

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБПОУ НСО «Новосибирский центр профессионального обучения №2 имени Героя
России Ю. М. Наумова»

Рассмотрено
На методическом совете
Протокол № 2
«11» сентября 2023



Утверждаю
Директор ГБПОУ НСО
Профессионального обучения №2
им. Героя России Ю.М. Наумова
Бурдина Т.Ю.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительного образования взрослых и детей
Бочче

Руководитель ССК «Наумовец»

Дружинин
Иван Александрович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Развитие спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья должно основываться на принципах приоритетности, массового распространения и доступности занятий спортом. Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в соответствующих образовательных учреждениях, организуются занятия с использованием средств адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В учреждениях дополнительного образования детей, осуществляющих учебно-тренировочный процесс с указанным контингентом, рекомендуется предоставлять обучающимся старше 18 лет возможность продолжать спортивную подготовку в данном учреждении независимо от имеющихся результатов выступления. Особенно если в территории отсутствует необходимая инфраструктура спортивных учреждений, где воспитанник мог бы продолжить занятия физической культурой. В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по бочке отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки спортсменов по виду спорта бочке. Данная программа разработана с целью обеспечения возможностей для дополнительного физкультурно-спортивного образования детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. Практическая реализация программы предусматривается специалистами, имеющими специальное физкультурно-дефектологическое либо физкультурное образование.

Задачи программы:

- укрепление здоровья обучающихся ограниченными возможностями здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формирование жизненно необходимые умения и навыки посредством игры в бочке;
- развитие двигательных (кондиционные и координационные) способностей;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;
- воспитание мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой, сознательному применению физических упражнений в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности;
- подготовка обучающихся для участия в соревнованиях по бочке областного, российского и международного уровня.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, овладение теоретическими знаниями и навыками по организации и проведению занятий и соревнований, в учебно-тренировочных группах и группах спортивного мастерства при обучении игре бочче, результаты выступлений спортсменов в соревнованиях различного уровня. Игра бочче (bosse), распространенная в Европе игра с шарами, является видом спорта, признанным Международным Олимпийским комитетом.

Цель программы:

Укрепление психического и физического здоровья обучающихся с ОВЗ через занятия бочча.

Основные задачи учебно-тренировочных занятий по бочча:

Обучающие задачи.

1. Способствовать овладению обучающимися спортивной игрой бочча.
2. Формирование умений выполнять различные задания по их демонстрации, словесному описанию / выполнение упражнений различной координационной сложности.
3. Формирование эмоционально-волевых качеств: чувства удовлетворения от полученного результата, умения преодолевать трудности, чувствовать себя сильным, ловким и выносливым.
4. Формирование спортивных умений и навыков, готовности рационально проявить себя в процессе игры, соревнования, стремления показать свой лучший результат.
5. Подготовить обучающихся к участию в соревнованиях по Бочча городского и областного уровня.

Воспитательные задачи.

1. Воспитание устойчивого интереса, положительной мотивации к занятиям по бочче.
2. Воспитание у обучающихся чувства уверенности в себе, своих силах и возможностях.
3. Воспитание основных физических качеств: выносливости, ловкости, гибкости.
4. Формирование у обучающихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к повышению двигательной активности.
5. Воспитание потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
6. Воспитание моральных и волевых качеств, чувства коллективизма.

Развивающие задачи.

1. Развитие способности ориентироваться в различных социальных ситуациях, участвовать в них или отказываться от этого, обосновывая при этом свой выбор.
2. Развитие коммуникативных способностей: умения слушать собеседника, объяснения тренера; задавать вопросы по ходу разучивания упражнений; вступать в диалог с другими участниками соревнований; выяснять причины низкой оценки выступлений; правильно выполнять просьбы и обоснованные требования окружающих.
3. Развитие координации, гибкости, пластики, общей физической выносливости.

4. Развитие умения думать, исследовать, общаться, взаимодействовать, доводить дело до конца.

Коррекционные задачи.

1. Формирование и закрепление эмоционально-позитивных установок в самооценке обучающихся с ТМНР.
2. Подготовка к самостоятельной жизни: адекватное вхождение в систему социальных отношений, социализация через обучение при взаимодействии друг с другом и педагогом в процессе тренировок и соревнований.
3. Создание условий для самореализации обучающихся.
4. Развитие навыков самоорганизации, самоуправления, самоконтроля.
5. Преодоление недостатков психического и физического развития обучающихся.

Ожидаемые результаты.

Обучающиеся будут знать:

- гигиенический режим учащегося (режима дня, питания, сна, зарядки);
- правила безопасности на занятиях бочча.
- гигиенические требования на занятиях бочча.
- правила соревнований.
- требования к поведению спортсменов на соревнованиях
- терминологию, применяемую в игре бочча.

