

РАССМОТРЕНО

на заседании
научно-методического совета Прото-
кол № 1 от « 26 » 08. 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

директор школы
Г.Ф. Акимкина
Приказ № 125-ОД от « 26 » 08.2024г.

**Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа
«Бочче»**

государственного общеобразовательного казённого учреждения
Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа города Усть-Илимска»

Адресат программы:

для детей с ОВЗ, с умеренной степенью
умственной отсталости
(интеллектуальными нарушениями).
Возраст детей: 12-17 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик (и) программы:

Лихолетова Светлана Станиславовна
педагог дополнительного образования

Усть-Илимск, 2024 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно – оздоровительную направленность и составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «КолоБочек» разработанной в рамках проекта «Программа психофизиологического развития детей с ПОДА» автора Козловой Е. С. Специалиста по адаптивной физической культуре под научным руководством Бойко О. Я.

Бочче (boccia) – Пара олимпийский вид с 1984 года. Игра включает в себя спортсменов с нарушениями затрагивающими двигательные навыки. В бочче играют руками, ногами, а также с помощью вспомогательных устройств. В этом виде спорта нет разделения на женский и мужской: играют все вместе. Игра проходит на корте размером 6 x 12,5 метров. В эту игру играют вдвоём, вчетвером (парана пару) и командой (трое на трое). Игроки располагаются в боксах в зависимости от жеребьёвки и цвета мячей. У игрока имеется 6 красных, либо 6 синих мячей и один белый - Джек бол. По команде судьи игрок вбрасывает на корт белый мяч, после остановки, которого вбрасывает свой цветной мяч (красный или синий по жребью). Затем вбрасывание своего цветного мяча выполняет другой игрок. Если его мяч остановился ближе к Джек болу, то следующий бросок выполняет первый игрок, если дальше, то он продолжает выбрасывать свои мячи. И всего-то надо - взять мяч, хорошо прицелиться и бросить его на корт к Джек болу. И если первый бросок получился «супер» «точным» (цветной мяч «приклеился» к белому) - то остаётся оставшиеся пять мячей бросить или подкатить также точно, как и первый. Выигрывает игрок, чей мяч или мячи лежат ближе к Джек болу.

Актуальность программы

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в образовательном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей школьников.

В онтогенезе человека каждому возрастному этапу его развития соответствует определенный тип ведущей деятельности, которая в этот временной интервал оказывает самое решающее влияние на становление и изменения в психических и физиологических процессах организма. У детей с умеренной степенью отсталости с нарушениями опорно-двигательного аппарата и познавательной сферы актуальной деятельностью является игра.

В педагогике игровой метод относят к числу наиболее значимых и эффективных. В многочисленных публикациях подчеркивается роль игры в повседневной жизни и образовании детей как формы деятельности, создающей условия активного воздействия не только на физическое развитие и физическую подготовленность ребенка, но в равной степени на его сознание, интеллект, чувства, поведение и психику в целом. В соответствии с этим мы разработали программу обучения детей школьного возраста с нарушением О Д А игре в бочче.

Новизна программы

Расширена модель обучения детей с ОВЗ через специальные педагогические технологии, методы, формы, в процессе которой у каждого обучающегося появился механизм компенсации имеющегося дефекта, на основе чего станет возможной его интеграция в современное общество необходимо применение. Программа впервые дополнена диагностическим материалом (разработка автора). Диагностические упражнения для отслеживания результатов усвоения навыков игры.

Педагогическая целесообразность программы

Программа ориентирована: на реализацию двигательной потребности ребенка с ОВЗ учитывая его конституционные особенности и физические возможности; на формирование знаний, умений, практических навыков для развития жизненных компетенции, которые способствуют формированию здорового образа жизни, привычки к сознательным

занятиям физическими упражнениями, желания общаться и проявлять свою индивидуальность.

Овладение навыками игры в бочче обеспечит развитие у детей способности согласовывать свои движения с направлением и скоростью движения шара (дифференцирование пространственно-временных отношений); развитие специальных физических способностей, главным образом, силы и быстроты сокращения мышц, от которых зависит овладение моментом воздействия рукой на шар (при подаче). Этому подчинены также подводящие упражнения, которые развивают специальные координационные способности, быстроту сложных реакций, зрительную ориентировку, наблюдательность, мышление, речи. Кроме того, игра бочче обеспечит разностороннее развитие личности ребенка. У школьников будут формироваться выдержка, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, положительные отношения к сверстникам и адекватное социальное поведение. Занятия этой спортивной дисциплиной оказывают положительное успокаивающее действие на нервную систему обучающегося, являясь источником положительных эмоций.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в дозировании нагрузки, постепенности и доступности - «от легкого к сложному», «от медленного к быстрому», «от общего к частному», преемственности, результативности.

- Формы и методы обучения: дифференцированное обучение, занятия, конкурсы, соревнования;

- Метод контроля и управления образовательным процессом: диагностические упражнения (моделирование соревновательных, игровых ситуаций) данный метод позволяет использовать индивидуальные компенсаторные механизмы мыслительного и двигательного аппарата школьника для учета и анализа результатов освоения программы;

- Средства обучения: для обучения по данной Программе необходимо нестандартное оборудование для каждой группы: набор разноцветных шаров (9 штук), спортивная площадка (корт) размером 3,5х16 метров.

Отличительная особенность данной программы

- Программа рассчитана на детей школьного возраста 12- 17 лет.

- По данной Программе могут обучаться дети с умеренной степенью нарушения опорно-двигательного аппарата (ОДА), при которой они ходят и обслуживают себя самостоятельно.

- Данная Программа предусматривает индивидуальный, персональный подход к методам и технологиям обучения каждого ребенка с учетом особенностей его развития, вида нарушения опорно-двигательного аппарата и степени тяжести заболевания.

- Учебный материал распределен по видам подготовки (общая физическая, специальная физическая, спортивно-техническая, теоретическая), как это принято в практике планирования учебно-тренировочного процесса.

- В содержании Программы нами приводится перечень всех основных движений, игр и игровых заданий. Развивающая двигательно-игровая деятельность детей должна носить творческий характер. Перечень является примерным, опираясь на него каждый педагог должен подбирать содержание учебного материала с учетом индивидуальных двигательных и психологических возможностей детей.

- Набор в секцию осуществляется с учетом желаний и двигательных возможностей детей.

- Программа подчеркивает ценность семьи как уникального института воспитания и необходимость развития ответственных и плодотворных отношений с семьями воспитанников. В приложениях предложен перечень подвижных игр, которые родители могут проводить дома для закрепления навыков, полученных ребенком на занятиях по бочче.

Адресат программы: программа «Бочче» разработана для детей 5- 9 года обучения, Дети с нарушениями ОДА- неоднородная группа, основной характеристикой которой

являются задержки формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций. Двигательные расстройства характеризуются нарушениями координации, темпа движений, ограничением их объема и силы, что приводит к невозможности или частичному нарушению осуществления движений.

Сколиоз и нарушения осанки являются наиболее распространенными заболеваниями ОДА у детей. Эти заболевания служат предпосылкой для возникновения ряда функциональных и морфологических расстройств здоровья в детстве и оказывают отрицательное влияние на течение многих заболеваний у взрослых. По последним данным, число детей с нарушениями осанки достигает 30 - 60 %, а сколиоз поражает в среднем 10 - 15 % детей.

