

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №9
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УТВЕРЖДЕНА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
протокол № 7 от
« 31 » 08.2023

Приказом директора № 74-о от «31» 082023

Директор _____ /Е.В.Матюхина/

Дополнительная общеразвивающая программа
«Точный бросок»

Срок освоения: 1 год
Возраст учащихся: 15 лет и старше

Разработчик: Шуляковская И.В., Гончарова Е.А.

педагоги дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность: физкультурно – спортивная. Программа ориентирована на организацию двигательного режима обучающихся. Программа направлена на укрепление здоровья обучающихся с нарушением ОДА, обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности, выявления и поддержки выдающихся обучающихся паралимпийского спорта. Создание необходимого двигательного режима, развитие ловкости, точности, координации движений, внимания, умения тактически мыслить.

Адресат: Данная программа предназначена для обучающихся 7-14 лет. В группу принимаются обучающиеся, независимо от гендерной принадлежности, с нарушением ОДА разной степени.

Актуальность : у детей с нарушением ОДА ведущим в клинической картине является двигательные нарушения, поэтому у них снижена двигательная активность, что ведёт к ухудшению психофизических функций организма и влияет на социализацию учащихся. Так как многие учащиеся передвигаются на колясках, либо с использованием ортопедических средств, то бочча является для них доступным видом спорта. Паралимпийский вид спорта - бочча даёт возможность учащимся реализовать двигательные потребности с учетом их индивидуальных возможностей.

Отличительная особенность программы В программе используются методы и приёмы для учащихся любого возраста, с разными двигательными и интеллектуальными возможностями. На тренировках используется не только инвентарь для бочча, но и оборудование из других видов спорта.

В каждое занятие включены упражнения общей и специальной физической подготовки и корригирующие.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 34 академических часа, 34 учебных дней.

Срок освоения: 1 год

Цель: создание необходимых условий для развития знаний, умений, двигательных навыков, необходимых для овладения технических и тактических действий паралимпийского вида спорта – бочча.

Задачи программы:

Обучающие:

- освоение техники и тактики игры бочча
- развитие физических способностей для выполнения соревновательных упражнений
- формировать знания, умения и навыки в паралимпийском виде спорта бочча;
- обучить рациональным двигательным действиям в игре бочча;
- обеспечить контроль знаний, умений и навыков в игре бочча.

Развивающие:

- создать условия для мотивации двигательной активности учащихся;
- развивать двигательные качества занимающихся;
- повышать уровень общей физической подготовки учащихся;
- развивать двигательные умения и навыки в игре бочча;
- развивать эмоциональные и волевые качества учащихся;

Воспитательные:

- содействовать физическому, трудовому, патриотическому и эстетическому воспитанию;
- воспитывать умение преодолевать трудности, силу воли, настойчивость, упорство;
- воспитывать ответственность за результат;
- соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гигиенических норм;

- воспитывать уважительное отношение к соперникам;
- использовать полученные знания, умения и навыки в жизни.

Коррекционные:

- преодоление слабости отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений;
- улучшение деятельности всех систем организма;
- нормализация психо-эмоциональной сферы

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- способность активно включаться в спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- умение осуществлять поиск информации, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) в игре бочча.

Метапредметные результаты:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность

Предметные:

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- уметь выполнять броски мяча бочча в разные зоны корта
- знать правила соревнований и игры бочча

Коррекционные:

- формирование способов регуляции поведения и эмоциональных состояний
- преодоление слабости отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений;
- улучшение деятельности всех систем организма;
- нормализация психо-эмоциональной сферы

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык: дополнительная общеразвивающая программа «Точный бросок» реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы: программа рассчитана на 1 год, является адаптированной для детей с НОДА (нарушениями опорно-двигательного аппарата), для детей с НОДА с задержкой психического развития, для детей с НОДА с легкой степенью умственной отсталости.

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс организуется в соответствии с методикой коррекционно-развивающего обучения.

Условия набора в коллектив: прием детей в группу осуществляется с 7 до 14 лет с нарушением опорно-двигательного аппарата на добровольной основе, без предварительного тестирования, на основании медицинского допуска и заявления родителя/законного представителя.

Условия формирования групп: разновозрастные.

Количество обучающихся в группе: 3-5 человек в соответствии с СанПин ОВЗ 2.4.2.3286-15.

Формы организации занятий: программа включает в себя теоретические и практические занятия. Форма обучения – групповая, индивидуальная

Формы проведения занятий: основной формой обучения является занятие. Занятие проводится в форме: инструктажа, теории, практики, игры, соревновательной деятельности.

Формы организации деятельности учащихся на занятии используются следующие виды деятельности:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение, упражнения);
- групповая: совместная действия, общение, взаимопомощь: работа в парах, командах
- индивидуальная (для коррекции пробелов в заданиях, отработки отдельных навыков).

