

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Ейский психоневрологический интернат»

Принята на заседании
педагогического совета
«18» декабря 2023 г.
Протокол № 2



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директора ГБУ СО КК
«Ейский ПНИ»

С.М. Белопольский Белопольский С.М.

«18» декабря 2023 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Бочче»**

Возраст обучающихся: от 18 лет и старше

Срок реализации: 1 год

Объем программы: 22 часа

Составитель программы:

Зехов Анатолий Алексеевич

Должность: руководитель физического
воспитания

г. Ейск
2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Программа по бочке предназначена для воспитанников психоневрологических интернатов. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для секционных занятий по физическому воспитанию.

Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Бочке» имеет физкультурно-спортивную **направленность**, предназначена для получения знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта в выбранной дисциплине. Занятия по игре бочке способствуют развитию таких качеств, как точность, меткость, координации движений, специальной выносливости, умения оценить сложившуюся на площадке обстановку и правильно выполнить бросок мяча, что в свою очередь влияет на интеллектуальное и речевое развитие. Занятия этой спортивной дисциплиной оказывают положительное успокаивающее действие на нервную систему, являясь источником положительных эмоций.

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;

Концепция развития дополнительного образования на 2022-2030 годы от 31 марта 2022 г. № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573), действующие до 1 января 2027 года.

Методические рекомендации «Структурирование программы дополнительного образования», разработанных ГКУ КК «Краевой методический центр» (г. Краснодар, 2022 год);

Лицензия на осуществление образовательной деятельности ГБУ СО КК «Ейский психоневрологический интернат»

Устав ГБУ СО КК «Ейский психоневрологический интернат»

Новизна программы заключается в том, что занимающиеся приобретают опыт, имеющий практическое значение в развитии физических данных,

ориентация на здоровый образ жизни, а как известно, в здоровом теле – здоровый дух.

Актуальность программы в том, что занятия формируют знания, умения и практические навыки для развития жизненной компетенции, способствуют формированию здорового образа жизни, привычки к сознательным занятиям физическими упражнениями, желание общаться и проявлять свою индивидуальность. Физкультура и спорт – это сила воли, упорство, настойчивость, трудолюбие, дисциплинированность. Развитие этих качеств с детского возраста станет тем фундаментом, который обеспечит успешность жизни ребёнка в будущем. Через занятия по программе занимающихся с нарушениями развития и заболеваниями опорно-двигательного аппарата приобщаются к участию в общественной жизни, соревнуются и общаются со сверстниками из других городов и стран, гармонично развиваются в обществе здоровых людей, проявляя свою компетентность.

Педагогическая целесообразность программы заключается в создании условий для воспитания моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Где важную роль в этом играет спортивная деятельность, которая представляет возможности для воспитания всех этих качеств.

Адресат программы: от 18 лет и старше

Объем программы: общее количество – 22 часа.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 45 минут.

Форма занятий: индивидуальные и групповые учебно-тренировочные занятия.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие интереса и двигательных способностей обучающихся, воспитание привычки к активным занятиям физическими упражнениями средствами и методами игры в бочче, достижение высоких спортивных результатов и формирование социальной адаптации занимающихся через совместную игровую деятельность.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Научить занимающихся основным двигательным действиям при игре бочче.
2. Создать представление о спортивной терминологии, классификации игровых, правилах соревнований, жестах судей.
3. Содействовать формированию основных двигательных умений и навыков при выполнении технических приёмов.
4. Содействовать формированию знаний о тактических действиях в личных и командных соревнованиях.

Развивающие:

1. Содействовать развитию координационных способностей, общей и специальной выносливости, меткости и точности при выполнении бросков мяча, общей физической и специальной подготовки.
2. Содействовать развитию логического мышления, умственных способностей, умения координировать свои действия в игре (тактические действия).
3. Содействовать развитию предметно-манипуляционной деятельности рук, зрительно-моторной координации, мышечно-суставного чувства.
4. Содействовать развитию индивидуальных способностей, учитывая ограниченные физические возможности каждого обучающегося.

