

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР» СНЕЖНЕНСКОГО СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ  
КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ**

Принята на заседании  
Педагогического совета

Протокол №\_1\_ от 13.08.2024г

Утверждена приказом  
директора МБУ ДО  
«ДООСП» Снежненского  
№ 32-од от 13.08.2024г  
И.В.Крячко

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
СПОРТИВНЫЙ ЦЕНТР" СНЕЖНЕНСКОГО СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ  
КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ХАБАРОВСКОГО КРАЯ,**  
Крячко Инна Валерьевна, ДИРЕКТОР

18.03.24 11:15  
(MSK)

Сертификат 5B90E6CD3482C9AAFDA150F54BEE6FFD

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности**

**« Игра Бочче»**

**Возраст детей: 7-17 лет.**

Составил: Педагог дополнительного образования: Лебедев И.Д.

Срок реализации программы: 1 года

Тип программы: Модифицированная

Уровень: базовый

2024 год

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (обще развивающая) программа «Игра бочче» имеет физкультурно-спортивную направленность и предполагает общекультурный уровень освоения учебного материала. Игра бочче, до недавнего времени, была известна только здоровым людям. А о том, что в неё могут играть люди с ограниченными физическими возможностями, не было и речи.

Дополнительная образовательная программа «Игра бочча» составлена в соответствии с требованиями следующих документов:

Закон РФ от 10 июля 1992 года № 3266-1 «Об образовании» (в ред. От 21.07.2005 № 100-ФЗ).

Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей (в ред. Постановлений Правительства РФ от 01.02.2005 № 49).

Примерные требования к программам дополнительного образования детей: Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844.

Бочче (boccia) – Пара олимпийский вид с 1984 года. Первоначально игра была разработана для людей с церебральным параличом, но теперь включает в себя спортсменов с другими тяжёлыми формами инвалидности, 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 12,5метров. В эту игру играют вдвоём, вчетвером (пара на 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 жребию). 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.

**Новизна Программы** в том, что в настоящее время автору данной Программы не известны какие-либо другие Программы по дополнительному образованию этого

направления. Поэтому данная Программа «Игра бочче» создавалась автором, исходя из личного педагогического опыта, знаний и умений, приобретённых в процессе учёбы, тренировок обучающихся.

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

**Педагогическая целесообразность Программы в том, что** занятия в спортивной секции по игре бочче способствуют развитию таких качеств, как точность, меткость, координации движений, специальной выносливости, умения оценить сложившуюся на площадке обстановку и правильно выполнить бросок мяча, что в свою очередь влияет на интеллектуальное и речевое развитие ребёнка. Занятия этой спортивной дисциплиной оказывают положительное успокаивающее действие на нервную систему ребенка, являясь источником положительных эмоций.

**Цель образовательной Программы:** Развитие интереса и двигательных способностей детей, воспитание привычки к активным занятиям физическими упражнениями средствами и методами игры бочче, достижение высоких спортивных результатов и формирование социальной адаптации занимающихся через совместную игровую деятельность.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Научить занимающихся основным двигательным действиям при игре бочче;
- создать представление о спортивной терминологии, классификации игроков, правилах соревнований, жестах судей;

- содействовать формированию основных двигательных умений и навыков при выполнении технических приёмов;
- содействовать формированию знаний о тактических действиях в личных и командных соревнованиях.

#### **Развивающие:**

- содействовать развитию координационных способностей, общей и специальной выносливости, меткости и точности при выполнении бросков мяча, общей физической и специальной подготовки;
- 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;
- содействовать развитию индивидуальных способностей, учитывая ограниченные физические возможности каждого обучающегося.

#### **Воспитательные:**

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

#### **Отличительные особенности Программы в том, что:**

1. данная Программа рассчитана на обучающихся разного возраста (с 1-ого до 11-ого класса);
2. по данной Программе могут обучаться дети с различной (от средней до самой тяжёлой) патологией развития и заболевания опорно-двигательного аппарата;
3. для обучения по данной программе необходимо нестандартное оборудование для каждого воспитанника – набор разноцветных мячей (13 штук), индивидуальное инвалидное кресло, вспомогательное устройство (жёлоб), спортивная площадка (корт) размером 6х12.5 метров с ровным и гладким покрытием, ассистенты для игроков определённых классов;
4. данная Программа предусматривает индивидуальный, персональный подход к методам и технологиям обучения каждого обучающегося, учитывая особенности их развития и степень тяжести заболевания опорно-двигательного аппарата;
5. данная Программа предусматривает изучение разделов «Тактическая подготовка» и «Психологическая подготовка»;
6. набор в секцию осуществляется с учётом желаний и двигательных возможностей обучающихся.

#### **Сроки реализации:**

Программа ориентирована на детей, начиная с 7-18 лет без специальной подготовки. В спортивную секцию по игре бочче принимаются все желающие заниматься и овладевать навыками этой игры (за исключением тех, у кого имеются медицинские противопоказания).

Программа рассчитана на 1 год обучения.

#### **Наполняемость групп:**

1 год обучения – 10-15 человек

#### **Режим занятий:**

Занятия групповые.