Большую часть детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата составляют дети с церебральными параличами. Детские церебральные параличи (ДЦП) — клинический термин, объединяющий группу хронических не прогрессирующих симптомов комплексов двигательных нарушений, вторичных по отношению к поражениям или аномалиям головного мозга, возникающим в перинатальном периоде. Детский церебральный паралич (ДЦП) обозначает группу двигательных расстройств, возникающих при поражении двигательных систем головного мозга и проявляющихся в недостатке или отсутствии контроля со стороны нервной системы за произвольными движениями.

У детей с ОВЗ часто нарушена пространственная ориентация. Это проявляется в замедленном освоении понятий, обозначающих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить геометрические фигуры

У детей с ОВЗ часто страдает произвольность внимания, его устойчивость и переключаемость. Ребенок с трудом и на короткое время сосредоточивается на предлагаемом объекте или действии, часто отвлекается.

Расстройства эмоциональной-волевой сферы у одних детей могут проявляться в виде повышенной возбудимости, раздражительности, двигательной расторможенности, у других наоборот, в виде заторможенности, вялости.

С учетом особых образовательных потребностей детей с нарушениями ОДА необходимо соблюдать следующие условия:

- создавать без барьерную, архитектурно- планировочную среду;
- соблюдать ортопедический режим;
- соблюдать рекомендации лечащего врача по определению режима нагрузок, организации образовательного процесса;
- (организация режима ношения ортопедической обуви, смены видов деятельности на занятиях и т. д.);
- организовывать коррекционно-развивающие занятия по коррекции нарушенных психических функций;
- предоставлять ребенку возможность передвигаться тем способом, которым он может, и в доступном для него темпе;
- проводить целенаправленную работу с родителями детей с ОВЗ, обучать их доступным приемам коррекционно-развивающей работы;

Срок освоения программы: 1 год.

Форма обучения: очная

Режим занятий: Программа «Бочке» рассчитана на 1 года обучения: занятия проводятся в течение 9 месяцев с сентября по май; всего 34 учебных недели; общее количество учебных часов в год – 34; продолжительность занятия 30 минут; предполагаются в учебные дни. Нагрузка может быть снижена в зависимости от самочувствия и индивидуальных особенностей воспитанников, но не более, чем на 25%.

Цель: развитие интереса и двигательных способностей детей с ограниченными возможностями здоровья, воспитание привычки к активным занятиям физическими упражнениями средствами и методами игры бочке, социальная адаптация занимающихся через совместную игровую, соревновательную деятельность.

Задачи:

Обучающие:

- содействовать формированию основных двигательных умений и навыков при выполнении технических приёмов, в зависимости от особенностей и ограничений здоровья;
- создать представление о спортивной терминологии, классификации игроков, правилах соревнований, жестах судей;
- содействовать формированию знаний о тактических действиях в личных и командных соревнованиях.

Развивающие:

- содействовать развитию общей координации движений, физических качеств: выносливости, ловкости, меткости и точности при выполнении бросков мяча;
- содействовать развитию логического мышления, умственных способностей, умения координировать свои действия в игре (тактические действия);
- содействовать развитию предметно-манипуляционной деятельности рук, зрительно-моторной координации, мышечно-суставного чувства;

Воспитательные:

- способствовать воспитанию решительности, организованности, личной ответственности, трудолюбию и дисциплинированности у занимающихся;
- способствовать воспитанию чувства взаимопомощи и взаимной поддержки в коллективе;
- способствовать воспитанию способности к эмоциональной отзывчивости и сопереживанию, пониманию значимости здорового образа жизни.

Комплекс основных характеристик программы

Объём, содержание программы

Общий объём программы за 1 год обучения составляет 34 часа.

Содержание программы 1 года обучения.

Часы теории и практики в учебно-тематическом плане интегрированы. Теоретический раздел программы включает общие знания и специальные требования к правилам игры «Бочче» реализуется в процессе тренировочного занятия в форме пояснений, бесед для развития у детей элементарных представлений о безопасности жизнедеятельности и основах здорового образа жизни, обращая внимание на правила целесообразного поведения в рамках непосредственной игры в образовательной и самостоятельной деятельности, необходимость и полезность физической активности и личной гигиены, значение и способы выполнения общеразвивающих и специальных упражнений. Важность психологического настроя на игровую и соревновательную деятельность в аспектах успеха и временных неудач. Логичным инструментом контроля и упорядочивания применения навыков является судейство для того чтобы игроки не потеряли особенный эксклюзивный интерес, основанный на правилах игры, которые так же отражаются в тренировочной и соревновательной форме занятия. Тестовые задания и диагностика служат инструментом контроля приобретённых навыков и жизненных компетентный в ходе обучения.

Программа имеет 8 разделов. Структура разделов создана для учета, но в практической деятельности детей неразрывно протекает через структуру занятия преследуя принцип от «общего к частному», создавая модель социального, игрового, образовательного взаимодействия.

Общая физическая подготовка (4 часа).

Строевые упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг и др. Легкая атлетика: ходьба, бег в медленном темпе, лазание, ползание, подлезание. Метание мяча, катание шара. Спортивные игры: пионербол, футбол, бадминтон и др. Эстафеты с передачей предмета. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении из программного материала по адаптивной физкультуре для 5-9 классов с постепенным их усложнением, увеличением объёма и интенсивности выполнения.

Специальная физическая подготовка (6 часов).

Специальная физическая подготовка осуществляется в процессе выполнения детьми упражнений, направленных на развитие глазомера (приложение 3), дифференциацию мышечных усилий при выполнении действий с мячом, шаром (приложение 4), развитие пространственной ориентировки, удержание статического и динамического равновесия (приложение 5). Эффективность упражнений достигается при выполнении их не только на тренировках по бочке, но и в повседневной жизни с воспитателями и родителями. Совершенствованию двигательных действий, необходимых для овладения техникой бочки, способствуют подводящие упражнения (Приложение 1) и множество подвижных игр (Приложение 2).

Техническая подготовка (13 часов).

Тренировочная программа по бочке (30 занятия). Это серия коротких планов для тренировки технических навыков в игре бочке в течение 15 минут. Эта программа не абсолютна. Она представляет путеводитель для работы тренера и обучающихся. Каждый план включает: повторение ранее изученного материала, знакомство с новыми навыками и закрепление.

В бочке применяется три вида бросков:

- Катать мячи – ПУНТО.

- Разбивать, сбивать, ударять с шумом – РАФФА.

- Кидать сверху – вперед, чтобы замедлить ход бочки – ВОЛО.

Учитывая возрастные и психофизические особенности детей дошкольного возраста с нарушениями ОДА, в период реализации этой Программы мы предлагаем обучить воспитанников технике игры бочке с выполнением броска ПУНТО, т. к. он не требует больших физических затрат и менее травмоопасен.

1-2 занятие

Повторение назначения оборудования, инвентаря – 2 мин.

Повторение исходного положения, в котором должен стоять игрок, для того чтобы катнуть шар.

Тренировка основной фиксированной стойки (позиции).

Тренировка в катании малого шара (паллино) на различные расстояния, используя ориентиры 4 мин.

Демонстрация правильного захвата большого шара (бочке)

Тренировка правильного захвата большого шара (бочке), положения руки при броске, катание бочки.

