

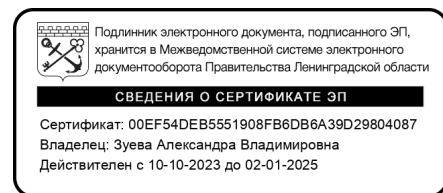
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛОМОНОСОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Рассмотрена на заседании
малого педагогического совета
от «09» января 2024 г.

Протокол № 2

Утверждена
Приказом директора
МАН ОУ «ЦДО»

от «09» января 2024 г. № 2-о



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«БОЧЧЕ»**

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации: 5 месяцев

Составители:
Кормазына Е.В.
старший методист МОЦ ДО,
Афонина Э.К.
старший методист МАН ОУ ЦДО

Ломоносов, 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Бочче», (далее — Программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Уровень освоения – **стартовый**.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ ст.31 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Распоряжения Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022г. № 678-р Об утверждении и Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации;
- СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28;
- Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, утвержденных Приказом Министерства образования и науки РФ от 28.12.2010 № 2106,
- Устава и иных локальных нормативных актов МАН ОУ «ЦДО».

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что популярность бочче растет с каждым годом. Игра бочче – распространенная на нашей планете игра с шарами, является видом спорта, признанным Международным Олимпийским комитетом. В настоящее время более 60 стран имеют свои региональные или национальные программы. Это одна из самых популярных игр в мире: и как средство проведения досуга, и как часть так называемого большого спорта. Она доступна людям самых разных возрастов. В некоторых странах бочче включена в программу школьных занятий по физической подготовке. В России бочче активно развивается в Москве, Санкт-Петербурге и других крупных городах.

Бочче – одна из множества игр на площадке или зале, основной задачей которых является бросок тяжелого шара с целью попасть как можно ближе к какому-либо предмету. Является родоначальницей различных игр, таких как боулинг, керлинг и ряда других.

Значение игры кроется в физиологической сущности координации, которая заключается в согласовании деятельности отдельных органов в целостном акте. Каждое двигательное действие имеет свой пусковой центр в мозгу; чем сложнее движение, тем большее движение афферентации, тем более высокоорганизованные отделы коры головного мозга участвуют в акте, тем более верхние уровни ЦНС берут на себя управление движением, тем сложнее взаимоотношения мышц-антагонистов, тем, естественно, сложнее координация.

Систематические занятия бочче, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на обучающихся: совершенствуется функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие, развиваются ловкость, реакция, выносливость, координация движений, глазомер. Также занятия таким видом спорта способствуют воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: уважения к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности, чувства ответственности.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы в том, что занятия 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 обучающегося. Занятия этой спортивной дисциплиной оказывают положительное успокаивающее действие на нервную систему обучающегося, являясь источником положительных эмоций. На занятиях широко используются упражнения, позволяющие расширить арсенал средств и методов развития восприятия, внимания, памяти, мышления в сочетании с физическими упражнениями.

В отличие от традиционных игровых видов спорта в бочче существует уникальное понятие – «Этикет Игры», являющийся философией бочче и повышающий морально-этический уровень игроков. Именно благодаря «Этикету Игры» в бочче игроки обходятся без судей, отслеживая соблюдение правил самостоятельно даже на Чемпионате Мира.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся 11-14 лет (при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям по общефизической подготовке), которые интересуются спортом и желают приобрести определенные навыки и умения в данном виде деятельности.

Группы для занятий набираются как одновозрастные, так и разновозрастные. Набор в группы свободный и не предусматривает

конкурсного отбора. Специальных знаний и практической подготовки от обучающихся не требуется.

Объем и срок реализации программы, режим занятий

Программа рассчитана на 5 месяцев обучения (20 учебных недель) – 40 часов на весь период обучения, 2 часа в неделю согласно Календарному учебному графику.

Цель программы – обеспечение разностороннего физического развития, укрепления здоровья обучающихся посредством игры в бочче.

Задачи:

Обучающие:

- формирование знаний о личной гигиене, гигиене одежды и обуви, режиме дня, влияний физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей;
- ознакомление с историей развития бочче как вида спорта;
- обучение правилам игры;
- обучение технике и тактике бочче;
- обучение правилам безопасности на занятиях и правилам использования оборудования;
- ;
- подготовка к участию в соревновании.

Развивающие:

- формирование и развитие способности анализировать и оценивать результаты собственных умений;
- развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости;
- развитие координационных способностей;
- развитие сенсорных систем (слуховые, зрительные, тактильные).

