

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»
Региональный центр детско–юношеского туризма и краеведения

Принята на заседании
научно-методического совета
ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
Протокол № 5 от 29.05.2025 г.

Утверждаю:
Директор ГАНОУ СО «Дворец молодёжи»
А.Н. Слизько
Приказ № 725-д от 29.05.2025 г.

**Рабочая программа
по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Бочче»**

Возраст обучающихся: от 10 лет и старше

Автор-составитель программы:
Соловьева И.А., тренер–преподаватель

Автор-составитель рабочей программы:
Соловьева И.А., тренер–преподаватель

г. Екатеринбург, 2025

1. Пояснительная записка

Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Особенности обучения в текущем году: особенности обучения в текущем учебном году по общеразвивающей программе: особенности условий реализации содержания, подготовка к знаменательным датам, юбилеям детского объединения, учреждения, реализация тематических программ, проектов, причины замены тем по сравнению с реализуемой общеобразовательной общеразвивающей программой и т.д.	
Особенности организации образовательной деятельности по общеобразовательной общеразвивающей (количество групп, возраст обучающихся, количественный состав, количество учебных часов по программе)	Одна группа численностью 10 человек, возраст обучающихся от 10 лет. Количество учебных часов – 216 ч. Занятия 3 раза в неделю, продолжительность занятий 2 академических часа, академический час – 45 минут.
Цель и задачи рабочей программы на текущий учебный год, учитывающие изменения условий реализации общеразвивающей программы.	Соответствуют адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программе.
Изменения режима занятий в текущем учебном году (продолжительность и количество занятий в неделю со всеми вариантами и обоснованием выбора варианта, продолжительность учебного часа, если она отличается от академического часа), формы контроля.	
Применение иных, отличающихся от общеобразовательной программы форм занятий и их сочетание (пояснить, чем обусловлен выбор конкретных формул занятий) в текущем учебном году	
Изменения, внесенные в общеразвивающую программу, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование (информация об изменении содержательной части общеразвивающей программы, обоснование изменений, описание резервов, за счет которых они будут реализованы)	
Планируемые результаты этого года обучения и способы их оценки	Соответствуют адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программе.

2. Календарный учебный график.

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	Октябрь	групповая	2	Вводное занятие.	Тест
2.	Октябрь	групповая	2	ОФП. Строевые упражнения	выполнение заданий
3.	Октябрь	групповая	2	Понятия о комплексных упражнениях, ОФП. Общеразвивающие упражнения	выполнение заданий

4.	Октябрь	групповая	2	Теоретическая подготовка. Строевые упражнения.	выполнение заданий
5.	Октябрь	групповая	2	Теоретическая подготовка. Строевые упражнения.	выполнение заданий
6.	Октябрь	групповая	2	Значение физических упражнений. Общеразвивающие упражнения для ног и рук	выполнение заданий
7.	Октябрь	групповая	2	Виды мячей бочче, названия, знакомство с площадкой	выполнение заданий
8.	Октябрь	групповая	2	Упражнения для комплексного развития всех групп мышц. Техника владения мячом	выполнение заданий
9.	Октябрь	групповая	2	Понятие технической подготовки. Техника хвата мяча	выполнение заданий
10.	Октябрь	групповая	2	Комплекс упражнений на развитие гибкости. Подвижные игры с элементами игры Бочче	выполнение заданий
11.	Октябрь	групповая	2	Роль спортивно-технической подготовки. Техника хвата мяча	выполнение заданий
12.	Октябрь	групповая	2	Повторение видов мячей, названия. Техника броска	выполнение заданий
13.	Октябрь	групповая	2	Комплекс упражнений для развития выносливости. Подвижные игры.	выполнение заданий
14.	Октябрь	групповая	2	Комплекс упражнений для развития координации, укрепления мышц пресса	выполнение заданий
15.	Ноябрь	групповая	2	Повторение видов мячей. Комплекс упражнений на укрепление мышц	выполнение заданий
16.	Ноябрь	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Метко в цель»	выполнение заданий
17.	Ноябрь	групповая	2	Влияние вредных привычек на организм. Игра «полезные и вредные привычки»	выполнение заданий
18.	Ноябрь	групповая	2	Упражнения на меткость. Подвижная игра «Набрасывание колец»	выполнение заданий
19.	Ноябрь	групповая	2	Подвижная игра с элементами игры Бочче Броски к ориентирам	выполнение заданий
20.	Ноябрь	групповая	2	Общеразвивающие упражнения ног и рук Игра-загадки спортивный инвентарь	выполнение заданий
21.	Ноябрь	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра с элементами игры Бочче «попади в мяч»	выполнение заданий
22.	Ноябрь	групповая	2	Броски паллино с разных положений. Игра «Верный глаз»	выполнение заданий
23.	Ноябрь	групповая	2	Броски «бочче» в разные позиции расположения паллино	выполнение заданий
24.	Ноябрь	групповая	2	Техники хвата и броска мяча	выполнение заданий
25.	Ноябрь	групповая	2	Выбор положения при броске; бросок. Пассивный отдых	выполнение заданий
26.	Ноябрь	групповая	2	Упражнения на координацию движений. Режим дня	выполнение заданий
27.	Ноябрь	групповая	2	Подача шара паллино за линию. Пассивный отдых	выполнение заданий
28.	Декабрь	групповая	2	Упражнения на равновесие. Броски из	выполнение