3 занятие

Повторение практических навыков: принятие стойки у стартовой линии, катание малого шара (паллино), захват большого шара (бочке).

Тренировка в катании шаров с одного конца поля на другой, используя правильный захват. Ребенок находится посередине стартовой линии.

Тренировка в катании шаров с разных позиций на стартовой линии в различных направлениях за среднюю линию (по прямой, вправо, влево).

4 занятие

Повторение практических навыков: катание малого шара (паллино) и большого шара (бочке) на разные расстояния за среднюю линию, используя ориентиры.2.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит посередине средней линии.

5 занятие

Повторение практических навыков: катание малого шара (паллино) на разные расстояния за среднюю линию, используя ориентиры, подкатывание большого шара (бочке) к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит посередине средней линии.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии.

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

6 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любого места на стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии.

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

7 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любого места на стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии.

Объяснение правил подсчета очков: определение ближайшего большого шара к паллино различными способами («на глаз», с использованием ленты, с использованием измерительного прибора), подсчет количества шаров одного цвета, которые находятся ближе к паллино, чем шары другого цвета (приложение 7).

8 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любого места на стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии.

Объяснение правил подсчета очков: определение ближайшего большого шара к паллино различными способами («на глаз», с использованием ленты, с использованием измерительного прибора), подсчет количества шаров одного цвета, которые находятся ближе к паллино, чем шары другого цвета (приложение 7).

9 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любого места на стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии; измерение расстояния, подсчет очков. Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией).

10 занятие

Повторение практических навыков: выкатывание паллино за среднюю линию, подкатывание большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией).

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией).

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

10 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией); практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в любом месте зоны «С» (за средней линией).

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

12 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 9 метров от стартовой линии в любом месте зоны «С» (за средней линией); измерение расстояния, подсчет очков. Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией). Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

13 занятие

Повторение практических навыков: выкатывание паллино за среднюю линию, подкатывание большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией).

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией).

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

14 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в середине зоны «С» (за средней линией); практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в любом месте зоны «С» (за средней линией).

Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.

15 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит на расстоянии 11 метров от стартовой линии в любом месте зоны «С» (за средней линией); измерение расстояния, подсчет очков. Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит в любом месте зоны «С» (за средней линией).

16 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит в любом месте зоны «С» (за средней линией), измерение расстояния, подсчет очков. Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С». Должны достичь одного результата из трёх попыток.

Тренировка в подкатывании большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит в любом месте зоны «С» (за средней линией).

17 занятие

Повторение практических навыков: подкатывание большого шара к малому с любой точки стартовой линии, при этом паллино стоит в любом месте зоны «С» (за средней линией).

Выполнение прямой подачи шара: малый шар располагается за средней линией в зоне «С» напротив игрока, нужно подкатить бочке к паллино.

18 занятие

Повторение практических навыков: выполнение прямой подачи шара: малый шар располагается за средней линией в зоне «С» напротив игрока, нужно подкатить бочке к

паллино.

Выполнение подачи бочке с целью подкатить к шару этого же цвета, сдвинуть его с места в направлении паллино.

19 занятие

Повторение практических навыков: выполнение подачи бочке с целью подкатить к шару этого же цвета, сдвинуть его с места в направлении паллино.

Выполнение подачи бочке с целью разбить два шара другого цвета. Шары стоят рядом или друг за другом.

20 занятие

Повторение практических навыков: выполнение подачи бочке с целью разбить два шара другого цвета.

Выполнение подачи бочке с целью сдвинуть паллино с места: пододвинуть к шарам этого же цвета, отодвинуть от шаров соперника).

21 занятие

Повторение практических навыков: выполнение подачи бочке с целью сдвинуть паллино с места

Объяснение правил игры в одиночном разряде.

Отработка судейской практики: показ сигнальных флажков, определяющих очередь подачи бочке.

22 занятие

Повторение практических навыков: отработка правил игры в одиночном разряде, показа сигнальных флажков.

Выявление и объяснение ошибок в играх в одиночном разряде: нарушение очередности выкатывания бочке, подача не своего шара и т.п.

Отработка судейской практики: судья на линии старта следит за заступом при подаче шара.

23 занятие

Повторение практических навыков: отработка правил игры в одиночном разряде, показа сигнальных флажков, судейства на стартовой линии.

Объяснение правил игры в парном разряде.

Отработка судейской практики: измерение расстояния между паллино и бочке с использованием ленты, измерительного прибора.

24 занятие

Повторение практических навыков: отработка правил игры в парном разряде, показа сигнальных флажков, судейства на стартовой линии, измерения расстояния между паллино и бочке.

Выявление и объяснение ошибок в играх в парном разряде: нарушение очередности выкатывания бочке, подача не своего шара, подача неравного количества шаров игроками одной команды и т.п.

25 занятие

Повторение практических навыков: создание игровых ситуаций с установлением мячей в разных позициях, объяснение стратегии для выигрыша, отработка судейской практики.

Выявление и объяснение ошибок в играх в командном разряде: нарушение очередности выкатывания бочке, подача не своего шара, подача более одного шара игроками одной команды и т.п.

26 занятие

Определение тактики игры в условиях ограниченного временного промежутка (15 мин): подача паллино за среднюю линию в зону «С» с первой попытки, подкатывание своего шара к паллино, выбивание шара соперника, сдвигание паллино своим шаром в выгодную позицию.

Повторение правил этикета во время игры. Подсчет очков.

27 занятие

Игра в командном разряде в течение 15 минут. Подсчет очков. Подведение итогов.

28 занятие

Определение тактики игры в условиях необходимости набрать определенное количество очков: результативная подача паллино за среднюю линию в зону «С» в одной из трех попыток, подкатывание своего шара к паллино, выбивание шара соперника, сдвигание паллино своим шаром в выгодную позицию, игра до последнего результативного тура, исключающего ничью. Отработка судейской практики.

29 занятие

Игра в одиночном разряде до определенного количества очков. Судейство игры на стартовой линии, работа с сигнальными флажками, измерение расстояния от паллино до бочке.

Подсчет очков. Подведение итогов.

30 занятие

Игра в парном разряде до определенного количества очков. Судейство игры на стартовой линии, работа с сигнальными флажками, измерение расстояния от паллино до бочке. Подсчет очков. Подведение итогов.

Занятия 31-34

Отработка игровых ситуаций.

Игровая практика.

Отработка судейской практики.

Соблюдение правил ухода за инвентарем.

Теоретическая подготовка (2 часа).

Понятие здоровья. Значение соблюдения режима дня для здоровья спортсмена. История игры «Бочке» и ее значение для организма человека. Характеристика спортивного снаряжения: размеры и разметка корта, размеры шаров, способы измерения расстояния между шарами. Правила и тактика игры в бочке: экипировка, жеребьевка, система счета, перерывы и задержки в игре, поведение игроков, неправильное поведение и наказания, основы судейства.

Психологическая подготовка (2 час).

Создание ситуаций, требующих проявления терпения, настойчивости, умения мобилизоваться, преодоления неприятных ощущений, но не до предела возможностей. Создание ситуаций, требующих совместного взаимодействия детей.

Совместный просмотр соревнований других ребят с комментированием их выступлений.

Создание условий для приобретения соревновательного опыта каждым воспитанником.

Анализ выступления на соревнованиях каждого участника в индивидуальном порядке.