Материально-техническое оснащение:

- спортивный зал
- раздевалки для девочек и мальчиков
- наборы для игры бочча (2 шт.)
- мягкие модули (4 шт.)
- кресло-коляски (2 шт.)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	Беседа Игра
2	Правила игры бочча	8	1	6	Беседа. Игра
3	Техника игры бочча	8	0	8	Беседа. Игра Наблюдение
4	Тактика игры бочча	8	2	6	Беседа. Игра Наблюдение
5	Специальная физическая подготовка (СФП)	8	0	8	Беседа. Наблюдение
6	Игра бочча	20	0	20	Беседа. Игра

					Наблюдение
7	Управление коляской в игре бочча	6	1	4	Беседа. Игра Наблюдение
8	Соревнование	4	0	4	Беседа. Игра
9	Тестирование	2	0	2	Контроль- ные упраж- нения
10	Итоговое занятие	2	0	2	Опрос Игра
Итого часов		68	6	62	

УТВЕРЖДЕН
 Приказ № _____ от _____ 20__ г.
 Директор ГБОУ школы-интерната №9
 Калининского района
 _____ / Е.В.Матюхина/
 « _____ » _____ 2023 год

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
 реализации дополнительной общеразвивающей программы
 «Точный бросок»
 на 2023-2024 учебный год

Педагог дополнительного образования: Шуляковская И.В.

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	25.05.2024	34	34	34	1 раз в день по 1 академическому часу

Рабочая программа

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс организуется в соответствии с методикой коррекционно-развивающего обучения.

Задачи программы:

Обучающие:

- освоение техники и тактики игры бочча
- развитие физических способностей для выполнения соревновательных упражнений
- формировать знания, умения и навыки в паралимпийском виде спорта бочча;
- обучить рациональным двигательным действиям в игре бочча;
- обеспечить контроль знаний, умений и навыков в игре бочча.

Развивающие:

- создать условия для мотивации двигательной активности учащихся;
- развивать двигательные качества занимающихся;
- повышать уровень общей физической подготовки учащихся;
- развивать двигательные умения и навыки в игре бочча;
- развивать эмоциональные и волевые качества учащихся;

Воспитательные:

- содействовать физическому, трудовому, патриотическому и эстетическому воспитанию;
- воспитывать умение преодолевать трудности, силу воли, настойчивость, упорство;
- воспитывать ответственность за результат;
- соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гигиенических норм;
- воспитывать уважительное отношение к соперникам;
- использовать полученные знания, умения и навыки в жизни.

Коррекционные:

- преодоление слабости отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений;
- улучшение деятельности всех систем организма;
- нормализация психо-эмоциональной сферы

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- способность активно включаться в спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- умение осуществлять поиск информации, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) в игре бочча.

Метапредметные результаты:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность

Предметные:

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- уметь выполнять броски мяча бочча в разные зоны корта
- знать правила соревнований и игры бочча

Коррекционные:

- формирование способов регуляции поведения и эмоциональных состояний
- использованием средств физической культуры для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека
- преодоление слабости отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений;
- улучшение деятельности всех систем организма;
- нормализация психо-эмоциональной сферы

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие:

Теория: техника безопасности на занятиях игры бочча, История развития игры бочча.

Практика: общеразвивающие и подготовительные упражнения для игры бочча.

Тема 2. Правила игры бочча

Теория: правила игры бочча

Практика: тренировочные игры бочча

Тема 3. Техника игры бочча

Теория: изучение способов броска мяча, обучение корректировке усилия при броске мяча, обучение способам точности броска мяча, правила техники безопасности.

Практика: выполнение бросков мяча на разные расстояния, в разные направления, в разные зоны игрового поля.

Тема 4. Тактика игры бочча

Теория: тактические действия в игре, правила техники безопасности.

Практика: выполнение выбивания мяча соперника, джек бола; подкатывания мяча к джек болу, к мячам своего цвета; блокировки джек бола; защиты джек бола и мячей своего цвета.

Тема 5. Специальная физическая подготовка (СФП)

Теория: изучение способов захвата мяча кистью

Практика: подготовительные упражнения для игры бочча, специальные упражнения

Тема 6. Игра бочча

Теория: правила игры бочча, действия игроков и капитанов в команде

Практика: игра бочча по правилам

Тема 7. Управление коляской в игре бочча

Теория: объяснение использования площади бокса для эффективности броска мяча, правила техники безопасности.

Практика: выполнение передвижения на коляске в боксе, броски мяча из разных зон бокса.

Тема 8. Соревнование

Теория: правила проведения соревнований по бочча, правила поведения на соревнованиях разного уровня, правила техники безопасности.