Воспитательные:

- формирование навыков культуры общения в коллективе;
- формирование интереса к спортивным занятиям, здоровому образу жизни;
- воспитание трудолюбия, способности добиваться высоких личных результатов.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Условия набора и формирования групп:

Для реализации программы могут комплектоваться как одновозрастные, так и разновозрастные группы. Приём в коллектив не предполагает

конкурсного отбора, обучающиеся проходят входной контроль в начале обучения по программе.

Запись на программу производится на Портале Навигатор дополнительного образования Ленинградской области.

Зачисление обучающихся на программу осуществляется в соответствии с локальными нормативными актами МАН ОУ «ЦДО».

Количество детей в группе

Списочный состав группы формируется с учетом санитарных норм, особенностей реализации программ физкультурно-спортивной направленности, нормативных локальных актов учреждения дополнительного образования и составляет не менее 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по теоретической, общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовке.

Теоретический раздел программы 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, необходимость и полезность физической активности и личной гигиены, значение и способы выполнения конкретных упражнений.

Организация овладения двигательными действиями в процессе коррекции координационных способностей через игру в бочче имеет три основных этапа:

1. Этап начального разучивания. Создается ориентировочная основа действия: показ захвата, способа держания паллино и бочче, исходного положения, в котором должен стоять игрок, для того, что бы подать шар.

2. Этап детализированного обучения. Формируется первоначальное умение на основе сформулированного представления: тренировка основной фиксированной стойки у фаул-линии (стартовой линии), объяснение и показ подачи паллино и бочче, используя способ катания, тренировка в сочетании стойки и подачи, показ различных видов бросков. Здесь большое значение имеет контроль, осуществляемый органами чувств, затем, как движение выполняется, насколько соответствует эталону (представлению). На основе этого корректируются неточности.

3. Этап закрепления и дальнейшего совершенствования. Двигательное действие совершенствуется путем многократного повторения: повторение захвата, фиксированной стойки, подачи паллино и бочче путем катания, знакомство с игровыми ситуациями, установлением мячей в разных позициях, объяснение стратегии для выигрыша. Таким образом, игра в бочче способствует коррекции координационных способностей детей с использованием подготовительных упражнений (для развития физических качеств), подводящих упражнений и упражнений по технике), а также

применение упражнений для развития физических качеств в рамках структуры технических приемов и их многократного выполнения в сочетании с действиями с шаром.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии

- *индивидуальная* (организуется для отработки отдельных навыков, для работы с наиболее способными мотивированными обучающимися, с целью коррекции пробелов в знаниях и умениях, устранения затруднений);
- *групповая* (организуется для отработки практических навыков и применении теоретических знаний, при этом задания выполняются таким образом, чтобы был виден вклад и результат каждого обучающегося);
- *фронтальная* (работа педагога со всеми обучающимися при объяснении нового материала, в ходе тематических бесед).

Формы проведения занятий

- Практические занятия,
- выполнение самостоятельной работы,
- беседы,
- игровые тренировки,
- тренировки на развитие физических качеств,
- соревнование.

Форма обучения: очная, язык - русский.

Материально-техническое оснащение программы

Корт. Площадка.

Площадка в ширину – 4 метра, в длину – 20 метров. Поверхность может быть земляной, глиняной, травяной, искусственной или из каменной пыли, однако на ней не должно быть никаких преград, постоянных или временных, которые бы мешали свободному движению шаров или «паллино». Стены площадки – боковые и торцевые стены, которые должны быть сделаны из любого жесткого материала (из дерева или плексигласа). Высота торцевой стены – один метр. Высота боковой стены – не меньше диаметра мяча. Площадка должна иметь 3 метки: первая расположена на 3.05 метра от каждой торцевой стены (две стартовые линии), вторая расположена на середине площадки (минимальная дистанция, за которую надо бросать «паллино» в начале каждого тура)

Спортивное оборудование:

- стойки баскетбольные, щит баскетбольный 2 шт.;
- скамейка гимнастическая 4 шт.;
- стенка шведская с турниками 2 шт.;
- стенка гимнастическая для лазания 2 шт.;
- турник для силовых упражнений 2 шт.;

- лабиринт 2 шт.;
- стойка для прыжков в высоту 2 шт.;
- ворота для футбола, фролбола 1 комплект;
- сетка волейбольная 1 шт.

