

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 20 им. В.В. Куприянова  
Сулукского сельского поселения Верхнебуреинского  
муниципального района Хабаровского края

<p>«Согласованно» 27.05.2025 г Зам.директора по ВР: _____/А.Б.Меньщикова</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директора МБОУ СОШ № 20 _____/Цыбекжапова Ц-Д. Х. Приказ № 1 от 29.08.2025 г</p>
--	--

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Физкультурно-спортивной направленности  
«Пионербол»  
(стартовый уровень)  
Возраст обучающихся 10-12 лет  
Срок реализации 1 год

Составитель: Меньщикова А.Б.  
Преподаватель - организатор ОБЗР

п. Сулук 2025 г

## Пояснительная записка

### Направленность программы.

Данная программа дополнительного образования имеет физкультурно - спортивной направленность и ориентирована на развитие интереса к занятиям физическими упражнениями посредством включения в игровую деятельность, способствующих развитию спортивных способностей.

Настоящая программа – Дополнительная общеобразовательная программа «Пионербол» разработана с учетом учебных стандартов и требований следующих нормативно-правовых документов:

1.1. Настоящее Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае (далее – Положение, ДООП соответственно) разработано в соответствии с:

– Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

– Приказом Минпросвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Распоряжением Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 1321 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края»;

– Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

(Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);

– Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научнотехнологического и культурного развития страны (Письмо Минпросвещения Российской Федерации от 29 сентября 2023 г. № АБ-3935/06).

#### **Адресат программы.**

Программа ориентирована на обучающихся 5 - 7 классов (10-12 лет).

**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:** стартовый.

**Объем и срок освоения:**

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

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

**Задачи:**

**Обучающие задачи:**

- научиться 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:**

- формирование у детей интереса и увлеченности 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. Мячи набивные (вес 1кг)
7. Спортивный зал, спортивная площадка

### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 академических часа (1 занятие по 80 минут с 10-минутным перерывом).

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует

нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций

**Кадровое обеспечение программы:** педагог дополнительного образования.

**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.	2	1	1	Устный опрос

	Правила игры в пионербол. Техника безопасности.				
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.	33	1	30	контрольные нормативы, учебные игры
V	Учебно-тренировочные игры	10	1	9	Педагогическое наблюдение
	ИТОГО:	67 ч	5 ч	62 ч	

### Содержание учебного плана.

#### 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. – 33 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 учебный график (общий)

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09.2025г.	26.05.2026г.	34	68	136	1 раз в неделю по 2 часа

### Календарно учебный график

Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля	Примечание
сентябрь	03.09	Правила игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Инструктаж по Т.Б	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Введение. Двигательные действия и навыки.
	10.09	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, в стенку, через сетку	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Действия без мяча. Расстановка игроков на площадке. Содержание игры.
	17.09	Броски и ловля мяча на месте. Бег на 5м, 10м. Перемещение приставным шагом	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Техника игры.
	24.09	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Разминка перед игрой. Значение разминки. Стойка игрока. Передвижения
октябрь	01.10	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Бег с остановками и изменением направления	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Упражнения с мячом.
	08.10	Упражнения на координацию.	Практика	2	Наблюдение за	Техника атаки. Пионербол.

		Передача мяча в парах, в тройках, двумя 2руками.			выполнением практически х заданий	
	15.1 0	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Техника атаки. Пионербол.
	22.1 0	Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Придание мячу обратного вращения. Основы знаний о физкультуре и спорту.
	29.1 0	Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Опрос по правилам игры. Пионербол
ноябрь	05.1 1	Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Подготовка к турниру. Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности
	12.1 1	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом. Контроль выполнения подачи мяча.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте.
	19.1 1	Обучение нападающему броску. Передача через сетку в прыжке или нападающий	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Прыжки со

		бросок				скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте.
	26.1 1	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Развитие скоростно-силовых качеств.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Пионербол.
декабрь	03.1 2	Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Пионербол.
	10.1 2	Обучение блокированию. Блокирование нападающего броска.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Командные тактические действия в нападении и защите. Пионербол
	17.1 2	Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Прыжки с подниманием рук с места	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Командные тактические действия в нападении и защите. Пионербол
	24.1 2	Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол с блокированием.
	31.1 2	Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд. Учебная игра по упрощенным	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