Психолого-педагогическая диагностика: индивидуальные особенности личности, образ семьи в восприятии ребенка (проективные методы исследования).

Педагогическое наблюдение: формирование коммуникативных навыков, проявление волевых качеств.

Индивидуальные беседы с учащимися и родителями по итогам психологической диагностики и педагогического наблюдения.

Судейская практика (3 часа).

Помощь учителю по физической культуре в судействе игр во время занятий и соревнований. Содействие товарищам в передвижении по залу, распределение шаров на корте в зонах «А» и «D». Участие в организации соревнований. Уход за инвентарём и оборудованием спортивного зала.

Участие в соревнованиях (1 час).

Соревновательное взаимодействие в рамках социального межведомственного партнёрства с организациями спортивной направленности.

Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке (3 часа)

Прохождение тестов на развитие физических качеств меткость, статическое и динамическое равновесие; на дифференцировку и точность движений, ориентировку в пространстве; командное взаимодействие.

Планируемые результаты

Обучающиеся должны знать:

- ориентироваться на здоровый образ жизни;
- основы технических приемов;
- основы навыков судейства;
- правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий
- правила игры «Бочче»
- правила личной гигиены во время посещения занятий;
- основы спортивной терминологии.

Обучающиеся должны уметь:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми в сотрудничестве с учителем;
- выполнять базовые комплексы ОРУ;
- выполнять подводящие упражнения;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве в игровых ситуациях;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

Обучающийся сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

- характеризовать влияние спортивных игр на самочувствие;
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий бочче;

Личностные результаты

- доброжелательность, чуткое, бережное отношение друг к другу,
- культура общения и поведения в социуме,
- ответственность, самостоятельность в выполнении учебных заданий, в случае необходимости обращаются с вопросами,
- трудолюбие

Базовые учебные действия:

Регулятивные:

- умение принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- умение активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- умение соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов;
- умение удерживать внимание, выполнять инструкцию взрослого, отвечать на вопросы по содержанию

Познавательные:

- умение работать с несложной по содержанию и структуре информацией (схемой);
- понимание информации, представленной педагогом;
- проявляет интерес к работе, получению новых знаний

Коммуникативные:

- умение вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик- ученик, ученик-класс, учитель-класс);
- умение использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и педагогом;

- умение обращаться за помощью и принимать помощь,
- умение слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- умение сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях
- умение доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- умение договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими;
- проявлять терпимость по отношению к высказываемым другим точкам зрения;
- под руководством педагога участвовать в организации и осуществлении групповой работы: распределять роли, сотрудничать, оказывать взаимопомощь взаимоконтроль, проявлять доброжелательное отношение к партнёрам.

Комплекс организационно-педагогических условий

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Промежу- точная (итоговая) аттестации
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	I. Общая физическая подготовка	4			
1.1	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма.		1		
1.2	Представление оборудования, инвентаря. Просмотр презентации.		1		
1.3	Построение в шеренгу. О Р У. Эстафеты с передачей предмета.			1	
1.4	Разминка в ходьбе и беге; элементы спортивных игр: пионербол, футбол, бадминтон (по центрам).			1	
2.	II. Специальная физическая подготовка (развитие специальных физических качеств)	6			
2.1	Упражнения, направленные на развитие глазомера			2	
2.2	Дифференциация мышечных усилий при выполнении действий с мячом, шаром			2	
2.3	Развитие пространственной ориентировки, удержание статического и динамического равновесия (приложение			1	
2.4	Подводящие упражнения и подвижные игры- повторение.			1	
3.	III. Техническая подготовка (формирование технических приемов и навыков)	14			
3.1	Исходное положение- стойка игрока; Тренировка в катании малого шара (паллино) на различные расстояния, используя ориентиры; пра-			1	

	вильный захват большого шара (бочке), положения руки при броске, катание.				
3.2	Тренировка в катании шаров с одного конца поля на другой, используя правильный захват; катание шаров с разных позиций на стартовой линии в различных направлениях за среднюю линию (по прямой, вправо, влево).			2	
3.3	Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии. Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.			2	
3.4	Определение ближайшего большого шара к паллино различными способами («на глаз», с использованием ленты, с использованием измерительного прибора), подсчет количества шаров одного цвета, которые находятся ближе к паллино, чем шары другого цвета.			2	
3.5	Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С» из трёх попыток.			2	
3.6	Выполнение подачи бочке с целью разбить два шара другого цвета. Шары стоят рядом или друг за другом.			2	
3.7	Отработка правил игры в одиночном разряде, показа сигнальных флажков. Выявление и объяснение ошибок в играх в одиночном разряде: нарушение очередности выкатывания бочке, подача не своего шара и т.п.			2	
4.	IV. Теоретическая подготовка (характеристики игры «бочке»)	2			
4.1	Значение соблюдения режима дня для здоровья спортсмена. История игры «Бочке» и ее значение для организма человека. Характеристика спортивного снаряжения; Правила и тактика игры в бочке: экипировка, жеребьевка, система счета, перерывы и задержки в		2		

	игре, Просмотр презентации.				
5.	V. Психологическая подготовка (создание ситуаций на социально- игровое взаимодействие)	2			
5.1	Умение мобилизоваться (моделирование проблемной ситуации); просмотр презентации		2		
6.	VI. Судейская практика (помощь в проведении учебных игр)	3			
6.1	Поведение игроков, неправильное поведение и наказания, основы судейства; Отработка судейской практики: судья на линии старта следит за заступом при подаче шара			1	
6.2	Судейство игры на стартовой линии, работа с сигнальными флажками, измерение расстояния от паллино до бочке.			2	
7.	VII. Участие в соревнованиях	1			
7.1	Участие в соревновании в рамках социального межведомственного взаимодействия			1	
8.	VIII. Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке	3			
8.1	Тест «Точное катание мяча рукой» (Р. Юнг, модификация А. В. Вишнякова) Тест «Бег к пронумерованным набивным мячам»			1	
8.2	«Проба Ромберга»; Тест «Повороты на гимнастической скамейке».			1	
8.3	Итоговая игра с целью диагностики			1	Итоговая игра

Календарный учебный график 1 год обучения

№ Раздела	Месяц								
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1	4								
2	1	3	2						
3			2	4	3	3	1		
4							2		
5							1	1	
6								3	
7									1
8									3
Всего: 34 часа	5	3	4	4	3	3	4	4	4

Оценочные материалы

Диагностика проводится в первом конце второго полугодия образовательного года форме специальных игровых упражнений на усвоение программных навыков (командное взаимодействие, меткость, ориентировка). Педагогическая диагностика предполагает беседы с детьми и их родителями.

Технический прием	Контрольное упражнение	Мальчики		
		Высокий	Средний- достаточный	Низкий- минимально достаточный
Попадание в мишень	Бросок из пяти попыток	3-4	3-2	2-1
	Бросок по зонам из трех попыток	2	1	-
Попадание в сектора	Попадание в воображаемую мишень	4-5	3-3	2-2
Взаимодействие в паре	Коммуникативно-техническое, тактическое решение поставленной игровой задачи.	Полное взаимодействие	Частичное	Частичное отстранённое
Взаимодействие в тройке				
Командное взаимодействие				

Технический прием	Контрольное упражнение	Девочки		
		Высокий	Средний- достаточный	Низкий- минимально достаточный
Попадание в мишень	Бросок из пяти попыток	3-4	3-2	2-1

	Бросок по зонам из трех попыток	2	1	-
Попадание в сектора	Попадание в воображаемую мишень	3-4	2-2	1-1
Взаимодействие в паре	Коммуникативно-техническое, тактическое решение поставленной игровой задачи.	Полное взаимодействие	Частичное	Частичное отстранённое
Взаимодействие в тройке				
Командное взаимодействие				

Тестирование спортивных навыков в овладении игрой бочче

Для определения уровня спортивных навыков каждый спортсмен должен сыграть по 3 игры, называемые *лётот*.