Спортивный инвентарь:

- комплект для бочча 2 шт. (шары («бочче») могут быть изготовлены из дерева или пластмассы и должны быть одинаковые по размеру, кроме «паллино»; размер (диаметр) их – с 107 мм до 110 мм, цвета шаров могут быть любые, но «бочче» одной команды должны ясно отличаться от «бочче» другой команды (например, у одной команды четыре красных шара, а у другой – четыре зеленых); диаметр «паллино» – не больше 63 мм или меньше 48 мм, цвет «паллино» должен ясно отличаться от всех остальных мячей);
- гантели 32 шт. по 0,5 кг и 1 кг;
- гранаты 16 шт.;
- канат 3 шт.;
- коврик ППЭ 16 шт.;
- клюшки для фролбола 16 шт.;
- кегли 40 шт.;
- мат гимнастический 16 шт.;
- мяч баскетбольный 16 шт.;
- мяч футбольный 16 шт.;
- мяч волейбольный 16 шт.;
- мяч теннисный 16 шт.;
- мяч для фролбола 16 шт.;
- медбол 1 кг 10 шт.;
- медбол 2 кг 10 шт.;
- обруч 16 шт.;
- рулетка 2 шт.;
- скакалки 16 шт.;
- секундомер 1 шт.;
- фишки 20 шт.

Вспомогательный инвентарь:

- 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 мячей;
- устройство для подсчета очков;
- свисток.

Мультимедийное оборудование

- компьютер;
- мультимедийный проектор;

- экран;
- интерактивная электронная доска.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные

в результате освоения Программы обучающиеся:

- получают знания о личной гигиене, гигиене одежды и обуви, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей;
- познакомятся с историей развития бочче как вида спорта;
- обучатся правилам игры;
- обучатся технике и тактике бочче;
- обучатся правилам безопасности на занятиях и правилам использования оборудования;
- подготовятся к участию в соревновании.

Личностные

у обучающихся будут сформированы/развиты:

- навыки культуры общения в коллективе;
- интерес к спортивным занятиям, здоровому образу жизни;
- трудолюбие, целеустремленность.

Метапредметные

В результате освоения программы у обучающихся будут сформированы/развиты:

- способность анализировать и оценивать результаты собственных умений;
- физические качества: сила, выносливость, быстрота, ловкость и гибкость;
- координационные способности;
- сенсорные системы (слуховые, зрительные, тактильные).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля
	Всего	Теория	Практика	
1. Теоретическая подготовка	4	2	2	Опрос-тест
1.1. Вводное занятие	2	1	1	

1.2. Игра Бочче	2	1	1	
2. Общая физическая подготовка	8	-	8	Практическое задание
3. Специальная физическая подготовка	8	-	8	Практическое задание
4. Техническая подготовка	10	2	8	Практическое задание
4.1. Техника владения шаром	2	-	2	
4.2. Положение игрока перед броском	2	1	1	
4.3. Броски	3	1	2	
4.4. Комбинированные упражнения	3	-	3	
5. Тактическая подготовка	6	2	4	Практическое задание, опрос
5.1. Расположение игрока перед броском	2	1	1	
5.2. Тактика выбрасывания джек-болла (паллино)	1	-	1	
5.3. Индивидуальные тактические действия в игре	1	-	1	
5.4. Командные тактические действия в игре	2	1	1	
6. Контрольные и итоговые занятия	4	1	3	Тестирование, опрос, соревнование
ВСЕГО:	40	7	33	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Период обучения	**Дата начала обучения по программе	**Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
5 месяцев			20	40	40	2 раза в неделю по 1 часу или 1 раз в неделю по 2 часа*

*1 академический час - 45 минут

**устанавливается и утверждается приказом директора на конкретный учебный год.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Теоретическая подготовка

1.1. Вводное занятие

Теория: Правила поведения и безопасности в спортивном зале на учебно-тренировочном занятии, на площадке, во время соревнований. Гигиенические требования к спортивной форме. История бочче. Развитие бочче в России. Опрос.

Практика: Контрольные общефизические упражнения. Входная диагностика.

1.2. Игра Бочче

Теория: Суть и специфика игры. Правила игры в бочче. Основные термины Правила соревнований. Виды бросков. Стойки. Захват шара.

Практика: Разминка.

2. Общая физическая подготовка

Упражнения для развития силы.

Практика: Выпрыгивания из приседа (развитие силы мышц ног), выпрыгивания из приседа «лягушкой» (колени к плечам) (развитие взрывной силы мышц ног), сгибания-разгибания рук в упоре лежа (на ладонях и на кулаках) (развитие силы мышц рук), подъем туловища из положения лежа руки за головой (развитие силы мышц брюшного пресса), подтягивания на перекладине (развитие силы мышц рук), подъем туловища из положения лежа на животе руки за головой (развитие силы мышц спины). Подвижные игры: «Тяни в круг», «Гонка тачек», «Кто сильнее?».