Обучающиеся будут уметь:

- выполнять разминочные упражнения по подражанию и словесной инструкции;
- катать малый (белый) мяч «паллино»:
- в ограниченное пространство;
- в различные части игровой площадки;
- в цель.
- бросать бочча в боковую стенку так, чтобы он, отлетая (отскакивая) от стены, сбивал или задевал мяч соперника или свой мяч;
- катать шар вдоль борта с выбиванием шара соперника;
- ударять шар соперника отскоком от борта;
- выбивать шар соперника для создания выгодной ситуации для своей команды:
- когда шары соперника закрывают «паллино»; *шары соперника находятся ближе шаров бросающего игрока. *катать шар с целью попасть в другой шар;
- выбивать «паллино»: * два и более шара соперника находятся ближе к «паллино»;
- * «паллино» находится перед шаром соперника

Условия реализации программы.

Набор и формирование групп осуществляется на добровольной основе с учетом рекомендаций консилиума специализированного структурного подразделения. Предполагаемый объем учебного времени -2 часа в неделю. Продолжительность занятия - 45 минут. Реализация программы направлена на совершенствование и закрепление ранее полученных навыков и умений. Содержание программы ориентировано на группы в количестве от 5 до 10 человек. Занятия проводятся в

группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Программу реализует педагог дополнительного образования. Занятия организуются с использованием средств адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья учащихся. На практических занятиях с использованием методов адаптивной физической культуры и адаптивного спорта средствами игры бочче происходит физическая реабилитация и социальная адаптация учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Проверка знаний и умений, обучающихся осуществляется на каждой тренировке, как по теоретической подготовке, так и по общей и специальной физической подготовке. Осуществляется постоянный медицинский контроль. К тренировкам по бочче, допускаются обучающиеся при наличии медицинского заключения об отсутствии противопоказаний для занятий адаптивной физкультурой и спортом. Занятия проводятся в спортивном зале, оснащённом в соответствии с требованием Корт и его оборудование, экипировка и инвентарь.

Тематический план и содержание спортивной дисциплины Бочча

№ Темы	Содержание	Объем часов
	Первый семестр	22
1	Введение. Техника безопасности	1
2	Изучение инвентаря	1
3	Изучение правил.	1
4	Бросок мяча «паллино».	2
5	Бросок мяча «бочче» на точность	3
6	Бросок мяча «бочче» с отскоком	3
7	Бросок мяча «бочче» с отскоком от бортиков.	2
8	Катание мяча «бочче».	2
9	Броски в цель мяча «бочче».	2
10	Выбивание шара другой команды	2
11	Выбивание шара «паллино»	2
12	Подвижные игры на точность и развитие глазомера. «Попади в мяч»	1
	Второй семестр	23
13	Техника безопасности	1
14	Закрепление ранее полученных знаний о инвентаре	1
15	Повторение и изучение правил	1
16	Бросок мяча «паллино».	
17	Совершенствование броска мяча «бочче» на точность	3
18	Совершенствование броска мяча «паллино».	3
19	Совершенствование броска мяча «бочче» с отскоком.	2
20	Совершенствование броска мяча «бочче» с отскоком от бортиков.	2
21	Совершенствование броска для выбивания шара другой команды.	2
22	Совершенствование катания мяча «бочче»	3
23	Совершенствование броска в цель мяча «бочче».	3
24	Подвижные игры на точность и развитие глазомера. «Попади в мяч»	2
	Итого за учебный год	45

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аверин, В. А. Психология детей и подростков / В. А. Аверин. - СПб: Педиатрический медицинский институт Центр общественного здоровья – 2005 г.
2. Ванюшкин, В. А. Коррекция координационных способностей учащихся с недостатками интеллектуального развития: Монография / В. А. Ванюшкин. – Екатеринбург: ЕФ УралГУФК, 2007. – 89 с.
3. Ванюшкин, В. А. Методика проведения подвижных игр с детьми, имеющими недостатки интеллектуального развития: учебнометодическое пособие для студентов, специалистов коррекционной педагогики / В. А. Ванюшкин.- Екатеринбург, 2007. – 140 с.
4. Козленко Н. А. Особенности двигательных нарушений у учеников вспомогательной школы и коррекция их средствами физической культуры (на первоначальном этапе обучения) / Н. А. Козленко. – Киев.: ФиС, 1962. – 238 с.
5. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушением в развитии/ под ред. Л. В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.
6. Лазуренко С. Б. Психолого-педагогическая характеристика детейинвалидов с умственной отсталостью, поступивших в дома-интернаты в дошкольном возрасте / С. Б. Лазуренко // Дефектология. – 2008 г. - № 5. – С. 11-20.
7. Малофеев Н. Н. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ. М: МО РФ, ГКРФ по ФК и туризму – 2005 г.
8. Новицкий, П. Н. Воспитание физических качеств у учащихся с умеренной и тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности / П. Н. Новицкийт // Адаптивная физическая культура. – 2008. - № 3 (35). – С. 28-30.
9. Официальные спортивные правила Специального Олимпийского движения: Методическое пособие / Н. О. Рубцова, В. А. Ильин, Т. И. Ольховая. – М.: РГУФК, 2005. – 296 с.
10. Полевщенок М. М., Устыменко О. Н. Бочче. Официальные правила и проведения соревнований Специальной Олимпиады России. – М.: ООБОПИсУО Специальная Олимпиада России, 2005, - 30 с.
11. Хрипкова А. Г. Возрастная физиология: