнастические упражнения на равновесие. Игра в пионербол.	
21.	Игра в пионербол.	
22.	Строевые упражнения, построения и перестроения. Игра в пионербол.	П: ознакомление с понятием «ориентирование».
23.	Игра в пионербол.	Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Л: стремятся одержать победу в игре; дают адекватную позитивную самооценку.
24.	Игра в пионербол.	
25.	Игра в пионербол.	
26.	Спортивная эстафета.	

27.	Упражнения в вися на гимнастической стенке. Игра в пионербол.	П: ознакомление с техникой выполнения упражнений в вися.
28.	Гимнастические упражнения. Группировка, кувырок вперед. Игра в пионербол.	Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре.
29.	Упражнения с гимнастической палкой. Игра в пионербол.	К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности.
30.	Упражнения с мячами. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	Л: давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.
31.	Игра в пионербол	П: повторение правил игры пионербол. Р: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре. К: уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности. Л: Давать адекватную позитивную самооценку. Проявлять познавательный интерес к обучению новой игре.
32.	Игра в пионербол	
33.	Игра в пионербол	

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 действиями 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	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-po-meram-bezopasnosti
2	Игры, упражнения с элементами ходьбы и бега. Правила игры в пионербол.	3	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/10/20/kartoteka-podvizhnyh-igr-s-hodboy-i-begom-dlya-detey
3	Игры, упражнения с элементами прыжков. Игра в пионербол.	4	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/26/podvizhnye-igry-s-prvzhkami
4	Игры, упражнения с мячом. Игра в пионербол.	5	https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2022/02/18/igry-i-uprazhneniya-s-myachom
5	Ползание и лазание. Игра в пионербол.	4	https://infourok.ru/tehnika-lazanya-vidi-lazanya-metodika-obucheniya-3362418.html
6	Игры, упражнения развивающие равновесие. Игра в пионербол.	4	https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2019/07/01/igry-i-uprazhneniya-v-ravnovesii
7	Игры, упражнения развивающие ориентирование. Игра в пионербол.	5	https://multiurok.ru/files/igry-i-uprazhneniia-na-orientirovku-v-prostranstve.html
8	Гимнастические упражнения. Игры с	4	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-s-elimentami-

	элементами гимнастики. Игра в пионербол.		ghimnastiki.html
9	Игры на свежем воздухе. Игра в пионербол.	3	https://www.pravmir.ru/60-igr-na-svezhem-vozduhe/

Календарно –тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№ п/п	Тема занятия	Форма проведения занятия	Предполагаемая дата	Фактическая дата
1.	Техника безопасности во время занятия спортом. Цели и задачи курса.	Беседа	5.09	
2	Профилактика плоскостопия. Ходьба на носках, пятках. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	12.09	
3	Техника бега с низкого старта. Челночный бег. Подвижная игра. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	19.09	
4	Техника бега с высокого старта. Спортивная эстафета. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	26.09	
5	Прыжки на одной, двух ногах. Прыжки со скакалкой. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	03.10	
6	Прыжки в длину с места. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	10.10	
7	Прыжки в высоту с места. Игра в	Спортивное занятие. Игра.	17.10	

	пионербол.			
8	Спортивные эстафеты с элементами прыжков. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	24.11	
9	Броски мяча из-за головы. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	07.11	
10	Упражнения с волейбольным мячом. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	14.11	
11	Броски мяча в баскетбольную корзину Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	21.11	
12	Броски мяча через волейбольную сетку. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	28.11	
13	Правила игры в пионербол. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	5.12	
14	Отработка ползания по пластунски. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	12.12	
15	Отработка лазания по гимнастической стенке Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	19.12	
16	Упражнения в висе на шведской стенке. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	26.12	
17	Спортивная эстафета с элементами ползания и лазания. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	16.01	
18	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	23.01	
19	Прыжки на одной ноге. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	30.01	
20	Гимнастические	Спортивное занятие.	6.02	

	упражнения на равновесие. Игра в пионербол.	Игра.		
21	Игра в пионербол.	Игра	13.02	
22	Строевые упражнения, построения и перестроения. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	20.02	
23	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	27.02	
24	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	6.03	
25	Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	13.03	
26	Спортивная эстафета.	Спортивное занятие. Игра.	20.03	
27	Упражнения в висе на гимнастической стенке. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	27.03	
28	Гимнастические упражнения. Группировка, кувырок вперёд. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	10.04	
29	Упражнения с гимнастической палкой. Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	17.04	
30	Упражнения с мячами. Игра «Вышибала». Игра в пионербол.	Спортивное занятие. Игра.	24.04	
31	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	8.05	
32	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	15.05	
33	Игра «Пионербол»	Спортивное занятие. Игра.	22.05	

Методические материалы для учителя

- Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - 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», 2002. (Портфель учителя).

Цифровые образовательные ресурсы

- <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-dlya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-klass-3653822.html>
- <https://multiurok.ru/files/sbornik-podvizhnykh-igr-dlia-mladshikh-shkolnikov.html>
- <https://multiurok.ru/files/rabochaia-programma-pionerbol-2-4-klassy.html>

Материально – техническое обеспечение образовательного процесса

- мячи
- волейбольная сетка

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908404

Владелец Бибиков Владимир Владимирович

Действителен с 10.10.2024 по 10.10.2025