Упражнения для развития быстроты.

Практика: Бег (развитие быстроты перемещений), челночный бег (развитие быстроты смены направления движения), выполнение силовых упражнений на скорость (развитие скоростно-силовых качеств). Подвижные игры «Кто первый», «Воробьи и вороны» «Салки».

Упражнения для развития реакции и ловкости, координации.

Практика: Различные дорожки из шагов и прыжков на координационной лестнице (развитие координации движений ног на скорость), бег спиной вперед и вращением (развитие работы вестибулярного аппарата). Подвижные игры: «Слушай сигнал!», «Подхвати гимнастическую палку», «Вокруг стульев». Упражнения в равновесии: стойка на левой и правой ноге. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Ходьба по линии на носках. Ходьба на носках по коридору шириной 30 см.

Упражнения для развития гибкости и прыгучести.

Практика: Упражнения на развитие гибкости: наклоны корпуса (развитие гибкости позвоночника), махи ногами (увеличение амплитуды движений в тазобедренных суставах), ходьба в выпаде (увеличение амплитуды движений в тазобедренных суставах), статические упражнения в выпадах (увеличение амплитуды движений в тазобедренных суставах), шпагат, «бабочка», «лягушка», упражнения на гибкость в тазобедренных суставах в парах у стены (прямой подъем, боковой подъем, повороты в подъеме). Подвижные игры: «Удочка», «Прыжки по кочкам», «Бой петухов».

Упражнения для развития общей выносливости.

Практика: Кроссовая подготовка, длительный бег, выполнение силовых упражнений сериями в конце занятия.

3. Специальная физическая подготовка.

Практика: Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения на растяжение мышц. Упражнения для мышц ног и таза. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения на расслабление. Упражнения на развитие глазомера, дифференциацию мышечных усилий при выполнении действий с мячом, шаром. Упражнения для развития пространственной ориентировки, удержание статического и динамического равновесия. (Стойка на левой и правой ноге. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами. Ходьба по линии на носках (ходьба на носках по коридору шириной 30 см. попадание в «коридор» шириной 1м. Попадание в квадрат на расстоянии 5 м. (размеры стороны квадрата изменяются от 2 м. до 0.5 м.). Подвижные игры и соревновательные упражнения с кеглями. Сбивание мячами (шарами) бочке кегли на расстоянии 3м., 5м., 10м. Игры в парах («Кегельбан». «Броски к ориентирам»).

4. Техническая подготовка.

4.1. Техника владения шаром.

Практика: Катание мяча (шара) между ладонями. Подбрасывание мяча (шара) вверх. Подбрасывание мяча (шара) вверх с одним хлопком, с двумя хлопками. Перекидывание мяча (шара) из одной руки в другую. Перекладывание мяча (шара) из одной руки в другую за спиной. Бросок и ловля мяча (шара) в парах, тройках. Захват и бросок мяча (шара). Броски мяча (шара) с различными способами захвата мяча (шара) из различных исходных положений.

4.2. Положение игрока перед броском.

Теория: Размеры поля (корта), значение линий разметки, расположение игроков.

Практика: Броски шара из различных исходных положений.

4.3. Броски.

Теория: Виды бросков и их особенности. («паллино», атакующий бросок, «рикошет»). Очередность выбрасывания шаров, их количество у игроков.

Практика: Отработка бросков паллино: выбрасывание паллино на ближний корт, на средний корт, на дальний корт, к боковым линиям корта по прямой, к задней линии корта, к боковым линиям корта по диагонали, в заданную точку. Упражнения, развивающие умение дифференцировать мышечное усилие и направление броска: прокатывание мяча (шара) к джек-боллу: по обозначенной прямой линии, по обозначенной косой линии, между кеглями, с заданием коснуться кегли справа, слева, постепенно изменяя расстояние; броски мяча (шара) к джек-боллу (паллино): в ограниченной зоне, на ближнем корте, на среднем корте, на дальнем корте, с чередованием ближний, средний, дальний корт.

Отработка атакующих бросков: броском сбить кеглю, оставив свой мяч (шар) у линии на ближнем и среднем расстоянии; броском заменить средний шар из трех, поставленных в одну линию, на свой, в ближней, средней и дальней игре; броском выбить чужой мяч (шар) за линию, оставив свой у линии в ближней, средней и дальней игре; броском подкатить ближе стоящий мяч (шар) к дальнему в ближней, средней и дальней игре; броском ударить ближе стоящий мяч (шар) и выбить им дальний за линию в ближней, средней и дальней игре.

