

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СУРГУТСКАЯ ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО
на заседании
методического совета
«30» августа 2023 г.
Протокол №1

Утверждено приказом директора
муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Сургутская технологическая школа»
от 31.08.2023 г. №СТШ-13-663/3

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
объединения дополнительного образования
«Пионербол»
(базовый уровень)

Учебные группы № 1, 2, 3
Период реализации: 2023 – 2024 учебного года

Педагог реализующий программу:
Воронин Андрей Владимирович

СУРГУТ,
2023

**Пояснительная записка
о реализации учебно-тематического плана**

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной программы «Пионербол».

Вид дополнительной общеобразовательной программы: компилятивная.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы: физкультурно-спортивная.

Срок реализации дополнительной общеобразовательной программы: 1 год.

Год обучения, на который составлена рабочая программа учебного курса: 2023-2024

Количество часов в неделю: 2ч.

Основной целью дополнительной образовательной программы «Пионербол» является укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование навыков адаптации к жизни в обществе.

Задачи:

образовательные

- обучение техническим приёмам и правилам игры;
- обучение тактическим действиям;
- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического состояния.

воспитательные

- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

развивающие

- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма

Информационная справка
об особенностях реализации УТП в 2023-2024 учебном году
группа №1-3

| | |
|---|-----------|
| Общий срок реализации исходной программы (количество лет) | 1 |
| Год обучения (первый, второй и т.д.) | 1 |
| Возраст воспитанников | 11-17 лет |
| Количество воспитанников в группе в текущем учебном году | 15 |
| Количество часов в неделю | 2 |
| Общее количество часов в год | 76 |

Учебный план

| № п/п | Раздел, тема | Количество часов | | | Формы контроля |
|----------|-----------------------------------|------------------|--------|----------|-------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Основы знаний | 1 | 1 | | Входной контроль |
| 2. | Понятие о технике и тактике игры | 1 | 1 | | Текущий контроль |
| 2.1. | Правила игры в пионербол | 1 | 1 | | Входной контроль |
| 2.2. | Предупреждение травматизма | 1 | 1 | | Текущий контроль |
| 2.3. | Правила соревнований | 1 | 1 | | Текущий контроль |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 10 | | 10 | Текущий контроль |
| 3.1. | Технические и тактические приемы | 10 | | | Текущий контроль |
| 3.2. | Подача мяча | 8 | 1 | 7 | Текущий контроль |
| 3.3. | Передачи | 8 | 1 | 7 | Текущий контроль |
| 3.4. | Нападающий бросок | 8 | 1 | 7 | Текущий контроль |
| 4. | Блокирование | 8 | 1 | 7 | Текущий контроль |
| 4.1. | Комбинированные упражнения | 13 | | 13 | Текущий контроль |
| 4.2. | Учебно-тренировочные игры | 12 | 3 | 9 | Текущий контроль |
| 5. | Судейство игр | 4 | 1 | 3 | Итоговый контроль |
| | Всего: | 76 | 13 | 63 | |

**Учебно-тематический план
Группа 1**

| Дата проведения занятия | Тема Занятия | Кол-во часов | Место проведения | Форма контроля |
|-------------------------|--|--------------|---------------------|--------------------------|
| 06.09.2023 | Основные положения правил игры в пионер бол. Разметка площадки. Стойка игрока. | 2 | Спортивный комплекс | Входной контроль |
| 13.09.2023 | Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 20.09.2023 | Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 27.09.2023 | Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 04.10.2023 | Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров». | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 11.10.2023 | Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 18.10.2023 | Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 25.10.2023 | Подача мяча. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 01.11.2023 | Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 08.11.2023 | Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 15.11.2023 | Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.11.2023 | Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 29.11.2023 | Закрепление стойки игрока на месте и в движении. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 06.12.2023 | Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 13.12.2023 | Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 20.12.2023 | Игра по упрощенным правилам с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Промежуточная аттестация |
| 27.12.2023 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |

| | | | | |
|------------|---|---|---------------------|-------------------|
| 10.01.2023 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 17.01.2023 | Контроль выполнения подачи мяча. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 24.01.2023 | Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 31.01.2023 | Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 07.02.2023 | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 14.02.2023 | Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.02.2023 | Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 28.02.2023 | Обучение блокированию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 06.03.2023 | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 13.03.2023 | Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 20.03.2023 | Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 27.03.2023 | Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 03.04.2023 | Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 10.04.2023 | Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 17.04.2023 | Закрепление приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 24.04.2023 | Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения двумя мячами. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 30.04.2023 | Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 08.05.2023 | Учебно-тренировочная игра с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 15.05.2023 | Контроль приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.05.2023 | Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.05.2023 | Учебные игры с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Итоговый контроль |