- Устанавливается паллино на 6-метровой, на 9-метровой и на 11-метровой отметках от стартовой линии. Игрок должен в каждом из этих трех случаев подать по 8 шаров.

ПРОТОКОЛ

тестирования уровня спортивных навыков

Имя _____					Имя _____					Имя _____				
Сет	Рассто	яние (см)	ИТОГ		Сет	Рассто	яние (см)	ИТОГ		Сет	Рассто	яние (см)	ИТОГ	
Первый					Первый					Первый				
Второй					Второй					Второй				
Третий					Третий					Третий				
ИТОГ					ИТОГ					ИТОГ				

Подпись учителя, проводившего тестирование _____ Дата ____

- Измеряется расстояние до 3 шаров (по каждой дистанции), ближайших к паллино, и записываются результаты в сантиметрах в протокол.

Измерения проводятся от боковой части бочче и до центра верхней части паллино – измерение «от живота бочче до головы паллино» (рис. 2). Все 9 измерений суммируются. Лучший результат имеет наименьшую сумму расстояний.

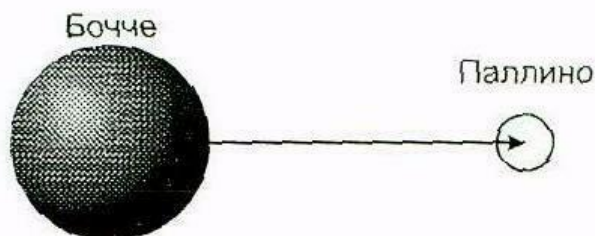


Рис. 2.

Измерение расстояния от центра боковой части бочче до центра верхней части «паллино»

Тестирование координационных способностей

- Тест «Точное катание мяча рукой» (Р. Юнг, модификация А. В. Вишнякова)

Оценивается: способность согласовывать движения тела и его частей в составе двигательного действия.

Оборудование: две гимнастические скамейки, измерительная лента, набивной мяч массой 1 кг.

Процедура тестирования.

Две гимнастические скамейки стоят параллельно друг другу на расстоянии 10 см. Испытуемый должен толкнуть мяч рукой с такой силой, чтобы он докатился до линии, находящейся в 3 м от начала гимнастической скамейки. Ученику даются две пробные, и пять зачетных попыток для каждой руки.

После каждой попытки следует точная информация о показанном результате. Результат. Среднее отклонение (в сантиметрах) из 5 попыток. Определяется также разность между показателями ведущей и не ведущей руки

- Тест «Проба Ромберга» (простая).

Оценивается: способность к сохранению и поддержанию статического равновесия.

Процедура тестирования.

Ноги стоят на одной линии, правая впереди левой. Носок левой ноги упирается в пятку правой ноги, глаза закрыты, руки разведены в стороны. Отсчет времени начинается после принятия испытуемым устойчивого положения и прекращается в момент потери равновесия (отсчитывается время по секундомеру). Испытуемому дается три попытки, подсчитывается средний результат.

Результат.

Среднее время (сек) удержания устойчивого положения в трех попытках.

-Тест «Повороты на гимнастической скамейке».

Оценивается: способность к сохранению и поддержанию динамического равновесия.

Оборудование: гимнастическая скамейка. Процедура тестирования.

Стоя продольно на гимнастической скамейке, по команде «Марш!» испытуемый выполняет пять поворотов на 360 градусов. Засекается время, за которое он выполнит пять поворотов. Испытуемому дается три попытки, подсчитывается средний результат.

Результат.

Среднее время (сек) выполнения пяти поворотов в трех попытках.

Тест «Бег к пронумерованным набивным мячам»

Оценивается: способность к ориентировке в пространстве. Оборудование: 5 набивных мячей – 3 кг каждый. 1 набивной мяч – 4 кг, секундомер, измерительная лента, мел.

Процедура тестирования: ребенок стоит веред набивным мячом (4 кг). Позади него на расстоянии 3 м и в 1,5 м друг от друга лежат в кружках 5 набивных мячей (3 кг) с цифрами от 1 до 5 (расположение произвольное) (рис. 3). Инструктор называет цифру, участник поворачивается на 180°, бежит к соответствующему набивному мячу, касается его и возвращается назад к мячу 4 кг. Как только он коснется мяча (4 кг), инструктор называет другую цифру и т. д. Упражнение заканчивается после того, как ребенок 3 раза его выполнит и после этого коснется набивного мяча весом 4 кг.

Разновидность теста: вместо пронумерованных мячей можно использовать мячи разных цветов, при этом инструктор будет называть не номер мяча, а цвет.

Общие указания и замечания. После объяснения и показа ребенок выполняет одну попытку. Перед каждым новым исполнителем расположение мячей необходимо менять.

Результат.

Определяется по времени, показанному участником, выполнившим упражнение в целом.

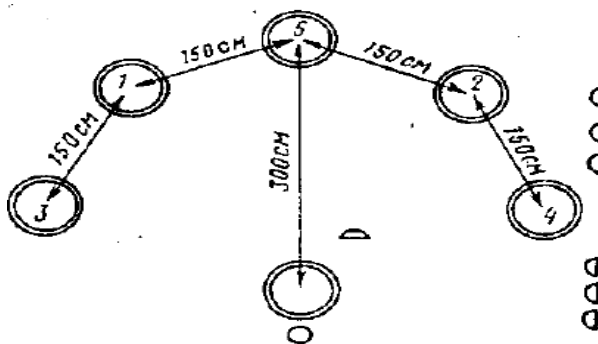


Рис. 3.
Тест «Бег к пронумерованным набивным мячам»

Медицинский контроль

Обучающиеся в секции в начале каждого учебного года представляют медицинские справки о состоянии здоровья от врача педиатра.

В качестве дополнительных показателей оценки текущего состояния спортсмена целесообразно использовать показатели самоконтроля - самочувствие, сон, аппетит, субъективную оценку настроения, желания тренироваться, физической работоспособности, наличие положительных и отрицательных эмоций.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является участие учащихся в соревнованиях школьного и муниципального уровня.

Методические материалы

Для создания модели обучения детей с ОВЗ, в процессе которой у каждого обучающегося появился механизм компенсации имеющегося дефекта, на основе чего станет возможной его интеграция в современное общество необходимо применение специальных педагогических технологий, методов, форм.

Технологии: коррекционно-развивающие технологии, здоровье сберегающие, технология разноуровневого обучения; игровые технологии; деятельностного подхода, индивидуальный подход.

Общеобразовательные методы:

- методы, используемые для приобретения новых знаний, их закрепления и выработки умений и навыков;
- метод имитации;
- методы стимулирования интереса к занятиям;
- методы поощрения и порицания;
- методы контроля и самоконтроля.