Проводятся: 3 раз в неделю по 1 часу .

(108 часов в год).

**Формы занятий:**

теоретическое♣

практическое♣

соревнование♣

**Формы организации деятельности обучающихся на занятиях:**

групповая♣

индивидуальная♣

индивидуально-групповая

**Методы обучения:**

- **вербальные:** рассказ, беседа, информирование, инструктаж, работа по устным рекомендациям, анализ проделанной работы – направлены на формирование теоретических и практических знаний занимающихся;
- **наглядные:** демонстрация иллюстративного материала, показ приемов работы, работа по заданиям, показ упражнений, движений, (способствует более быстрому усвоению программы, повышает интерес к занятиям) – направлены на развитие наблюдательности, внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу человека;
- **практические:** наблюдения, самостоятельная работа, учебно-тренировочная деятельность – развивает умение применять на практике полученные знания, совершенствовать необходимые двигательные навыки;
- **эвристические, поисковые:** выполнение заданий, практических работ без непосредственного участия взрослых – необходимы для развития самостоятельной деятельности, умения самостоятельно трудиться, умения передавать свои знания другим.

В реализации программы используются информационно-коммуникационные технологии, которые необходимы для овладения большими знаниями о данном виде спорта, спортсменах европейского и мирового уровня, просмотра соревнований и турниров.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

К концу обучения воспитанники:

знают об условиях соревновательной деятельности; ♣

проявляют организованность, личную ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь и взаимную поддержку в коллективе, знают о значении здорового образа жизни; ♣

приобретут знания из специальной литературы, средств массовой информации, общения со спортсменами других регионов страны и зарубежья об игре бочча; ♣

разовьют глазомер, координацию движений, общую и специальную выносливость, меткость и точность при выполнении бросков мяча, общую физическую подготовку, укрепят мышечный корсет; ♣

разовьют образное и логическое мышление, необходимое для выполнения правильных тактических действий в игровой ситуации, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями; ♣

будут уметь выполнять и применять на практике основные двигательные действия, следовать правилам игры, спортивной терминологии и жестам, указаниям судьи на корте; ♣

приобретут навыки работы в коллективе, самообслуживания. ♣

### **Предметная диагностика проводится в форме:**

- зачетов;

- тестов;

- соревнований.

### **Педагогическая диагностика предполагает:**

- анкетирование;
- личные беседы с детьми и их родителями;
- анализ продуктов деятельности обучающихся.

### Формы подведения итогов реализации программы:

проведение итоговых соревнований; ♣

участие в фестивалях и общественных акциях;

выступления на творческих встречах и мастер-классах. ♣

### Учебный план.

Группа базовой подготовки(1 год обучения)

№	Название раздела (темы)	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка.	14	12	2	Устный опрос
2	Технико-тактическая подготовка.	19	11	8	Корректировка техники выполнения и тактических действий
3	Психологическая подготовка.	13	11	2	Устный опрос
4	Общая физическая подготовка.	17	2	15	Индивидуализация нагрузки



5	Специальная физическая подготовка.	15	1	14	Фиксирование результата
6	Контрольно-переводные испытания.	12	-	12	Зачёт
7	Соревновательная деятельность.	12	-	12	Соревнования
8	Медико-биологический контроль	4	-	4	Медико-биологический контроль
	<b>Итого:</b>	108	18	90	

## Содержание учебного плана

### 1. Теоретическая подготовка (14 часов)

**Теория:** Техника безопасности на занятиях;

Специальная форма(костюм, обувь, принадлежности и др.);

Правила поведения в спортивном зале;

Физическая культура и спорт в России;

АФК как составная часть физической культуры;

Адаптивный спорт и его виды;

История возникновения бочче;

Развитие игры бочче в мире и России;

Бочче – Параолимпийский вид спорта;

Оборудование для игры в бочче;

Спортплощадка.

**Практика.** Просмотр и обсуждение видеозаписей, презентации; соблюдение правил в игре.

## **2. Техничко-тактическая подготовка (19 часов)**

### **Теория:**

- Обучение основным положениям туловища;
- Обучение нахождению своего места на корте;
- Обучение передвижению по боксу;
- Обучение выбору направления для выполнения броска;
- Обучение захвату мяча;
- Обучение технике выполнения броска мяча способом:

1)сверху из-за головы;

2)снизу из-за колеса;

- Обучение выстраиванию жёлоба для выполнения броска;
- Обучение расположению мяча в жёлобе.

**Практика.** Выполнение основных технико-тактических действий самостоятельно или с помощью ассистента.

## **3. Психологическая подготовка (13 часов)**

### **Теория:**

Спорт, его общие и специфические отличия от других видов деятельности; Формирование высокого уровня соревновательной мотивации;

Воспитание морально-волевых качеств: целе-устремлённости, силы воли, трудолюбия.

**Практика.** Устный опрос-беседа.

## **4. Общая физическая подготовка(17 часов)**

**Теория:** Комплекс ОРУ без предмета и.п. сидя для мышц рук, туловища, ног.

**Практика:**

Для мышц шеи – наклоны и повороты головы вправо, влево, вперёд до касания подбородком груди.

