

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
"Школа-интернат №71 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья городского округа Самара

Программа рассмотрена
на заседании МО воспитателей
ГБОУ школы-интерната № 71 г.о.Самара
протокол № 1
от 10 08 2021 г.

Проверено
10 08 2021 г.
Заместитель директора по ВР
М.С. Данейкина

Утверждаю
Директор ГБОУ
школы-интерната №71 г.о. Самара
Н.В. Межова
Приказ № 14/11 от 10.08 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пионербол»

направленность программы: физкультурно-спортивная

уровень освоения программы: базовый

возрастная категория обучающихся: 10-18 лет

срок реализации программы: 1 год

ФИО, должность
разработчика программы:
Алексеева Е.Н.,
учитель физической культуры

Самара, 2021

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Показатели эффективности достижения планируемых результатов программы..	6
3. Формы, методы и технологии, применяемые для реализации программы.....	7
4. Ожидаемые результаты.....	8
5. Учебный план программы. Содержание программы.....	9
6. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	10
7. Список использованной литературы.....	11

1. Пояснительная записка

Краткая аннотация образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пионербол» предназначена для обучающихся 10-18 лет. Программа реализуется на базе ГБОУ школы-интерната № 71 г.о. Самара в рамках дополнительного образования.

Пионербол-спортивная, командная игра с мячом, схожая по правилам с волейболом, в которой соревнуются 2 команды. Основное отличие пионербола от волейбола в том, что вместо отбивания мяча, игроки ловят его, что значительно упрощает игры. Цель игры-направить мяч над сеткой для приземления его на площадке соперника и в тоже время предотвратить такую же попытку со стороны противоположной команды.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечно-сосудистой 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.

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

Новизна программы Физическое развитие очень важно для детей с интеллектуальными нарушениями. Игры в пионербол развивают технические и тактические навыки, что способствует развитию высших психических функций, игры формируют личность. Командная игра воспитывают у детей чувство солидарности, товарищества и ответственности за действия друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки.

Предлагаемая программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**, которая является важным направлением в развитии и воспитании школьников с ОВЗ.

Основной вид деятельности по программе: общая физическая подготовка

Цель программы:

- обеспечение прав и возможностей обучающихся 10-18 лет на удовлетворение их потребностей на занятиях физической культурой и спортом;

- содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

Задачи программы:

- приобретение учащимися знаний о физической культуре, понимания её значения в жизнедеятельности человека;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышению работоспособности;
- развитие у учащихся основных физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- формирование общих представлений о технике и тактике игры в пионербол,

Место реализации: ГБОУ школа-интернат № 71 г.о. Самара.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Стратегией развития и воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р);
- Концепцией развития дополнительного образования детей (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014г. №1726-р);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. №262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (направленных Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. №09-3242);
- Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 №МО-16-0901/826-ТУ);
- Методическими рекомендациями по разработке и оформлению модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО (разработанные ГБОУ ДО СО «Самарский Дворец детского и юношеского творчества», Региональным модельным центром дополнительного образования детей Самарской области, 2019 г.);

- Уставом ГБОУ школы-интерната № 71 г.о.Самара.

Педагогическая целесообразность программы «Пионербола» заключается в том, что, как и многие другие виды спортивной деятельности она позволяет решать проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

Принципы обучения, используемые во время проведения занятий:

Принцип сознательности и активности предусматривает сознательное, активное отношение занимающихся к подвижным играм и понимание изучаемого материала. Необходимо разъяснить занимающимся важность регулярных тренировок и ставить конкретные задачи перед каждым занятием.

Принцип наглядности тесно связан с принципом сознательности. Суть его состоит в том, что преподаватель, используя показ и различные наглядные пособия, создает ясное представление об изучаемом материале, помогает более отчетливо понять его.

Принцип систематичности и последовательности предполагает определенную систему обучения, установление логической связи между отдельными разделами и правильной последовательности прохождения материала. Реализуя этот принцип в процессе обучения, исходят из педагогических правил от простого к сложному, от главного к второстепенному.