Специальные методы (основанные на активной двигательной деятельности):

- регламентированного упражнения;
- игровой;
- соревновательный;
- словесный;
- сенсорный.

Метод контроля:

- диагностические упражнения (моделирование соревновательных, игровых ситуаций) данный метод позволяет использовать индивидуальные компенсаторные механизмы мыслительного и двигательного аппарата школьника для учета и анализа результатов освоения программы;

Метод «Тимбилдинга»: Здесь на основе авторских правах относительно применения в дополнительной образовательной деятельности предлагается вид деятельности, формой которого является командное взаимодействие, главным принципом которого является понимание того, что «Все равны между собой» и все участники процесса играют важную роль исходя из индивидуальных особенностей, направленное на решение поставленной учителем задачи с целью активизировать и укрепить коммуникативные навыки, признать или подтвердить авторитет руководителя команды. Активизировать интеллектуальные процессы, продемонстрировать уровень физкультурной подготовленности и специальную подготовку, основанную на принципах и навыках игры «бочче». Способствовать психологической разгрузке участников процесса, так как позволяет переопределяется в разные сюжетные образы (пиратов, спасателей, героев детских фильмов и т.д.). Содействовать решению воспитательных задач: культура общения; понимание взаимодействий, позволяющих осуществить социальную адаптацию в общество; реабилитацию и интеграцию в адаптивный вид спорта.

1. Наглядные (визуальные) методы

Показ упражнений

Обычно упражнение демонстрируется не один раз. Первый показ дает общее представление об упражнении. По мере его усвоения демонстрируются отдельные элементы, детали, т. е. используется частичный показ. Перед показом детям сообщают, на какой элемент им нужно обратить особое внимание. Наиболее сложные упражнения следует показывать в различном положении по отношению к детям (лицом, спиной, боком). Показ всегда сочетается с объяснением, т. е. упражнение показывается и объясняется одновременно. При обучении бочче педагог показывает детям:

- основную стойку у стартовой линии, движение при переносе центра тяжести тела с толчковой ноги на опорную: для принятия стойки у стартовой линии необходимо поставить опорную ногу к линии, толчковую ногу - сзади, тело отклонить назад и отвести назад руку с бочче, затем плавно перенести тело вперед, подающую руку подвести к стартовой линии, при этом центра тяжести тела перенести с толчковой ноги на опорную;

- захват бочче: для захвата бочче кисть развернуть ладонью вверх, положить бочче на ладонь, обхватить шар таким образом, чтобы мизинец находился напротив большого пальца.

Зрительные ориентиры

Они помогают овладевать наиболее трудными элементами техники движений, способствуют более энергичному их выполнению.

В качестве зрительных ориентиров на занятиях по бочче можно использовать игрушки, предметы, а также разметку площадки при объяснении правил игры, способов расстановки шаров и стратегии выигрыша, основ судейства.

2. Словесные (вербальные) методы

Объяснение

Объяснение раскрывает детям суть упражнения. Оно должно быть кратким, конкретным, доступным, образным и соответствовать уровню развития детей дошкольного возраста. В объяснении важно подчеркнуть существенное в упражнении и выделить тот элемент техники, к которому необходимо привлечь внимание.

При объяснении правил игры в бочче следует обратить внимание на то, что главная цель подачи бочче – подкатить его как можно ближе к паллино, в начале игры паллино обязательно должно перекатиться за среднюю линию в зону «С», при подаче шара нельзя наступать на стартовую линию, чем больше шаров одной команды в конце фрейма окажется ближе к паллино, тем больше очков она наберет (от 1 до 4 очков) и т. д.

Рассказ

Рассказ используется с целью пробуждения у детей интереса к занятиям физической культурой. Ценность рассказа заключается в том, что новый материал сообщается

детям в занимательной повествовательной форме.

Занятия по данной Программе стоит начать с краткого рассказа о игре бочке: история вида спорта, места для игры, оборудование, контингент и количество участников, правила этикета во время игры.

Указания

Указания могут быть использованы для уточнения задания, напоминания о том, как действовать, для предупреждения ошибок. Они могут относиться ко всем детям или к одному из них. Своевременное, уместное указание помогает ребенку лучше выполнять упражнение.

При обучении бочке часто используются фразы «Наклонись ниже...», «Руку держи прямо...», «Кати сильнее (или слабее) ...», «Отодвинь (пододвинь) шар...», «Подкати ближе...».

3.Практические методы

Повторение

Для формирования у детей прочных двигательных навыков необходимо многократное повторение изучаемых упражнений. Вначале целесообразно повторять упражнение без изменений. Затем идет освоение элементов техники.

Например, при обучении технике подачи шара дети вначале знакомятся с упражнением в целом, а потом их внимание акцентируется на отдельных элементах: положение тела, постановка ног, движение руки.

Игровое упражнение

Проведение упражнений в виде игры применяется для закрепления двигательных навыков в увлекательной форме. Их выполнение подчинено закономерностям техники данного двигательного действия.

На занятиях по бочке игровые упражнения следует использовать для отработки действий с шаром (держат, катать, передавать), точности броска, тактических приемов.

Соревнования

В соревновательном методе процесс выполнения действия полностью подчинен задаче победить в соответствии с заранее установленными правилами. Этот метод применяется в том случае, когда дети хорошо освоили движения.

Специфика обучения игре бочке состоит в том, что на каждом занятии закрепление материала происходит через непосредственное включение детей в игру и приобретает соревновательный характер. После освоения отдельного навыка стоит проводить маленькие соревнования внутри группы. По окончании работы по программе планируется провести открытые соревнования.

Типы занятий:

- обобщение и систематизация знаний и умений;
- контроль и коррекция знаний и умений;
- обобщения и систематизации знаний (повторительно-обобщающие занятие);
- круговая тренировка;
- игра по упрощенным правилам;
- игра – соревнование.

Форма организации занятия: индивидуальная, групповая;

Структура занятия: разминка, отработанные навыки, новые навыки, соревновательный опыт, рефлексия;

Средствами занятий являются подготовительные упражнения, подвижные игры, игровые упражнения, обучающая игра.

Формы организации учебного занятия

1.Занятие учебно-тренировочное

Структура занятия:

-разминка

- ранее отработанные навыки.
- новые навыки
- соревновательный опыт
- обсуждение результатов тренировки.

Содержание занятия по бочке составляют:

- общеразвивающие физические упражнения, перечень которых представлен в программах физического воспитания детей школьного возраста;
- специальная физическая подготовка, которая состоит из упражнений, подвижных игр, направленных на освоение двигательных действий, необходимых при обучении бочке;
- техническая подготовка, включающая в себя подводящие и специальные упражнения для овладения техническими приемами, направленными на создание ситуации выигрыша в игре бочке;
- теоретическая подготовка, включающая сообщение информации об игре бочке, значении физических упражнений;
- судейская практика, в ходе которой детей привлекают к измерению расстояния между шарами, определению очередности выкатывания бочке с помощью сигнальных флажков, наблюдению за заступами на стартовой линии.

2. Соревнования

Проводятся в три этапа:

- открытие соревнований,
- основная часть,
- закрытие соревнований.

Открытие соревнований включает в себя парад и представление участников, представление гостей, приветствие участников соревнований официальными лицами, представление судейской коллегии, обращение главного судьи к спортсменам.

