

Согласовано  
Заместитель директора  
по воспитательной работе  
Т.В. Михайлёва  
«31» августа 2023 г.



Утверждаю  
Директор  
ОШ села Приозёрное  
С.К. Анапин  
«31» августа 2023 г.

Программа работы  
спортивной секции  
«Пионербол»

Количество часов:

всего 38: в неделю 1 час.

Руководитель секции:

Вознюк А.А.

2023-2024  
учебный год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной, гармонически развитой личности.

Программа секции «Пионербол» относится к физкультурно-спортивной направленности.

**Основными направлениями** деятельности являются:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;
- воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности;
- участие в соревнованиях.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

**Актуальность программы** заключается в том, что она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

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.

**Цель** – обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол с дальнейшим применением их в игровой деятельности.

**Задачи:**

1. сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;
2. содействовать укреплению здоровья, развитию физических качеств;
3. воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде.

**Ожидаемый результат.**

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом, сформировать первичные навыки судейства.



Утверждаю  
Директор  
ОШсела Приозёрное  
*С.К. Анапин*  
«31» августа 2023 г

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Дата	Примечание
1.	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.	7.09	
2.	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	14.09	
3.	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	21.09	
4.	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП.	28.09	
5.	Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.	5.10	
6.	Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров».	12.10	
7.	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м.	19.10	
8.	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах.	26.10	
9.	Подача мяча. Упражнения с набивным мячом.	2.11	
10.	Подача мяча. Приём мяча после подачи	9.11	
11.	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте.	16.11	
12.	Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	23.11	
13.	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.	30.11	
14.	Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП	7.12	
15.	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища.	14.12	
16.	Передача мяча через сетку с места.	21.12	
17.	Закрепление стойки игрока на месте и в движении.	28.12	
18.	Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук.	4.01	
19.	Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам.	11.01	
20.	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.	18.01	
21.	Игра по упрощённым правилам с заданиями.	25.01	



22.	Учебно-тренировочная игра.	1.02	
23.	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом.	8.02	
24.	Контроль выполнения подачи мяча.	15.02	
25.	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.	22.02	
26.	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	29.02	
27.	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП.	7.03	
28.	Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.	14.03	
29.	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки.	21.03	28.03
30.	Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.	4.04	
31.	Обучение блокированию.	11.04	
32.	Блокирование нападающего броска.	18.04	
33.	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.	25.04	
34-35.	Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов.	2.05	2 часа
		2.05	
36-37.	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки.	9.05	16.05 (2 часа)
		16.05	
38.	Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим.	23.05	



Утверждаю  
Директор  
ОШсела Приозёрное  
*С.К. Анапин*  
«31» августа 2023 г

Список учащихся,

посещающих спортивную секцию «Пионербол»

№ п/п	ФИО учащегося	Класс
1	Денисова Алёна Дмитриевна	4
2	Жмурко Маргарита Алексеевна	4
3	Мамедова Мадина Сабировна	4
4	Реуцкий Роман Евгеньевич	4
5	Руди Эльвира Ивановна	4
6	Самойленко Алла Юрьевна	4
7	Прохнау Арсений Артурович	4
8	Болат Аружан Асланқызы	5
9	Белялова Бахыт Канатовна	5
10	Брестель Элина Андреевна	5
11	Задорожная Лилия Александровна	5
12	Иванов Владислав Евгеньевич	5
13	Мирзоев Акбар Намик оглы	5
14	Надь Денис Анатольевич	5
15	Сергеева Дарина Владимировна	5
15	Макарский Артём Владимирович	5
17	Вдовина Яна Сергеевна	6
18	Елеусизова Каракоз Муратовна	6
19	Зверева Алиса Петровна	6
20	Змиевский Дмитрий Евгеньевич	6
21	Махомет Владимир Александрович	6
22	Мирзоева Фатима Намикқызы	6
23	Самойленко Вадим Юрьевич	6
24	Сартаков Кирилл Юрьевич	6
25	Шульдайс Мария Никовна	6