Приложение 2 к основной образовательной программе начального общего образования (в новой редакции) МКОУ «Варгашинская средняя школа №1» рассмотрено на педагогическом совете протокол №6 от 21.11.2018г., утверждено приказом директора №236-ОД от 26.11.2018г.

«ПИОНЕРБОЛ»

(3-4 КЛАСС)

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

Владеть

- Применять полученные знания в игре.
- Контролировать свое самочувствие.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и путей её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
- Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития волейбола.
 - Предметные результаты
- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности

В основе построения лежит принцип сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

- *Развитие восприятия*. Развитие реакции на слуховые и зрительные сигналы, умение ориентироваться в пространстве. Развитие восприятия времени, речи, формы, цвета, движения. Тренировочные упражнения и подвижные игры по развитию восприятия и наблюдательности.
- *Развитие памяти*. Развитие зрительной, слуховой, образной, смысловой памяти. Тренировочные упражнения по развитию точности и быстроты запоминания, увеличению объёма памяти, качества воспроизведения материала.
- Развитие внимания. Упражнения на развитие способности переключать, распределять внимание, увеличение объёма устойчивости, концентрации внимания.
- Развитие мышления
- Формирование основных мыслительных операций: анализа, сравнения, умения выделять главное и существенное на основе физических упражнений, в игровых и соревновательных ситуациях.
- Pазвитие основных физических качеств. В основе развития физических способностей лежит ОФП, включает в себя: скоростные способности, скоростно-силовые, координационные способности, выносливость и гибкость.
- Укрепление и сохранение здоровья. Укрепление опорно-двигательного аппарата, содействие правильному разностороннему физическому развитию, развитие быстроты, ловкости, гибкости, красоты тела и выразительности движений.

Характеристика игры

Курс по «Пионерболу» представляет систему спортивно-оздоровительных занятий для учащихся 3,4 классов и реализуется в рамках «Внеурочной деятельности» в соответствии с образовательным планом.

Пионербол (по правилам волейбола) - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в начальной школе. Игровая 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.

В процессе изучения у учащихся развиваются следующие личностные качества: дисциплинированность, коллективизм, силу воли, выносливость, целеустремленность, решительность, организованность, самоконтроль за психофизиологическим состоянием организма, проявляется интерес к физической культуре и спорту.

Тематическое планирование 3 класс

No	Тема занятия	Характеристика видов деятельности
Π/Π		учащихся
1	История развития волейбола. Техника	Рассказывать историю развития
	безопасности. Подвижные игры	волейбола;
	«Вышибалы», «Мяч вверх»	Знать стойку волейболиста;
		Соблюдать технику безопасности
2	Правила игры. Переходы. Стойка	Знать правила игры;
	волейболиста.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Игра «Охотники и утки»	процессе совместной деятельности
3	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Взаимодействуют со сверстниками в
	сетку.	процессе совместной деятельности
	Игра «Мяч через сетку»	
4	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
_	Игра «Мяч через сетку»	процессе совместной деятельности
5	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом; Взаимодействуют со сверстниками в
	сетку. Игра «Вышибалы через сетку»	процессе совместной деятельности
	ті ра «Вышибалы через сетку»	процессе совместной деятельности
6	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Игра «Вышибалы через сетку»	процессе совместной деятельности
7	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Игра «Мяч в воздухе»	процессе совместной деятельности
8	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку. Игра «Мяч в воздухе»	Взаимодействуют со сверстниками в
9	Упражнения с мячом в парах через	процессе совместной деятельности Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Эстафеты	процессе совместной деятельности;
	Эстифеты	Соблюдать технику безопасности
10	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Эстафеты	процессе совместной деятельности;
	1	Соблюдать технику безопасности
11	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Эстафеты	процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
12	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Челночный бег 3*10 м	процессе совместной деятельности;
13	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;

	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Преодоление полосы препятствий	процессе совместной деятельности;
		Преодолевать препятствия
14	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Преодоление полосы препятствий	процессе совместной деятельности;
		Преодолевать препятствия
15	Круговая тренировка.	Выполнять работу по станциям;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
Ì	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
16	Круговая тренировка.	Выполнять работу по станциям;
	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	corny.	процессе совместной деятельности
17	Круговая тренировка.	Выполнять работу по станциям;
1 /	Игра «Вышибалы через сетку»	Выполнять упражнения с мячом;
	Til på «Dbiminoasibi Tepes eetky"	Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
18	При вустен до оксатенной	
10	Прыжки со скакалкой.	Выполнять прыжки через скакалку; Взаимодействуют со сверстниками в
	Игра «Три касания»	<u> </u>
10	Постория од отгория же	процессе совместной деятельности
19	Прыжки со скакалкой.	Выполнять прыжки через скакалку;
	Игра «Три касания»	Взаимодействуют со сверстниками в
20	ПППП	процессе совместной деятельности
20	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол.	Взаимодействуют со сверстниками в
0.1	П	процессе совместной деятельности
21	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол.	Взаимодействуют со сверстниками в
22	П	процессе совместной деятельности
22	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол.	Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
23	Правила игры. Переходы.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол. Прыжки через скакалку.	Выполнять прыжки через скакалку;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
24	Передача мяча сверху двумя руками в	Знать правила игры «Пионербол»;
	парах. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
25	Передача мяча сверху двумя руками в	Знать правила игры «Пионербол»;
	парах. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
26	Передача мяча сверху двумя руками в	Знать правила игры «Пионербол»;
	парах. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
	• •	Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
27	Круговая тренировка.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол	Выполнять работу по станциям
	1 r	1 F 5 - J 5 - T 1