Принцип доступности требует подбора игр по сложности в соответствии с индивидуальными возрастными, половыми особенностями, также степенью подготовленности. Подвижные игры должны быть доступны и в то же время представлять определённую трудность для занимающихся.

Возраст детей: от 10 до 18 лет.

Период реализации программы: 1 год;

- общее число часов в год - 34 часа.

Форма обучения: групповая.

Режим занятий: очный.

Формы проведения занятий: групповые практические и теоретические занятия.

Уровень освоения программы: базовый.

Продолжительность занятий – по 40 мин. 1 раз в неделю.

Ожидаемая минимальная и максимальная численность детей, обучающихся в группе: 10-15 человек.

Краткие сведения о коллективе:

- состав группы: постоянный;

- особенности набора детей: допуск врача;

- виды входного тестирования: медицинское заключение о состоянии здоровья ребенка.

Сведения о квалификации педагогических работников, реализующих программу - квалификация педагога, реализующего образовательную программу, должна соответствовать профессиональным стандартам педагога дополнительного образования.

Возрастные и психолого-педагогические особенности детей: программа рассчитана на обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в возрасте 10-18 лет.

2. Показатели эффективности достижения планируемых результатов программы

Показатели	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Кол. обуча-ся	%
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	1. минимальный уровень (дети овладели менее чем половины объема знаний, предусмотренных программой); 2. средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 2\3); 3. максимальный уровень (дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	1 балл 5 баллов 10 баллов		
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы) Соответствие практических знаний ребенка программным требованиям	1. минимальный уровень (дети овладели менее чем половины объема знаний, предусмотренных программой); 2. средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более 2\3); 3. максимальный уровень (дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период).	1 балл 5 баллов 10 баллов		
Творческие навыки Креативность в выполнении практических заданий	1. начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); 2. репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца); 3. творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества).	1 балл 5 баллов 10 баллов		

Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Удовлетв. Хорошо Отлично	
Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Удовлетв. Хорошо Отлично	

3. Формы, методы и технологии, применяемые для реализации программы

Словесный метод – используется на каждом занятии в форме беседы, описание, объяснение, разбора, распоряжения, команды, указания и д.р.

Методы наглядного воздействия. К этой группе методов относится показ изучаемого в натуре или изображение на схеме, видео, фотографии. Изучаемый прием показывает педагог или один из обучающихся. Важно, чтобы он был образцовый.

Круговой метод представляет собой последовательное выполнение специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы.

Игровой метод обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков, так как в процессе игры они проявляются не изолированно, а в тесном взаимодействии; в случае же педагогической необходимости с помощью игрового метода можно избирательно развивать определенные физические качества (подбирая соответствующие игры);

Соревновательный метод — это способ выполнения упражнений в форме соревнований. Сущность метода заключается в использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся. Обязательным условием соревновательного метода является подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться.

Реализуя данную общеразвивающую программу, педагог использует в своей деятельности следующие педагогические технологии:

- лично-ориентированное обучение;
- развивающее обучение;
- здоровьесберегающие технологии;
- технологии дифференцированного обучения;
- информационные технологии.

4. Ожидаемые результаты:

Дети научатся:

10-12 лет

- выполнять элементарные двигательные действия (ловля, передача мяча)
- научатся играть в подвижные игры с контролирующей помощью педагога (3-4 игры)
- иметь представление о подвижной игре «Пионербол»

13-15 лет

- играть в парах (ловля и передача мяча)
- играть в подвижные игры с мячом (3-4 игры)
- владеть скакалкой (прыжки и бег через скакалку)
- получают представление о «Технике игры», «Тактике игры»;
- получают представление об основных правилах игры в «Пионербол»

16-18 лет

- самостоятельно выполнять двигательные действия (ловля, передача мяча)
- играть в подвижные игры с мячом (5-6 игр)
- владеть скакалкой (прыжки и бег через скакалку)
- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры»;
- выполнять правила игры в пионербол.