Для мышц плечевого пояса и рук – сжимание и разжимание пальцев, круговые вращения в лучезапястных суставах, поднимание и опускание плеч.

Для мышц туловища – повороты туловища направо и налево.

Для мышц ног – имитация ходьбы на месте, активное растирание руками бёдер.

### **5. Специальная физическая подготовка(15 часов)**

**Теория:** Развитие основных двигательных качеств: выносливости.

**Практика.** Специальные упражнения, направленные на повышение уровня основных двигательных качеств: выносливости, координационных способностей, силы.

### **6. Контрольно - переводные испытания(12 часов)**

### **7. Соревновательная деятельность(13 часов)**

**Теория:** Устный опрос по правилам соревнований;

**Практика.** Участие в соревнованиях школьного уровня.

### **8. Медико-биологический контроль. (4 часов)**

## **Календарный учебный график**

№ п/п	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	18.00	Инструктаж	3	Техника безопасности на занятиях; Специальная форма(костюм,	спорт зал	Устный опрос

				обувь, принадлежности и др.);  Правила поведения в спортивном зале.		
2	18.00	Теоретическое занятие	4	Бочче – Параолимпийский вид спорта; Оборудование для игры в бочче; Спортплощадка.	спорт зал	Тест
3	18.00	Практическое занятие	2	Обучение основным положениям туловища	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий
4	18.00	Практическое занятие	2	Обучение нахождению своего места на корте	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий
5	18.00	Практическое занятие	4	Обучение выбору направления для выполнения броска	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий

						действий
6	18.00	Практическое занятие	5	Обучение захвату мяча	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий
7	18.00	Практическое занятие	5	Обучение технике выполнения броска мяча способом сверху из-за головы	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий
8	18.00	Теоретическое занятие	5	АФК как составная часть физической культуры; Адаптивный спорт и его виды; История возникновения бочче	спорт зал	Устный опрос
9	18.00	Практическое занятие	5	Правила игры. Расположение игроков	спорт зал	Выполнение правил игры
10	18.00	Практическое	5	Правила игры. Розыгрыш джек-	спорт	Выполнение

		занятие		бола	зал	правил игры
<b>11</b>	18.00	Практическое занятие	5	Правила игры. Расположение игроков	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>12</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Мяч в ауте	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>13</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Счет игры	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>14</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Жесты судей	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>15</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Время игры	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>16</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Подсчет очков.	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>17</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Зоны игроков.	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>18</b>	18.00	Практическое занятие	1	Правила игры. Нарушение игры.	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>19</b>	18.00	Практическое занятие	2	Правила игры. Индивидуальные игры.	спорт зал	Выполнение правил игры
<b>20</b>	18.00	Практическое	2	Правила игры.	спорт	Выполнение

		занятие		Парные игры.	зал	правил игры
21	18.00	Практическое занятие	2	Правила игры. Командные игры.	спорт зал	Выполнение правил игры
22	18.00	Игра	1	Выполнение бросков по меткам. Игра индивидуальная.	спорт зал	Индивидуализация нагрузки
23	18.00	Практическое занятие	2	Выполнение бросков по заданным ситуациям.	спорт зал	Корректировка техники выполнения и тактических действий
24	18.00	Игра	1	Пробные игры по упрощенным правилам.	спорт зал	зачёт
25	18.00	Игра	1	Индивидуальные игры по упрощенным правилам.	спорт зал	зачёт
26	18.00	Игра	2	Парные игры по упрощенным правилам.	спорт зал	зачёт
27	18.00	Игра	1	Командные игры по упрощенным правилам.	спорт зал	зачёт

## **Материально-техническое обеспечение Программы:**

(перечень оборудования к программе)

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

## **Литература:**

1. Башкирова М.М., Емлина З.В. Международная ассоциация спорта и физической культуры для лиц с церебральным параличом (СП ИСРА). Правила игры в бочча.- М., 2010.
2. Ганат С.А. Конспекты лекций по анатомии, физиологии и гигиене ребёнка.- М., 2008.
3. Дараева Т.В. и др. Программа по физической культуре. Специальная медицинская группа.- М., 2010.
4. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры.- М., 2007.
5. Ильин Е.П. Психология спорта.- СПб, 2010.



6. Киселёв Ю.Я. Психологическая готовность спортсмена: пути и средства достижения.- М., 2009.
7. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры.- М., 2010.
8. Лях В.И., Кофман Л.Б., Мейксон Г.Б., Васильева М.И. Физическая культура 1-11 классы: развёрнутое тематическое планирование по комплексной программе. Волгоград, 2010.
9. Сладкова Н.А. Паралимпийский Комитет России. Материалы к семинару по классификации спортсменов в бочча.- М., 2011.
10. Царик А.В. Паралимпийский спорт: классификации, разряды и звания, учебно-тренировочные программы.- М., 2010.
11. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие.- М., 2004.
12. Сайт: <http://bossiarus.ru/> Презентация: основные тренировочные упражнения и приёмы бросков.- М., 2012.