Воспитательные:

1. Способствовать воспитанию решительности, организованности, личной ответственности, трудолюбия и дисциплинированности у занимающихся.
2. Способствовать воспитанию чувства взаимопомощи и взаимной поддержки в коллективе.
3. Способствовать воспитанию привычки чёткой продуманности.
4. Способствовать воспитанию способности к эмоциональной отзывчивости и сопереживанию как побед, так и неудачных выступлений.
5. Способствовать воспитанию понимания значимости здорового образа жизни и гармонии тела.

**1.3. Учебный план
дополнительной общеразвивающей программы
«Бочче»**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		Всего	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия
1	Теоретические занятия	3	3	-
2	Тактическая и техническая подготовка	19	-	19
ВСЕГО		22	3	19

1.4. Содержание программы

Раздел 1 Теоретические занятия

Занятие 1.1. *Соблюдение техники безопасности на занятиях. История возникновения бочче.*

Теоретическое занятие: рассказ об общих требованиях, требованиях к занимающимся, к местам проведения занятий. Зарождение игры бочче; турниры по бочче в Древнем Риме; распространение игры в Европе.

Занятие 1.2. *Терминология применяемая в игре бочче. История развития бочче в России.*

Теоретическое занятие: рассказ о терминологии и названии бросков, терминологии видов бросков. Зарождение бочче в России. Дебют российских спортсменов на международной арене.

Занятие 1.3. *Правила соревнований. Показ, разъяснение и назначение используемого оборудования для игры.*

Теоретическое занятие: рассказ об экипировке и приспособлениях; мячах для бочче; измеряющем устройстве. Правила игры. Жеребьевка, нарушения, перемещения по корту, штрафы.

Раздел 2 Тактическая и техническая подготовка

Занятие 2.1. *Показательная игра. Обучение исходного положения. Хват, захват, способ держания шара.*

Практическое занятие: проводится подготовленными участниками. В исходном положении наклон туловища, постановка ног, движение рук, положения головы.

Занятие 2.2. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание шаров с одного конца поля на другой, используя правильный захват.*

Практическое занятие: выполнение упражнения: а) с двух колен; б) с одного колена.

Занятие 2.3. *Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание малого мяча «паллино».*

Практическое занятие: упражнения на силу, ловкость, выносливость. ОРУ без предметов. Катание малого мяча: а) в ограниченное пространство; б) в различные части площадки.

Занятие 2.4. *Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание малого мяча «паллино».*

Практическое занятие: упражнения на силу, ловкость, выносливость. ОРУ без предметов. Катание малого мяча в цель.

Занятие 2.5. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Обучение катанию шара, из стойки игрока, от стартовой линии.

Практическое занятие: упражнения на точность и дальность; катание шара: а) в ограниченное пространство; б) в различные части площадки; в) в цель.

Занятие 2.6. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. На средней линии «В» «С» чертится круг, туда помещается Паллино. Задачи:

а) - задеть Паллино;

б) - сбить Паллино

в) - положить свой мяч как можно ближе к Паллино.

Практическое занятие: упражнения на точность. ОРУ без предметов. Выполнение задач с близкой, средней, дальней дистанции.

Занятие 2.7. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. На средней линии «В» «С» чертится круг, туда помещается Паллино. Задачи:

а) - задеть Паллино;

б) - сбить Паллино

в) - положить свой мяч как можно ближе к Паллино.

Практическое занятие: упражнения на точность. ОРУ без предметов. Выполнение задач с близкой, средней, дальней дистанции.

Занятие 2.8. ОФП. Подвижные игры. ТТП. На 10 метровой линии устанавливается Паллино посередине и 2 пластиковые бутылки или стойки. Задача:

а) - попасть в Паллино - 2 очка;

б) - задеть бутылку (стойку) - 10 очков;

в) - пройти между бутылкой (стойкой) и Паллино - 1 очко.

Практическое занятие: упражнения на развитие ловкости, точности, координации. Подвижная игра « Попади в цель». Занятия проводятся в виде соревнования.