Группа 2

| Дата проведения занятия | Тема Занятия | Кол-во часов | Место проведения | Форма контроля |
|-------------------------|--|--------------|---------------------|--------------------------|
| 07.09.2023 | Основные положения правил игры в пионер бол. Разметка площадки. Стойка игрока. | 2 | Спортивный комплекс | Входной контроль |
| 14.09.2023 | Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.09.2023 | Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 28.09.2023 | Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 05.10.2023 | Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров». | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 12.10.2023 | Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 19.10.2023 | Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 26.10.2023 | Подача мяча. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 02.11.2023 | Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 09.11.2023 | Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 16.11.2023 | Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 23.11.2023 | Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 30.11.2023 | Закрепление стойки игрока на месте и в движении. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 07.12.2023 | Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 14.12.2023 | Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.12.2023 | Игра по упрощенным правилам с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Промежуточная аттестация |
| 28.12.2023 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 11.01.2023 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |

| | | | | |
|------------|---|---|---------------------|-------------------|
| 18.01.2023 | Контроль выполнения подачи мяча. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 25.01.2023 | Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 01.02.2023 | Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 08.02.2023 | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 15.02.2023 | Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.02.2023 | Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 29.02.2023 | Обучение блокированию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 07.03.2023 | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 14.03.2023 | Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.03.2023 | Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 28.03.2023 | Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 04.04.2023 | Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперед. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 11.04.2023 | Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 18.04.2023 | Закрепление приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 25.04.2023 | Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 02.05.2023 | Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 07.05.2023 | Учебно-тренировочная игра с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 16.05.2023 | Контроль приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 21.05.2023 | Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 23.05.2023 | Учебные игры с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Итоговый контроль |

Группа 3

| Дата проведения занятия | Тема Занятия | Кол-во часов | Место проведения | Форма контроля |
|-------------------------|--|--------------|---------------------|--------------------------|
| 08.09.2023 | Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. | 2 | Спортивный комплекс | Входной контроль |
| 15.09.2023 | Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.09.2023 | Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 29.09.2023 | Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 06.10.2023 | Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров». | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 13.10.2023 | Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 20.10.2023 | Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 27.10.2023 | Подача мяча. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 03.11.2023 | Подача мяча. Прием мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 10.11.2023 | Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 17.11.2023 | Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 24.11.2023 | Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 01.12.2023 | Закрепление стойки игрока на месте и в движении. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 08.12.2023 | Перемещение вперед, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 15.12.2023 | Прием подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.12.2023 | Игра по упрощенным правилам с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Промежуточная аттестация |
| 29.12.2023 | Учебно-тренировочная игра. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |

| | | | | |
|------------|---|---|---------------------|-------------------|
| 12.01.2023 | Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 19.01.2023 | Контроль выполнения подачи мяча. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 26.01.2023 | Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 02.02.2023 | Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 09.02.2023 | Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 16.02.2023 | Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 23.02.2023 | Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 01.03.2023 | Обучение блокированию. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 05.03.2023 | Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 15.03.2023 | Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 22.03.2023 | Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 29.03.2023 | Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 05.04.2023 | Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 12.04.2023 | Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 19.04.2023 | Закрепление приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 26.04.2023 | Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 03.05.2023 | Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 10.05.2023 | Учебно-тренировочная игра с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 17.05.2023 | Контроль приема мяча после подачи. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 20.05.2023 | Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. | 2 | Спортивный комплекс | Текущий контроль |
| 24.05.2023 | Учебные игры с заданиями. | 2 | Спортивный комплекс | Итоговый контроль |

Список учебно-методической литературы

1. Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2019. - N 41-42. - С. 5,17.
2. Кузнецов В.С., Колодняцкий Г.А. Физическая культура, Упражнения и игры с мячами: Методическое пособие, Москва «Издательство НЦ ЭНАС», 2020. (Портфель учителя).

Интернет- ресурсы

1. Министерство спорта Российской Федерации www.minsport.gov.ru
3. Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры» www.lib.sportedu.ru
4. Спорт и здоровье www.sportizdorove.ru
5. Газета «Здоровье детей» Изд-го дома «Первое сентября» <http://zdd.1september.ru/>
6. Газета «Спорт в школе» Изд-го дома «Первое сентября» <http://spo.1september.ru/>