		правилам.				Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту
январь	14.0 1	Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. Закрепление подачи мяча.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол с блокированием.
	21.0 1	Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой Контроль приема мяча после подачи.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Пионербол
	28.0 1	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Развитие силовой выносливости.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Командные тактические действия в нападении и защите. Пионербол
февраль	04.0 2	Блокирование нападающего броска с передачи. Эстафета	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол с блокированием.
	11.0 2	Обучение приему мяча от сетки. Закрепление нападающего броска	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорту.
	18.0 2	Прием мяча после передачи в сетку. Закрепление приема мяча от сетки	Практика	2	Наблюдение за выполнением практических заданий	Правила судейства. Пионербол.
	25.0 2	Учебно-тренировочная	Практика	2	Наблюдение за	Техника быстрой атаки. Пионербол.

		игра.			выполнением практически х заданий	Основы знаний о физкультуре и спорте.
март	04.03	Прием мяча в падении. Передача мяча. Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорте.
	11.03	Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков. Приём мяча на месте и после перемещения.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.
	18.03	Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	ОФП. Игры, развивающие физические способности. . Игровые упражнения с прыжками, метаниями и бросками разных мячей в цель и на дальность Пионербол.
	25.03	Приём мяча с подачи. Закрепление технических приёмов. Формирование навыков командных действий	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Пионербол
апрель	01.04	Обучение действиям игрока в защите. Закрепление приема мяча с подачи, от сетки.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Пионербол.
	08.04	Учебно-тренировочная игра. Упражнения на	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки

		координацию			х заданий	вверх).Правила игры. Основы знаний о физкультуре и спорте
	15.0 4	Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию. Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения.	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Нижняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в нападении. Пионербол.
	22.0 4	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи. Закрепление тактических действий при выполнении подач и передач	Теория практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол
	29.0 4	Учебно-тренировочная игра. Челночный бег.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол
май	06.0 5	Учебно-тренировочная игра.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Пионербол
	13.0 5	Учебно-тренировочная игра.	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Групповые тактические действия в нападении и защите. Пионербол с блокированием.
	20.0 5	Правила игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Инструктаж по Т.Б	Практика	2	Наблюдение за выполнением практически х заданий	Игровые упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых

						способностей и выносливости
--	--	--	--	--	--	-----------------------------

### Содержание учебного плана.

#### 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:** Техничко-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.

### Методические материалы

#### 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-fizicheskoy-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.
3. Днепров Э.Д., Аркадьев А.Г. Сборник нормативных документов, Физическая культура/ Э.Д.Днепров, А.Г.Аркадьев. -М.: Дрофа,2007. -103с.
4. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение,2011. - 93 с.
5. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011. - 77 с.
6. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. - 3-е изд. - М.: Просвещение, 2013. - 104 с.
7. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях. А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2012.
8. Внеурочная деятельность учащихся (ФГОС) авторы: Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. М. 2011.
9. Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.

**Список литературы для использования обучающихся и родителей:**

1. Белоножкина О.В. и др. Спортивно-оздоровительные мероприятия в

школе. Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы / Волгоград: Учитель, 2007. 173с.

2. Гатмен Билл. Все о тренировке юного спортсмена/ М.: АСТ: Астрель, 2007. 303 с.: ил.

3. Горелов Ю.П. История физической культуры и спорта: учебное пособие - краткий курс / Кемеровский Государственный Университет, 1997. 104с.

4. Давыдова. М.А., Агапова. И.А. Праздник в школе: Игры, турниры, сценарии. /М.: Рольф, 2000. 256 с.

### 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 дополнительной общеразвивающей 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	Динамика показателей физической подготовленности.

			подготовке	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	Бросок набивного мяча (1кг)	360см	345 см
5	Прыжки на скакалке за 30 сек	19 р	17 р