Занятие 2. 9. На 10 метровой линии устанавливается Паллино посередине и 2 пластиковые бутылки или стойки.

Задача:

а) - попасть в Паллино - 2 очка;

б) - задеть бутылку (стойку) - 10 очков;

в) - пройти между бутылкой (стойкой) и Паллино - 1 очко.

Практическое занятие: упражнения на развитие ловкости, точности, координации. Подвижная игра « Попади в цель». Занятия проводятся в виде соревнования.

Занятие 2.10. ОФП. Подвижные игры. ТТП. Удар шара соперника отскоком от борта.

Практическое занятие: упражнения на силу, ловкость, точность. Подвижная игра «Попади в цель». Выбивание шара соперника для создания выгодной ситуации для своей команды: шары соперника закрываю паллино; шары соперника находятся ближе шаров бросающего игрока.

Занятие 2.11. *ОФП. Подвижные игры. ТТП. Удар шара соперника отскоком от борта.*

Практическое занятие: упражнения на силу, ловкость, точность. Подвижная игра «Попади в цель». Выбивание шара соперника для создания выгодной ситуации для своей команды: шары соперника закрываю паллино; шары соперника находятся ближе шаров бросающего игрока.

Занятие 2.12. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Катание шара с целью попасть в другой шар.*

Практическое занятие: упражнения на развитие точности и координации. ОРУ в движении. Катание шара с различной дистанции и различными способами.

Занятие 2.13. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Парные игры. Игра 8 шарами.*

Практическое занятие: упражнения на точность. ОРУ в движении. Объяснение парной игры, игра 8 шарами в парах, закрепление практических навыков.

Занятие 2.14. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Парные игры. Игра 8 шарами.*

Практическое занятие: упражнения на точность. ОРУ в движении. Объяснение парной игры, игра 8 шарами в парах, закрепление практических навыков.

Занятие 2.15. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Игра командой из четырёх человек.*

Практическое занятие: упражнения на развитие координации и точности. ОРУ в движении. Объяснение правил и этикета для команд из 4 человек, знакомство с игровыми ситуациями, установлением мячей в разных позициях, объяснение стратегии для выигрыша паллино, закрепление практических навыков.

Занятие 2.16. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Игра командой из четырёх человек.*

Практическое занятие: упражнения на развитие координации и точности. ОРУ в движении. Объяснение правил и этикета для команд из 4 человек, знакомство с игровыми ситуациями, установлением мячей в разных позициях,

объяснение стратегии для выигрыша паллино, закрепление практических навыков.

Занятие 2.17. *ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Игра командой из четырёх человек.*

Практическое занятие: упражнения на развитие координации и точности. ОРУ в движении. Объяснение правил и этикета для команд из 4 человек, знакомство с игровыми ситуациями, установлением мячей в разных позициях, объяснение стратегии для выигрыша паллино, закрепление практических навыков.

Занятие 2.18. *Итоговое занятие: соревнование команд среди женщин.*

Практическое занятие: проведение турнира среди опекаемых для получения игровой практики, обсуждение турнира, разговор о форме, требования, этикет на корте, безопасность, правила.

Занятие 2.19. *Итоговое занятие: соревнование команд среди мужчин.*

Практическое занятие: проведение турнира среди опекаемых для получения игровой практики, обсуждение турнира, разговор о форме, требования, этикет на корте, безопасность, правила.

1.5. Планируемые результаты

У обучающихся улучшатся: организованность, личная ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь и взаимно поддержка в коллективе, знания о значении здорового образа жизни;

У опекаемых разовьются: глазомер, координация движений, общая и специальная выносливость, меткость и точность при выполнении бросков мяча, общая физическая подготовка, укрепят мышечный корсет; так же разовьют образное и логическое мышление, необходимое для выполнения правильных тактических действий в игровой ситуации, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями;

У воспитанников сформируются: навыки работы в коллективе, самообслуживания. Будут уметь выполнять и применять на практике основные двигательные действия, следовать правилам игры, спортивной терминологии и жестам, указаниям судьи на корте.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеразвивающей программы «Бочче»