Отработка бросков «рикошет» к джек-боллу (паллино): броски мяча (шара) с отскоком на короткое расстояние в ближней, средней и дальней игре по правой линии; броски мяча (шара) с отскоком на дальнее расстояние в ближней, средней и дальней игре по правой линии; то же по левой линии. Отработка бросков «рикошет» с замещением мяча (шара) соперника (броски мяча (шара) с отскоком на короткое расстояние в ближней, средней и дальней игре по правой линии; броски мяча (шара) с отскоком на дальнее расстояние в ближней, средней и дальней игре по правой линии; то же по левой линии; чередование бросков в ближней, средней и дальней игре; по правой и левой боковым линиям.

4.4. Комбинированные упражнения.

Практика: Чередование упражнений технической подготовки с отработкой бросков и ударов для разблокировки джек-болла (паллино) и замещения мяча (шара) соперника. Упражнения для коррекции согласованности движений: раздельное повторение двигательного действия, повторение цельного двигательного действия в медленном темпе по показу педагога, самостоятельное повторение двигательного действия с постепенным увеличением скорости движения и амплитуды.

5. Тактическая подготовка

5.1. Расположение игрока перед броском.

Теория: Определение оптимального положения при броске, разбор ситуаций.

Практика: Отработка бросков мяча (шара) из различных исходных положений. Самостоятельное определение оптимального расположения игрока при броске в зависимости от игровых ситуаций: джек-болл (паллино) блокирован одним мячом (шаром) по прямой, сбоку; джек-болл (паллино) блокирован двумя и более мячами (шарами) по прямой, сбоку; джек-болл расположен у боковой линии корта.

5.2. Тактика выбрасывания джек-болла (паллино)

Практика: Отработка бросков. Разбор игровых моментов. Выполнение игровых задач.

5.3. Индивидуальные тактические действия в игре.

Практика: Отработка индивидуальных бросков и ударов, актуальность их применения в определенных игровых ситуациях.

5.4. Командные тактические действия в игре.

Теория: Определение лучших игроков в ближней игре, средней и

дальней. Определение возможных капитанов. Разбор игровых моментов с условным соперником, его игровыми возможностями и расположением игроков. Поведение спортсмена на соревнованиях. Правила судейства, подсчет очков.

Практика: Отработка индивидуальных бросков и ударов. Отработка техники блокировки джек-болла (паллино).

6. Контрольные и итоговые занятия

Теория: Опрос.

Практика: Тестирование, соревнование.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно-методический комплекс дополнительной общеразвивающей программы «Бочче» состоит из следующих компонентов: описание применяемых педагогических методик и технологий, информационные источники, используемые при реализации программы, система средств контроля результативности обучения.

Технологии, приемы и методы организации образовательного процесса

В ходе реализации данной программы используется *комплекс методов:*

Объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию - рассказ, беседа, объяснение, обсуждение, демонстрация наглядных пособий и иллюстраций, показ видеоматериала). Словесные методы позволяют изложить теоретический материал, необходимый для освоения программы. Демонстрация наглядных образцов, иллюстративного и видео материала способствует лучшему усвоению теории и изучению практических приемов работы.

Выполнение практических заданий способствует закреплению теоретических основ и позволяет обучающимся отработать практические навыки, получить непосредственно опыт игры.

Методы, используемые на занятиях по бочче:

- разновидности словесного метода;
- разновидности методов показа;
- применение методов практического разучивания: целостного, расчлененного и целостно – расчлененного упражнения.
- применение методов предупреждения и исправления ошибок: метод подводящих упражнений, метод изменения техники (акцентирование, утрирование, замедление) и метод ориентиров.

Во время обучения по программе используются **групповые и индивидуальные методы обучения**:

- работа с малыми группами,
- работа в парах,
- групповая работа на принципах дифференциации и индивидуального подхода для отработки отдельных навыков.

Наибольшее внимание уделяется **активным методам обучения**, при которых в наибольшей степени осуществляются процессы активизации учебно-познавательной деятельности, мотивация обучающихся к самостоятельному, инициативному освоению учебного материала.

Игровые технологии как форма активного обучения применяются для практического освоения материала. Игровая технология позволяет создать условия для формирования всех четырёх компонентов содержания образования: знаний, умений, опыта практической деятельности и опыта эмоционально-ценностного отношения к миру. «Игровой метод» предполагает не только какие-либо конкретные подвижные игры, но также и применение методических особенностей игры при выполнении любых физических упражнениях. Такие упражнения, сохраняя свою сущность, приобретают своеобразную игровую окраску, привлекают занимающихся детей эмоциональностью, доступностью, разнообразием, состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегченном виде выполнять элементы изучаемых технических приемов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств, в первую очередь развивают координационные способности.

Дистанционные образовательные технологии и электронное обучение, информационные технологии (демонстрация презентаций, фильмов, фотографий и т.д.).

Здоровьесберегающие технологии предполагают проведение занятий на основе санитарных норм и гигиенических требований (соблюдение режима проветривания, освещения, питьевого режима). На занятиях используются такие элементы, как:

- **наличие в содержательной части занятия эмоциональных разрядок и обеспечение у обучающихся мотивации к учебной деятельности**;
- **динамические паузы** в ходе практической работы или объяснения темы, целью которых является смена вида деятельности; предупреждение утомляемости; снятие мышечного, нервного и мозгового напряжения; активизация кровообращения; активизация мышления; повышение интереса детей к ходу занятия; создание положительного эмоционального фона.

Технология индивидуализации обучения – проведение учебно-воспитательной работы с группой, ориентируясь на личностные особенности каждого обучающегося.

Особенности реализации технологи индивидуализации обучения:

- оказание каждому обучающемуся индивидуальной педагогической помощи;

- оптимизация учебного процесса для способных и одаренных обучающихся;
- формирование общеучебных умений и навыков;
- формирование адекватной самооценки обучающихся;
- использование технических средств обучения.

Данная программа основана на **принципах дифференцированного обучения, что позволяет** определить для каждого из обучающихся наиболее рациональный характер работы на занятии, основываясь на его индивидуальных особенностях.

Особенности реализации технологии дифференцированного обучения:

- учет индивидуальных возможностей обучающихся;
- вариативность учебного материала для сформированных групп;
- вариативность учебно-познавательной деятельности;
- ориентирование на адаптацию и развитие детей.

Информационные источники, используемые при реализации программы

Для педагога:

1. Бойко О.Я., Козлова Е.С. Бочче. Программа спортивного мастерства.
2. Бочче - программа спортивного мастерства. Методическое пособие для тренеров Специальной Олимпиады / Под редакцией Бойко О.Я. Екатеринбург, 2010.
3. 4. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
4. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие/В. И. Лях. М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
5. Полевщиков, М.М. БОЧЧЕ официальные правила игры и проведения соревнований Специальной Олимпиады России [Текст] / М.М. Полевщиков. – Москва «Специальная олимпиада России», 2005. – 30 с.
6. Татарникова Л.Г. Педагогика здоровья: здоровьесберегающие образовательные технологии, СПб, 2010
7. Хрипкова А.Г. Возрастная физиология: учебное пособие. М.: Просвещение, 2002.
8. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Тактическая подготовка в спортивных играх: Учеб. пос. - М.: ФОН, 2009. - 138 с.

Для обучающихся и родителей:

1. Бойко О.Я., Козлова Е.С. Бочче. Программа спортивного мастерства.
2. Горбунов Д. Д. Психопедагогика спорта. М. «Физкультура и спорт», 1986.

Интернет-источники:

1. Сайт федерации Бочча <http://bocciarus.ru>
2. Сайт московской федерации Бочча <https://bocce.msk.ru>
3. Международная федерация игры бочча <http://www.bisfed.com>

Система средств контроля результативности обучения

В процессе освоения программы предусмотрена диагностика обучающихся, которая позволит определить результаты обучения.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводятся: **входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.**

Входной контроль проводится с целью выявления начального уровня образовательных возможностей обучающихся и определения уровня начальных знаний об основных вопросах содержания Программы и понимания общекультурного развития детей.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего периода обучения с целью оценки уровня и качества освоения тем/разделов Программы, а также с целью отслеживания динамики развития ценностных ориентаций и значимых (ключевых) компетенций обучающихся. Для отслеживания и фиксации результатов предусмотрены следующие формы контроля: практические задания, опрос.

Промежуточный контроль проводится через три месяца после начала обучения с целью оценки уровня и качества освоения тем/разделов Программы. Промежуточный контроль проводится в виде выполнения тестовых контрольных упражнений для определения уровня практической подготовки обучающихся.

Итоговый контроль – проводится по завершению обучения по Программе с целью выявления уровня и качества освоения Программы обучающимися.

Итоговый контроль на знание теоретического материала проводится в виде опроса. Практические навыки обучающиеся демонстрируют в ходе итогового соревнования.

На каждом занятии педагог осуществляет анализ качества выполняемой работы; коммуникативных навыков, развития иных ключевых компетенций и личностного развития обучающихся.

Формы контроля

Вид контроля	Формы контроля	Срок контроля
Входной	Опрос-тест	январь
Текущий	Практические задания, опрос	в ходе освоения темы, раздела – январь-май

Промежуточный	Контрольное тестирование	Через три месяца после начала обучения по программе (в соответствии с КТП, КУГ)
Итоговый	Соревнование, опрос	май

Критерии оценки результатов контроля

Предметные результаты

С целью выявления эффективности применения программы в обучении, закрепления и обобщения полученных навыков, прослеживании динамики обучения предлагаются

- контрольные упражнения в виде тестов (тестирование по выполнению контрольных нормативов);
- регулярный опрос по теоретической части программы;
- участие в соревновании.

Диагностический тест используется для оценки эффективности средств и методов тренировки в соответствии с установленными контрольными нормативами для выявления динамики развития спортивной формы и прогнозирование спортивных достижений. Результаты заносятся в индивидуальную карту развития.

Для предварительного дивизионирования обучающихся перед соревнованиями применяется тестовое упражнение с измерением расстояния.

На корте на отметку 9м устанавливается паллино. Игрок прокатывает четыре шара бочке как можно ближе к цели. Измеряется расстояние трех лучших попыток. Сумма результатов измерения заносится в таблицу. Чем она меньше, тем сильнее игрок. То же повторяется еще два раза, на отметке 12м. и 15м. Это упражнение применяется так же в процессе тренировок для определения уровня подготовленности спортсмена и корректировки его обучения.

Таблица «Результаты измерений»

№ п/п	Фамилия, имя	9 м			12 м			15 м			Сумма	Место
		1	2	3	1	2	3	1	2	3		

По результатам контрольного тестирования педагог имеет возможность определить направления дальнейшей работы для каждого обучающегося:

- углубить работу по формированию навыков;
- особое внимание уделить развитию;
- организовать индивидуальную коррекционную работу.

**Диагностика результативности усвоения дополнительной
общеразвивающей программы
«Бочче»**

№ п/ п	Знания, умения, навыки	Сроки тестирования			
		Входной контроль	Промежуточ ный контроль	Текущий контроль	Итоговый контроль
Теоретические знания					
1.	Правила поведения на занятиях в зале, спортивной площадке; выездных соревнований				
2.	Основные правила спортивной гигиены				
3.	Правила игры				
4.	Правила судейства, специальные спортивные термины; правила дивизионирования				
Практические умения и навыки					
1.	Технически правильно выполнять бросок				
2.	Выполнять упражнения для разминки перед тренировкой и соревнованиями				
3.	Определять очередность выбрасывания				
4.	Определять направление броска и свое месторасположение при броске и ожидании				
5.	Подсчитывать очки и определять победителя				
6.	Различать судейские жесты				
Тестирование					
1.	Результаты измерений				

Условные обозначения:

1 балл – не знает / не выполняет

2 балла – отвечает только с наводящими вопросами / выполняет только в совместной деятельности

Контрольные испытания (тестирование)

Всесторонняя и комплексная оценка освоения обучающимися основных разделов Программы осуществляется на основании применения пяти основных тестов, которые позволяют определить физические качества (быстрота, сила, гибкость, ловкость), а так же сформированность двигательных умений и навыков.

№ п/п	Тест	Описание	Цель	Методика
1.	Тест на определение скоростных качеств	Быстрота - способность выполнять двигательные действия в минимальный срок. Быстрота определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.	Определить скоростные качества в беге на 30 м. с высокого старта.	В забеге участвуют не менее двух человек. По команде “На старт!” участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде “Внимание!” наклоняются вперёд и по команде “Марш!” бегут к линии финиша по своей дорожке. Фиксируется лучший результат
2.	Тест на определение координационных способностей	Координация движений показывает возможность управления, сознательного контроля за двигательным образцом и своим движением.	Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в челночном беге 3*10 м.	В забеге могут принимать участие один или два участника. Перед началом забега на линии старта и финиша для каждого участника кладут опознавательные предметы. По команде “На старт!” участники выходят к линии старта. По команде “Марш!” бегут к финишу, обегая предмет на старте и на финише и так три раза. Фиксируется общее время бега.
3.	Тест на определение скоростно-силовых качеств	Скоростно-силовые способности являются соединением силовых и скоростных способностей. В основе их лежит функциональные свойства мышечной	Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.	Обучающийся встаёт у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. При приземлении нельзя опираться сзади руками.

		и других систем, позволяющие совершать действия, в которых наряду со значительной механической силой требуется и значительная быстрота движений.		Расстояние измеряется от линии до пятки сзади стоящей ноги. Из трех попыток записывается лучший результат.
4.	Тест на определение гибкости	Гибкость, морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев. Гибкость характеризует эластичность мышц и связок.	Определить гибкость, стоя на полу.	Наклон вперед из положения сидя на полу: На полу мелом наносится линия А-Б, а от её середины - перпендикулярная линия, которую размечают через 1см. Ребёнок садится так, чтобы пятки оказались на линии А-Б. Расстояние между пятками-20-30см., ступни вертикальны. Выполняется три разминочных наклона, и затем четвёртый, зачётный. Результат определяют по касанию цифровой отметки кончиками пальцев соединенных рук.
5.	Тест на определение силовых способностей	Сила - способность преодолевать внешнее сопротивление и противостоять ему за счёт мышечных усилий.	Определить силу в подтягивание на перекладине из виса хватом сверху у мальчиков, из виса лёжа на подвесной перекладине (до 80см) у девочек.	По команде "Начинай!" производят подтягивание до уровня подбородка и опускание на прямые руки. Выполнять плавно, без рывков. При выгибании тела, сгибании ног в коленях попытка не засчитывается. Количество правильных выполнений идёт в зачёт. Девочки подтягиваются, не отрывая ног от пола.

Наличие проблемы: _____

Выводы и рекомендации: _____

Педагог дополнительного образования: _____

Критерии оценки результатов контроля

Метапредметные результаты

Показатели освоения программы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Сенсорные системы (слуховые, зрительные, тактильные)	У обучающегося недостаточно развиты слух, зрение и осязание	У обучающегося в достаточной степени развиты слух, зрение и осязание	У обучающегося отлично развиты слух, зрение и осязание
Физические качества: сила, выносливость, быстрота, ловкость и гибкость	обучающийся недостаточно развит по физическим качествам	обучающийся в достаточной степени развит по физическим качествам	обучающийся отлично развит по физическим качествам
Способность анализировать и оценивать результаты собственных умений	обучающийся испытывает серьезные затруднения в анализе собственных результатов	обучающийся периодически испытывает затруднения в анализе собственных результатов	обучающийся не испытывает затруднений в анализе собственных результатов

Информационная карта «Формирование метапредметных результатов обучающихся»

Группа № _____ уч. год _____
Педагог _____

Фамилия, имя обучающегося	Сформированные результаты (баллы/уровень)		
	Способность анализировать, оцениваться результаты	Физические качества	Сенсорные системы

Уровень по сумме баллов

3 – 4 балла – низкий уровень (Н)

5 – 7 баллов – средний уровень (С)

8 – 9 баллов – высокий уровень (В)

тельного образования _____

ИТОГО: общий уровень
учебных достижений в
группе :

«В» - чел., _____ %,

«С» - чел., _____ %,

«Н» - _____ чел., _____ %

Подпись педагога дополни

Критерии оценки результатов контроля

Личностные результаты

Показатели освоения программы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Навыки культуры общения в коллективе	обучающийся испытывает затруднения при взаимодействии с членами коллектива	обучающийся понимает свою функцию и роль в совместной деятельности, но иногда испытывает сложности в коммуникации с членами коллектива	обучающийся бесконфликтно действует в соответствии со своей функцией и ролью
Интерес к занятиям по бочке, навыкам здорового образа жизни	интерес лишь периодически поддерживается обучающимся	интерес к занятиям есть постоянно	интерес постоянно поддерживается обучающимся самостоятельно
Трудолюбие, целеустремленность	Обучающийся не проявляет трудолюбия на занятиях, слабо мотивирован в достижении результата	Обучающийся в достаточной степени трудолюбив на занятиях, иногда отсутствует мотивация в достижении результата	Обучающийся трудолюбив, мотивирован на достижении результата

Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств обучающихся»

Группа № _____ уч. год _____

Педагог _____

ФИ обучающегося	Сформированные результаты (баллы/уровень)		
	Навыки культуры общения в коллективе	Интерес к спортивным занятиям, здоровому образу жизни	Трудолюбие, целеустремленность

Уровень по сумме баллов

3 – 4 балла – низкий уровень (Н)

5 – 7 баллов – средний уровень (С)

8 – 9 баллов – высокий уровень (В)

ИТОГО: общий уровень учебных достижений в группе :

«В» - чел., ___%,

«С» - чел., ___%,

«Н» - ___ чел., _____ %

Подпись педагога дополнительного образования _____