Практика: выполнение игры бочча индивидуальной и командной, соревнования школьного уровня

Тема 9. Тестирование

Теория: нормативы выполнения теста
Практика: выполнение контрольных упражнений
Тема 10. Итоговое занятие
Теория: подведение итогов, самоанализ
Практика: игра бочча

УТВЕРЖДЕН
Приказ № _____ от _____ 20__ г.
Директор ГБОУ школы-интерната №9
Калининского района
_____/ Е.В.Матюхина/
« _____ » _____ 2023 год

**Календарно – тематическое планирование
дополнительной общеразвивающей программы
«Точный бросок»
на 2023-2024 учебный год**

Педагог: Шуляковская И.В.

Год обучения: 1 год

Номер группы: 1

№	Тема занятия	Количе- ство часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Вводное занятие	2	05.09	
2	Правила игры бочча	2	12.09	
3	Специальная физическая подготовка (СФП)	2	19.09	
4	Игра бочча	2	26.09	
5	Техника игры бочча	2	03.10	
6	Тактика игры бочча	2	10.10	
7	Правила игры бочча	2	17.10	
8	Игра бочча	2	24.10	
9	Специальная физическая подготовка (СФП)	2	07.11	
10	Техника игры бочча	2	14.11	
11	Тактика игры бочча	2	21.11	
12	Игра бочча	2	28.11	
13	Управление коляской в игре бочча	2	05.12	
14	Правила игры бочча	2	12.12	
15	Соревнование	2	19.12	
16	Игра бочча	2	26.12	
17	Техника игры бочча	2	09.01	
18	Тактика игры бочча	2	16.01	
19	Игра бочча	2	23.01	
20	Специальная физическая подготовка	2	30.01	

	(СФП)			
21	Игра бочча	2	06.02	
22	Управление коляской в игре бочча	2	13.02	
23	Правила игры бочча	2	20.02	
24	Игра бочча	2	27.02	
25	Управление коляской в игре бочча	2	05.03	
26	Специальная физическая подготовка (СФП)	2	12.03	
27	Игра бочча	2	19.03	
28	Техника игры бочча	2	02.04	
29	Тактика игры бочча	2	09.04	
30	Тестирование	2	16.04	
31	Игра бочча	2	23.04	
32	Игра бочча	2	30.04	
33	Соревнование	2	07.05	
34	Итоговое занятие	2	14.05	

Методические и оценочные материалы

Методические материалы

Технологии:

- 1) Здоровьезберегающие.
- 2) Игровые.
- 3) Личностно – ориентированные.

Методы:

- 1) *Словесные:* беседа, рассказ, объяснение.
- 2) *Наглядные:* демонстрация и показ упражнений.
- 3) *Практические:* упражнения, игры.

Данные технологии и методы используются в процессе реализации программы, развивающих и воспитательных задач.

Дидактические средства:

- конспекты занятий
- наборы игры бочча
- положения о школьных соревнованиях
- тесты

Информационные источники:

Список литературы для педагогов и родителей: 1. Е.А.Гончарова, И.В.Шуляковская. Методическое пособие. «Комплексное сопровождение в подготовке участников паралимпийских видов спорта.» НИЦ АРТ 2015г

2. Новиков Е.А. <http://efsi-crimea.ru/adaptivnaya-fizicheskaya-kul-tura-i-bochcha><http://>

3. П.В.Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н.Сафронов. Программы внеурочной деятельности. М.Просвещение. 2011

Список литературы для детей: 1. Е.А.Гончарова, И.В.Шуляковская. Методическое пособие. «Комплексное сопровождение в подготовке участников паралимпийских видов спорта.» НИЦ АРТ 2015г

2. Новиков Е.А. <http://efsi-crimea.ru/adaptivnaya-fizicheskaya-kul-tura-i-bochcha><http://>

3. П.В.Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н.Сафронов. Программы внеурочной деятельности. М.Просвещение. 2011

Интернет - источники:

1. [www. paralymp.ru/](http://www.paralymp.ru/)
2. <https://ru.wikipedia.org>
3. bocciarussia.ru
4. bocciarussia.ru

Виды контроля

Текущий
Итоговый

Оценочные материалы

Текущий контроль: выполнение контрольного упражнения

Итоговый контроль: выполнение контрольного упражнения и опрос

Тесты:

№	Контрольное упражнение	Оценка		
		Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Броски цветного мяча к белому (расстояние от цветного до белого мяча) (6 бросков)	0-30см	31-50см	Более 50см
2	Правила соревнований (8 вопросов)	7-8 правильных ответов	5-6 правильных ответов	4-2 правильных ответа

Вопросы к тесту:

1. Первый игру начинает белый мяч? (да)
2. Сколько цветных мячей в каждой команде? (6)
3. Можно наступать на линии и пересекать их во время игры? (нет)
4. Капитан команды имеет право консультировать игроков своей команды перед броском? (да)
5. Можно вводить мяч в игру без разрешения судьи? (нет)
6. Можно разговаривать с партнером по команде во время броска противника? (нет)
7. По правилам игры можно выбить белый мяч из корта? (да)
8. По правилам игры можно передавать мяч игрокам своей команды? (нет)

Форма фиксации результатов

- 1) Журнал посещаемости
- 2) Тестирование