№ п/п	Дата проведения	Название разделов и тем	Количество часов		
			Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
		Раздел 1 Теоретические занятия	3	3	-
1.		Занятие 1.1. Соблюдение техники безопасности на занятиях. История возникновения бочче.	1	1	
2.		Занятие 1.2. Терминология применяемая в игре бочче. История развития бочче в России.	1	1	
3.		Занятие 1.3. Правила соревнований. Показ, разъяснение и назначение используемого оборудования для игры.	1	1	
		Раздел 2 Тактическая и техническая подготовка	19	-	19
4.		Занятие 2.1. Показательная игра. Обучение исходного положения. Хват, захват, способ держания шара.	1		0,5
5.		Занятие 2.2. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание шаров с одного конца поля на другой, используя правильный захват.	1		1
6.		Занятие 2.3. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание малого мяча «паллино».	1		1
7.		Занятие 2.4. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Катание малого мяча «паллино».	1		1
8.		Занятие 2.5. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТПП. Обучение катанию шара, из стойки игрока, от стартовой линии.	1		1
9.		Занятие 2.6. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТПП. На средней линии «В» «С» чертится круг, туда помещается Паллино.	1		1

10.	Занятие 2.7. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. На средней линии «В» «С» чертится круг, туда помещается Паллино.	1		1
11.	Занятие 2.8. ОФП. Подвижные игры. ТТП. На 10 метровой линии устанавливается Паллино посередине и 2 пластиковые бутылки или стойки.	1		1
12.	Занятие 2.9. На 10 метровой линии устанавливается Паллино посередине и 2 пластиковые бутылки или стойки.	1		1
13.	Занятие 2.10. ОФП. Подвижные игры. ТТП. Удар шара соперника отскоком от борта.	1		1
14.	Занятие 2.11. ОФП. Подвижные игры. ТТП. Удар шара соперника отскоком от борта.	1		1
15.	Занятие 2.12. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Катание шара с целью попасть в другой шар.	1		1
16.	Занятие 2.13. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Парные игры. Игра 8 шарами.	1		1
17.	Занятие 2.14. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Парные игры. Игра 8 шарами.	1		1
18.	Занятие 2.15. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Игра командой из четырёх человек.	1		1
19.	Занятие 2.16. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Игра командой из четырёх человек.	1		1
20.	Занятие 2.17. ОФП. Общеразвивающие упражнения. ТТП. Игра командой из четырёх человек.	1		1
21.	Занятие 2.18. Итоговое занятие: соревнование команд среди женщин.	1		1
22.	Занятие 2.19. Итоговое занятие: соревнование команд среди мужчин.	1		1
ВСЕГО		22	3	19

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение

Оборудование спортивного зала, спортивной площадки:

1. Мячи для игры в бочче;
2. Корт с разметкой для игры в бочче;
3. Специальные устройства для хранения мячей;
4. Кегли;
5. Воротики;
6. Гантели;
7. Резиновые кольца;
8. Гимнастические палки;
9. Фишки;
10. Ракетка и измеритель расстояния для судейства игр.

2.3. Формы контроля (аттестации) планируемых результатов

Программа предусматривает оценивание предметных, метапредметных и личностных показателей в начале занятий, а также итоговый контроль в конце срока реализации программы. На каждом занятии специалист, реализующий программу, проводит текущий контроль по предметным показателям, используя различные методы социально-педагогической работы.

2.4. Оценочные материалы

Эффективность программы основывается на результатах обучения, которые проявляются в ходе проведения соревнований, товарищеских встреч среди обучающихся, а также участия в краевых соревнованиях.

2.5. Методическое обеспечение программы

Методические материалы

Реализация программы основывается на следующих принципах:

принцип единства диагностики и коррекции, который обеспечивает целостность педагогического процесса;

принцип единства коррекционных и развивающих задач;

принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей получателей социальных услуг;

принцип целостности восприятия предполагает наполнение жизни получателей социальных услуг яркими впечатлениями и переживаниями от восприятия окружающего мира;

принцип интегративности программы заключается во взаимосвязи различных видов деятельности получателей социальных услуг;

принцип доступности и последовательности предполагает построение учебного процесса от простого к сложному;

принцип деятельностного подхода - любые знания приобретаются получателями социальных услуг во время активной деятельности.