Основная часть соревнований по бочке проводится в трех разрядах:

- личный (один игрок в команде; у каждого спортсмена по 4 шара)
- парный (два игрока в команде; у каждого спортсмена по 2 шара)
- командный (три- четыре игрока в команде, у каждого спортсмена по 1 шару).

Занятие в форме соревнования позволяет продемонстрировать и оценить уровень овладения навыками игры бочке за период реализации Программы.

Игра может идти до определенного количества очков или в рамках временного промежутка, определенного регламентом соревнований. Закрытие соревнований включает в себя парад, награждение участников, вручение медалей, грамот, памятных подарков спортсменам, тренерам, судьям, волонтерам.

3. Физкультурное занятие принято делить на три части:

- подготовительная, содержание которой составляют упражнения, хорошо освоенные детьми на предыдущих этапах работы. Это могут быть разнообразные построения, перестроения, различные виды ходьбы и бега, танцевальные движения, упражнения корригирующего характера, а также знакомые детям игры малой подвижности;
- основная, в которой выполняются упражнения, направленные на теоретическую, специальную физическую, техническую подготовку, инструкторскую и судейскую практику в виде спорта бочке. Заканчивается основная часть игрой;
- заключительная, где решаются задачи снижения возбуждения сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, восстановления пульса и дыхания ребенка, регулирования его эмоционального состояния. Это достигается с помощью дыхательных упражнений, различных вариантов ходьбы, малоподвижных игр. Эффективны в данной части занятия упражнения на расслабление. На этом этапе занятия подводятся итоги в выполнении игровых упражнений по бочке, создается ситуация успеха для каждого ребенка.

Термин	Определение
Боковые стенки	Борта окружают корт, чтобы предотвратить выкатывание шаров с корта. Официально высота стенки корта 304 см на торцевых бортах, а на боковых стенках выше, чем высота бочке мяча.
Бочке	Может быть написание: bocci или bocciè. Так же, как и в некоторых других видах спорта, одним словом называется и мяч, которым играют, и саму игру.
Живой Мяч	Мяч считается «живым» если он лежит на площадке (в рамках игры), т.е. мяч, который был подан правильно (включен в игру), и игру можно продолжать.
Игрок	Любое лицо, играющее в бочке.
Линия старта	Линии на корте, за которыми должен находиться спортсмен до момента выпуска шара при выполнении прицельного или разбивающего удара. Эта линия находится в 2 метрах от торца корта.
Матч	Основное действие в бочке между противостоящими сторонами, каждая из 1, 2 или 4 игроков.
Мертвый мяч	Мяч считается «мертвым» если он был изъят из игры. Судья может изъять мяч в случаях: штрафа, если мяч улетел из площадки, если кто-то (игрок, капитан, тренер, зритель) или что-то (животное, объект вне игры) оттолкнул его с места или помешал его свободному движению.
Мяч Бочке	Спортивный снаряд в форме шара. В игре используется восемь мячей – по четыре мяча у каждой команды.
Нарушение правил (фол)	Имеется в виду заступ. Тип и частота нарушений будут определять наказание, примененное к игроку. Обычно нарушение – это положение, когда игрок заступает линию старта или выпускает мяч после пересечения линии старта.
Одиночная игра	Игра двух спортсменов друг против друга
Очко (балл)	Присуждается за то, что мяч достиг ближайшей (чем другие мячи) точки к паллино.
Паллино	Шар диаметром от 48 до 63 см, который первым вбрасывается на корт.
Парная игра	Игра, в которой участвуют команды по два игрока. Иногда игру называют pairs или two- player team
Первый балл	Первый мяч в туре, брошенный по направлению к паллино, нужен, чтобы заработать первый балл. Если есть какое-либо нарушение правил при розыгрыше первого мяча, та же самая команда бросает следующий мяч, чтобы получить первый балл.
Правило преимущества	Выбор, данный команде в случае нарушения прав противником. Команда может выбирать варианты, учитывая текущее расположение шаров и состояние игры.
Преимущество паллино	Команда, обладающая преимуществом паллино, вбрасывает этот шар на корт в начале игры. После вбрасывания паллино эта команда бросает первый шар и устанавливает первый балл. Термин «преимущество» означает, что эта команда может определять расстояние, которое паллино проходит по корту.

Прицельный удар	Отличие от разбивающего, предназначен для того, чтобы ближе подкатить шар к цели, а не пытаться разбить другие шары. При этом ударе происходит мягкий и плавный выпуск шара с мягким, тонким движением. Бросок производится из положения стоя, не предваряется шагами или бегом. Игрок должен выпустить мяч из руки до пересечения линии старта.
Пунто	Вид броска, заключающийся в спокойном выкатывании шара.
Рикошетный бросок	Игра мячом от боковой стенки.
Торцевые щиты	Щиты находятся по торцевым краям корта. Иногда их подвешивают к стенам корта, а в других случаях они могут представлять из себя твердые стены. В игре используются, чтобы получить очко или преимущество.
Тур (фрейм)	Время, за которое все игроки вбросили все мячи, и судья засчитал баллы. Потом начинается новый тур.
Тройкицй	Игра проводится между двумя командами, состоящими из 3 игроков.
In (преимущество)	Используется для описания команды, у которой есть преимущество или очко. Команда, чей мяч находится ближе к паллино, считается в положении in и будет ждать своей очереди, пока команда противника не бросит мяч ближе, тем самым становясь командой in.
Out (положение вне игры)	Термин, противоположный “In”, описанному выше. Используется для описания команды, которая не имеет преимущества или балла на данный момент игры. Эта команда будет играть до тех пор, пока не будет ближе к цели и станет называться командой in или до тех пор, пока игроки не бросят все шары.

Иные компоненты

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы имеются следующие условия:

1. Площадка (корт)

Игровое поле представляет собой площадку шириной 3,50 метра и длиной 16 метров. Поверхность площадки может быть покрыта каменной пылью, землёй, глиной, травой или искусственным покрытием при условии, что не будет возникать временного или постоянного препятствия движению шара по прямой линии с любой стороны площадки.

Площадка ограничена со всех четырёх сторон бортиками из твёрдого материала. Торцовые стенки должны быть высотой не менее 304 мм, боковые

– не менее высоты шара. Во время игры шары можно пускать с отскоком от стенок.

Поперёк площадки на её поверхности наносятся 3 поперечные линии шириной 50 мм означающие:

- линии броска (стартовая линия) на расстоянии 2 метра от обеих торцовых стенок площадки.

- линия середины поля – минимальное расстояние на которое должно быть брошено паллино в начале игры. В течение игры может менять свое положение, однако она не может оказаться за средней линией ближе к линии броска. В таком случае игра прекращается. Эти три поперечные линии должны находиться на игровом поле постоянно

(рис. 1).