Получат возможность узнать:

(10-12 лет)

- о способах и особенностях передвижений человека;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаливающих процедур;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

13-15 лет

- о способах и особенностях передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении игровых упражнений;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаливающих процедур;
- о профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

16-18 лет

- об истории развития пионербола в нашей стране;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении игровых упражнений;
- о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены;
- о правилах использования закаливающих процедур;
- о профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

5. Учебный план программы. Содержание программы

№ п/п	Тема занятия	часы
1	Инструкция по технике безопасности на занятии. Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх». Тестирование.	1
2-5	Комплекс ОРУ №1(с мячами) . Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	4
6-7	Комплекс ОРУ №2.(с мячами) Приёмы: низкий, высокий. Поддачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол.	2
8-10	Комплекс ОРУ №3. Поддачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол.	3
11-14	Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	4
15-16	Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ №5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности.	2
17	Турнир по пионерболу	1
18-19	Комплекс ОРУ №5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	2
20-21	Комплекс ОРУ №6.Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	2
22-23	Комплекс ОРУ №7. Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы» Тестирование.	2
24-25	Комплекс №8(с набивными мячами) Техника быстрой атаки. Пионербол. Основы знаний о физкультуре и спорте.	2
26-27	Комплекс ОРУ №9 (с утяжелителями). Прыжковые упражнения. Пионербол.	2
28-29	Комплекс ОРУ №10(со скакалками). Эстафеты с мячом. Пионербол	2
30-32	Комплекс ОРУ №10.Обучение составлению комплекса. Правила судейства. Игра «Собачки». Пионербол.	3
33	Подготовка к турниру. Формирование команд. Инструкция безопасности. Тестирование.	1
34	Турнир по пионерболу.	1

Процесс подготовки юных спортсменов можно разделить на физическую, техническую, тактическую, теоретическую подготовку. В каждом разделе свои специфические задачи, средства и методы, в то же время все они объединены общей задачей – овладением элементарными навыками игры в пионербол, развитие физических качеств.

Физическая

подготовка:

- укрепление здоровья;
- увеличение объема двигательных навыков;
- развитие основных двигательных качеств;

- укрепление систем организма, несущих основную нагрузку в игре;

Техническая подготовка:

- овладение структурными звеньями приема;
- сочетание звеньев приема;

Тактическая подготовка:

- изучение индивидуальных тактических действий в нападении и защите;
- изучение групповых тактических действий в нападении и защите;
- изучение командных тактических действий в нападении и защите;

Теоретическая подготовка:

- знание правил игры в пионербол
- знание основных терминов и определений

6. Организационно-педагогические условия реализации программы

Для качественной реализации программы необходимо ресурсное обеспечение программы: материально-техническое, информационно-методическое и организационное.

Материально-техническое:

- спортивный инвентарь.
- спортивная площадка;

Информационно-методическое:

- информационные образовательные ресурсы (электронные и цифровые): представленные в цифровой форме фотографии, видеофрагменты, картографические материалы, звукозаписи, символные объекты и деловая графика, текстовые документы и иные учебные материалы (электронные приложения), необходимые для организации учебного процесса;
- информационные ресурсы для современной процедуры создания, поиска, сбора, анализа, обработки, хранения и представления информации;

Организационное:

- разработки педагога для проведения занятий: планы, наглядные пособия;
- разработки педагога для обеспечения образовательного процесса: конспекты занятий, сценарии мероприятий, диагностические материалы;

7. Список использованной литературы

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.
2. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.
3. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.
4. Белоножкина О.В., Егунова Г.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград 2007.
5. Советова Е.В. Оздоровительные технологии в школе. Ростов- на- Дону 2006.
6. Внеурочная деятельность учащихся. Пионербол: пособие для учителей и методистов /Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2012 г.