				положения стоя	заданий
29.	Декабрь	групповая	2	Выбор положения при броске, броски. Игра «что такое быть честным»	выполнение заданий
30.	Декабрь	групповая	2	Характеристика разметки, размеры корта. Общеразвивающие упражнения.	выполнение заданий
31.	Декабрь	групповая	2	Прокат шаров с использованием правильного захвата	выполнение заданий
32.	Декабрь	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях.	выполнение заданий
33.	Декабрь	групповая	2	Изучение терминологии. Имитационные упражнения	выполнение заданий
34.	Декабрь	групповая	2	Захват, катание паллино на разные дистанции с одного колена	выполнение заданий
35.	Декабрь	групповая	2	Изучение подачи, используя метод катания	выполнение заданий
36.	Декабрь	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Фиксированная стойка	выполнение заданий
37.	Декабрь	групповая	2	Повторение захвата, катание паллино на разные дистанции	выполнение заданий
38.	Декабрь	групповая	2	Поддачи, тренировка в сочетании стойки и поддачи	выполнение заданий
39.	Декабрь	групповая	2	Техническая подготовка. Тренировочные упражнения	выполнение заданий
40.	Декабрь	групповая	2	Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения на месте. Подвижная игра	выполнение заданий
41.	Январь	групповая	2	Упражнения для развития координации, укрепления мышц. Тренировочные упражнения	выполнение заданий
42.	Январь	групповая	2	Подвижная игра с элементами игры Бочче, бросок мяча в предмет	выполнение заданий
43.	Январь	групповая	2	Способы бросания шаров. Бросок пунто	выполнение заданий
44.	Январь	групповая	2	Прокат шаров с использованием правильного захвата, игра 4х4	выполнение заданий
45.	Январь	групповая	2	Понятия и определения общая физическая подготовка.	выполнение заданий
46.	Январь	групповая	2	Упражнения для развития координации. Игра в парах	выполнение заданий
47.	Январь	групповая	2	Игра «Набрасывание колец». Упражнения для пассивного отдыха	выполнение заданий
48.	Январь	групповая	2	Упражнения на развитие гибкости. Подвижные игры с элементами игры Бочче	выполнение заданий
49.	Январь	групповая	2	Роль спортивно-технической подготовки. Техника хвата мяча	выполнение заданий
50.	Январь	групповая	2	Повторение видов мячей, названия. Техника броска.	выполнение заданий
51.	Февраль	групповая	2	Упражнения для развития выносливости. Подвижные игры	выполнение заданий
52.	Февраль	групповая	2	Упражнения для развития координации, укрепление мышц пресса	выполнение заданий
53.	Февраль	групповая	2	Повторение видов мячей. Упражнения на	выполнение