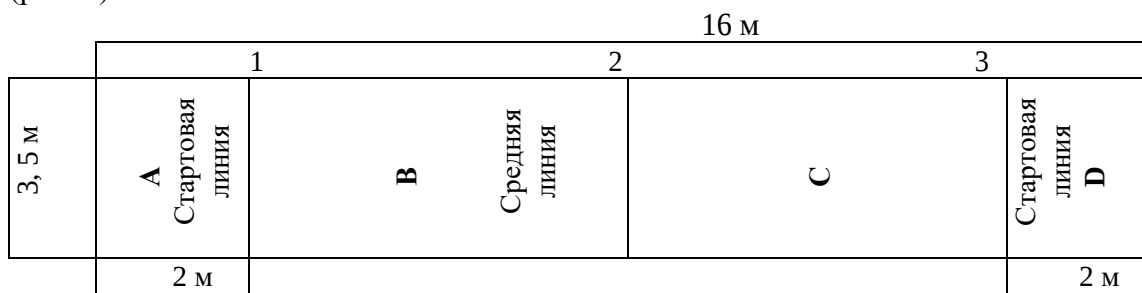


Рис. 1. Разметка корта

2. Спортивные снаряды

Шары могут быть изготовлены из дерева или композиционного материала и быть единого размера, кроме «паллино». Диаметр шара 100 мм. Цвет может быть любым, четыре шара одной команды должны по цвету чётко отличаться от четырёх шаров команды соперников.

В бочке играют восемью шарами и одним шаром меньшего размера, называемым паллино. Каждая команда получает четыре шара, отличающиеся по цвету.

Шары одной команды можно также пометить ясно видимыми линиями, чтобы обозначить их принадлежность к тому или иному игроку.

Предельные размеры паллино – от 48 до 63 мм. Он должен отличаться по цвету от шаров обеих команд.

3. Вспомогательные устройства

Измерительное устройство – любое устройство, которым можно аккуратно измерить дистанцию между двумя объектами и с которым судья соглашается. Для измерения используется стальная мерная лента с градациями в миллиметрах.

Флаги: любой формы, под цвет шаров. Устройство для подсчета очков.

Кадровое обеспечение

Занятия ведет учитель по адаптивной физической культуре. Специалист должен иметь среднее-специальное, высшее образование и пройти курсы повышения квалификации по специальности «Адаптивная физическая культура», обладать опытом работы с детьми школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата в области физкультурно-спортивного образования.

Список литературы

1. Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе под редакцией В.В. Воронковой. «Книга для учителя»; Москва «Школа – Пресс» 1994 г.
2. Дополнительной общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «КолоБочек» разработанная в рамках проекта «Программа психофизиологического развития детей с ПОДА» автора Козловой Е. С. Специалиста по адаптивной физической культуре под научным руководством Бойко О. Я.
3. Рекомендации к составлению программ дополнительного образования детей на основании письма Минобрнауки РФ от 11-12-2016 06-1844 О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей (Актуально в 2017 году)
4. Спортивная игра «Бочче» /начальный курс/ Методическое пособие (отделение физической реабилитации) М.Б Жильцов; Т.В. Пономаренко; О.Я. Бойко; И.Ю. Гаврилов; В.А. Истомин. Екатеринбург 2011г.

Календарный учебно-тематический план 1 года обучения

№	дата	название раздела; темы раздела; темы занятия	объём часов	форма занятия	форма аттестации (контроля)
I. Общая физическая подготовка 4 часа					

1.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма.	1	Групповая	Организация деятельности на занятии; сформированные навыки самоконтроля
2.		Представление оборудования, инвентаря. Просмотр презентации.	1	Групповая	Организация деятельности на занятии;
3.		Построение в шеренгу. О Р У. Эстафеты с передачей предмета.	1	Групповая	Организация деятельности на занятии.
4.		Разминка в ходьбе и беге; элементы спортивных игр: пионербол, футбол, бадминтон (по центрам).	1	Групповая, подгрупповая	Организация деятельности на занятии; сформированные навыки самоконтроля
II. Специальная физическая подготовка 6 часов					
5		Упражнения, направленные на развитие глазомера	2	Групповая, индивидуальная	Практическая работа
6.		Дифференциация мышечных усилий при выполнении действий с мячом, шаром	2	Групповая, подгрупповая, индивидуальная	Практическая работа
7.		Развитие пространственной ориентировки, удержание статического и динамического равновесия (приложение	1	Групповая	Практическая работа
8.		Подводящие упражнения и подвижные игры- повторение.	1	Групповая	Практическая работа
III. Техническая подготовка 17 часов					
9.		Исходное положение- стойка игрока; Тренировка в катании малого шара (паллино) на различные расстояния, используя ориентиры; правильный захват большого шара (бочке), положения руки при броске, катание.	2	Групповая, индивидуальная	Практическая работа
10.		Тренировка в подкатывании большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии. Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.	2	Групповая, индивидуальная, соревновательная	Практическая работа
11.		Тренировка в подкатывании	2	Групповая, инди-	Практическая ра-

		большого шара к малому с середины стартовой линии, при этом паллино стоит на различных позициях средней линии. Определение трех ближайших шаров к паллино независимо от цвета.		видуальная, соревновательная	бота
12.		Определение ближайшего большого шара к паллино различными способами («на глаз», с использованием ленты, с использованием измерительного прибора), подсчет количества шаров одного цвета, которые находятся ближе к паллино, чем шары другого цвета.	3	Групповая, подгрупповая, индивидуальная, соревновательная	Практическая работа
13.		Практика подачи паллино в ограниченное пространство за среднюю линию в зону «С» из трёх попыток.	2	Групповая, подгрупповая, индивидуальная, соревновательная	Практическая работа
14.		Выполнение подачи бочке с целью разбить два шара другого цвета. Шары стоят рядом или друг за другом.	3	Групповая, подгрупповая, индивидуальная, соревновательная	Практическая работа
15.		Отработка правил игры в одиночном разряде, показа сигнальных флажков. Выявление и объяснение ошибок в играх в одиночном разряде: нарушение очередности выкатывания бочке, подача не своего шара и т.п.	3	Групповая, подгрупповая, индивидуальная, соревновательная, контрольное занятие	Практическая работа
IV. Теоретическая подготовка 2 часа					
16.		Значение соблюдения режима дня для здоровья спортсмена. История игры «Бочке» и ее значение для организма человека. Характеристика спортивного снаряжения; Правила и тактика игры в бочке: экипировка, жеребьевка, система счета, перерывы и задержки в игре, Просмотр презентации.	2	Групповая, подгрупповая, индивидуальная, контрольное занятие	Практическая работа
V. Психологическая подготовка 1 час					
17.		Умение мобилизоваться (моделирование проблемной ситуации)	1	подгрупповая, индивидуальная, контрольное занятие	Практическая работа

VI. Судейская практика 3 часа					
18.		Поведение игроков, неправильное поведение и наказания, основы судейства; Отработка судейской практики: судья на линии старта следит за заступом при подаче шара	1	Групповая, подгрупповая, индивидуальная	Практическая работа
19.		Судейство игры на стартовой линии, работа с сигнальными флажками, измерение расстояния от паллино до бочке.	2	Групповая, подгрупповая, индивидуальная	Практическая работа
VII. Участие в соревнованиях					
20.		Участие в соревновании в рамках социального межведомственного взаимодействия	1	соревновательная	Практическая работа
VIII. Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке 3 часа					
21.		Тест «Точное катание мяча рукой» (Р. Юнг, модификация А. В. Вишнякова) Тест «Бег к пронумерованным набивным мячам»	1	Контрольное занятие	Практическая работа
22.		«Проба Ромберга»; Тест «Повороты на гимнастической скамейке».	1	Контрольное занятие	Практическая работа
23.		Учебная игра «диагностика»	1	Контрольное занятие, подгрупповая, соревновательная	Практическая работа
					Итого: 34 часа