28	Передача мяча сверху двумя руками	Знать правила игры «Пионербол»;
	через сетку. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
29	Передача мяча сверху двумя руками	Знать правила игры «Пионербол»;
	через сетку. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
30	Передача мяча сверху двумя руками	Знать правила игры «Пионербол»;
	через сетку. Пионербол	Выполнять передачу мяча сверху;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
31	Круговая тренировка.	Знать правила игры «Пионербол»;
	Пионербол	Выполнять работу по станциям
32	Подвижные игры, эстафеты с	Взаимодействуют со сверстниками в
	элементами волейбола.	процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
33	Турнир по Пионерболу	Знать правила игры;
		Соблюдать технику безопасности
34	Турнир по Пионерболу	Знать правила игры;
		Соблюдать технику безопасности

4 класс

No	Тема занятия	Характеристика видов деятельности
Π/Π		учащихся
1	Техника безопасности.	Соблюдать технику безопасности;
	Правила игры. Переходы. Стойка	Знать стойку волейболиста;
	волейболиста. Игра «Мяч через сетку»	Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
2	Правила игры. Переходы. Стойка	Знать правила игры «Пионербол»;
	волейболиста. Игра «Мяч через сетку»	Знать стойку волейболиста;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
3	Правила игры. Переходы. Пионербол	Знать правила игры «Пионербол»;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
4	Круговая тренировка. Пионербол	Выполнять работу по станциям;
		Знать правила игры «Пионербол»;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
5	Упражнения с мячом в парах.	Выполнять упражнения с мячом;
	Пионербол	Взаимодействуют со сверстниками в
6	Упражнения с мячом в парах.	процессе совместной деятельности;
	Пионербол	Соблюдать технику безопасности
7	Упражнения с мячом в парах.	
	Пионербол	
8	Упражнения с мячом в парах со	Выполнять упражнения с мячом в парах
	сменой мест. Пионербол	со сменой мест;
9	Упражнения с мячом в парах со	Взаимодействуют со сверстниками в
	сменой мест. Пионербол	процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
10	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом в парах
	сетку. Пионербол	через сетку;

11	Упражнения с мячом в парах через	Взаимодействуют со сверстниками в
	сетку. Пионербол	процессе совместной деятельности;
12	Упражнения с мячом в парах через сетку. Пионербол	Соблюдать технику безопасности
13	Передача мяча сверху двумя руками	Выполнять передачу мяча сверху двумя
	через сетку. Пионербол	руками через сетку;
14	Передача мяча сверху двумя руками	Взаимодействуют со сверстниками в
	через сетку. Пионербол	процессе совместной деятельности;
15	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Пионербол	Соблюдать технику безопасности
16	Пионербол. Челночный бег 3*10 м	Знать правила игры «Пионербол»;
		Знать технику челночного бега
17	Пионербол. Прыжки через скакалку	Знать правила игры «Пионербол»;
		Выполнять прыжки через скакалку
18	Круговая тренировка. Пионербол	Знать правила игры «Пионербол»;
		Взаимодействуют со сверстниками в
4.0		процессе совместной деятельности
19	Нижняя прямая подача. Пионербол	Знать правила игры «Пионербол»;
		Выполнять нижнюю прямую подачу;
		Взаимодействуют со сверстниками в
20	П	процессе совместной деятельности
20	Нижняя прямая подача. Пионербол	
21	Нижняя прямая подача. Пионербол	
22	Пионербол. Преодоление полосы	Знать правила игры «Пионербол»;
	препятствий	Преодолевать препятствия
23	Упражнения с мячом в парах через	Выполнять упражнения с мячом;
	сетку.	Взаимодействуют со сверстниками в
	Эстафеты	процессе совместной деятельности;
2.4		Соблюдать технику безопасности
24	Опрос о правилах игры «Пионербол».	Знать правила игры «Пионербол»;
	Круговая тренировка. Пионербол	Выполнять работу по станциям;
25	Charman na har maran na mhannanna	Соблюдать технику безопасности
23	Специально прыжковые упражнения. Пионербол	Знать и выполнять специально прыжковые
	Пиопероол	упражнения; Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности
26	Подвижные игры, эстафеты с	Взаимодействуют со сверстниками в
20	элементами волейбола. Пионербол	процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
27	Подвижные игры, эстафеты с	,, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
	элементами волейбола.	
28	ОФП. Подвижные игры эстафеты с	Взаимодействуют со сверстниками в
	элементами волейбола.	процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
28	Пионербол. Правила судейства.	Знать правила игры «Пионербол»;
		Знать правила судейства игры;
		Взаимодействуют со сверстниками в
		процессе совместной деятельности;
		Соблюдать технику безопасности
30	Пионербол. Правила судейства.	
31	Пионербол. Правила судейства.	

32	Пионербол. Правила судейства.	
33	Пионербол. Правила судейства.	
34	Турнир по Пионерболу.	Знать правила игры;
		Соблюдать технику безопасности