вербальные: рассказ, беседа, информирование, инструктаж, работа по устным рекомендациям, анализ проделанной работы – направлены на формирование теоретических и практических знаний занимающихся;

наглядные: демонстрация иллюстративного материала, показ приемов работы, работа по заданиям, показ упражнений, движений, (способствует более быстрому усвоению программы, повышает интерес к занятиям) – направлены на развитие наблюдательности, внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу человека;

практические: наблюдения, самостоятельная работа, учебно-тренировочная деятельность – развивает умение применять на практике полученные знания, совершенствовать необходимые двигательные навыки.

Методы работы:

словесный (используется при освоении нового материала, объяснении правильных приемов работы, исправлении и предупреждении ошибок);

игровой (использование упражнений в игровой форме).

Формы работы: индивидуальные и групповые учебно-тренировочные занятия

Педагогические технологии, используемые при реализации программы

№ п/п	Название	Цель	Механизм	Результат применения
1.	Технология развивающего обучения	Развитие личности и ее способностей	Обеспечение совместной или самостоятельной деятельности обучающихся, при которой они сами «додумываются до решения проблемы»	Развиваются мыслительные способности, активизируется самостоятельная деятельность, происходит творческое овладение предложенным материалом
2.	Личностно-ориентированная технология	Максимальное развитие индивидуальных способностей, обучающихся на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности	Выработка индивидуального пути развития каждого обучающегося через создание альтернативных форм, индивидуальных программ обучения	Саморазвитие личности каждого обучающегося, исходя из его индивидуальных особенностей
3.	Здоровьесберегающая технология	Формирование, укрепление и сохранение социального, физического здоровья	Создание совокупности организационных, обучающих условий	Приобретение привычки заботиться о собственном здоровье, реализуя специальные техники и технологии его сохранения и укрепления
4.	Игровая технология	Создание оптимальных, соответствующих возрасту условий усвоения, обучающихся информации, знаний, получения опыта	Включение обучающихся в процесс игровой деятельности	Повышается мотивационный уровень обучающихся, мобилизуются личностные ресурсы каждого участника

5.	Технология дифференцированного обучения	Создание оптимальных условий для выявления задатков, развития способностей обучающихся	Подбор методов индивидуального обучения	Обучающиеся усваивают программный материал на различных уровнях, в соответствии с их способностями, возможностями и возрастом
----	--	--	---	---

Кадровое обеспечение: программа реализуется специалистом, имеющим профильное образование, курсы повышения квалификации по дополнительной программе «Педагогика, психология и методика дополнительного образования детей и взрослых» 2021 год.

Раздел 3. Список используемой литературы

Основная

1. Башкирова М.М., Емлина З.В. Международная ассоциация спорта и физической культуры для лиц с церебральным параличом (СП ИСРА). Правила игры в бочче.- М., 2015. – 21 с.;
2. Дараева Т.В. и др. Программа по физической культуре. Специальная медицинская группа.- М.: Глобус, 2016. – 216 с.;
3. Ильин Е.П. Психология спорта. Санкт-Петербург- СПб, 2015. – 269 с.;
4. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры.- М., 2017. – 137 с.;
5. Лях В.И., Кофман Л.Б., Мейксон Г.Б., Васильева М.И. Физическая культура 1-11 классы: развёрнутое тематическое планирование по комплексной программе. Волгоград, 2016. – 183 с.;
6. Сладкова Н.А. Параолимпийский Комитет России. Материалы к семинару по классификации спортсменов в бочча.- М., 2018. – 160 с.;
7. Царик А.В. Параолимпийский спорт: классификации, разряды и звания, учебно-тренировочные программы.- М., 2017. – 1262 с.;
8. Презентация: основные тренировочные упражнения и приёмы бросков // Электронный ресурс/ - <http://www.myshared.ru/slide/485935/>