				укрепление мышц	заданий
54.	Февраль	групповая	2	Упражнения на развитие гибкости. Подвижные игры с элементами игры бочче	выполнение заданий
55.	Февраль	групповая	2	Роль спортивно-технической подготовки. Техника хвата мяча	выполнение заданий
56.	Февраль	групповая	2	Повторение видов мячей, названия. Техника броска	выполнение заданий
57.	Февраль	групповая	2	Комплекс упражнений для развития выносливости. Подвижные игры	выполнение заданий
58.	Февраль	групповая	2	Комплекс упражнений для развития координации, укрепление мышц пресса	выполнение заданий
59.	Февраль	групповая	2	Повторение видов мячей. Комплекс упражнений на укрепление мышц	выполнение заданий
60.	Февраль	групповая	2	Подвижная игра с элементами игры Бочче, бросок мяча в предмет	выполнение заданий
61.	Февраль	групповая	2	Тренировка основной фикс. Стойки, стойка у фаул-линии	выполнение заданий
62.	Февраль	групповая	2	Прокат шаров с использованием правильного захвата	выполнение заданий
63.	Март	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях	выполнение заданий
64.	Март	групповая	2	Изучение терминологии. Имитационные упражнения с элементами бочче	выполнение заданий
65.	Март	групповая	2	Повторение захвата, катание паллино на разные дистанции с одного колена	выполнение заданий
66.	Март	групповая	2	Изучение подачи, используя метод катания	выполнение заданий
67.	Март	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Фиксированная стойка	выполнение заданий
68.	Март	групповая	2	Повторение захвата, катание паллино на разные дистанции	выполнение заданий
69.	Март	групповая	2	Подачи «раффа», тренировка в сочетании стойки и подачи	выполнение заданий
70.	Март	групповая	2	Отработка проката шаров с использованием правильного захвата. Игра в парах	выполнение заданий
71.	Март	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях	выполнение заданий
72.	Март	групповая	2	Изучение терминологии. Имитационные упражнения с элементами бочче	выполнение заданий
73.	Март	групповая	2	Подачи «пунто». Игры в парах, командах	выполнение заданий
74.	Март	групповая	2	Повторение техники хвата и броска мяча	выполнение заданий
75.	Апрель	групповая	2	Выбор положения при броске; бросок. Пассивный отдых	выполнение заданий
76.	Апрель	групповая	2	Упражнения на координацию движений. Режим дня	выполнение заданий
77.	Апрель	групповая	2	Подача шара паллино за линию. Пассивный отдых	выполнение заданий
78.	Апрель	групповая	2	Упражнения на равновесие. Броски из положения стоя	выполнение заданий

79.	Апрель	групповая	2	Техника броска мяча «раффа»	выполнение заданий
80.	Апрель	групповая	2	Положения при броске; бросок. Пассивный отдых	выполнение заданий
81.	Апрель	групповая	2	Комплекс упражнений для развития координации, укрепление мышц пресса. Игра 4X4	выполнение заданий
82.	Апрель	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях	выполнение заданий
83.	Апрель	групповая	2	Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения на месте. Подвижная игра	выполнение заданий
84.	Апрель	групповая	2	Упражнения для развития координации, укрепление мышц пресса. Бросок «раффа»	выполнение заданий
85.	Апрель	групповая	2	Упражнения для развития выносливости. Подвижные игры. Игра 2x2	выполнение заданий
86.	Апрель	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях	выполнение заданий
87.	Апрель	групповая	2	Упражнения для укрепления всех мышц. Повторение броска «раффа», тренировка	выполнение заданий
88.	Апрель	групповая	2	Упражнения для развития выносливости. Подвижные игры: «Подвижная цель»	выполнение заданий
89.	Май	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях; с 2 колен, с 1 колена.	выполнение заданий
90.	Май	групповая	2	Упражнения для развития гибкости. Разбор правил соревнований	выполнение заданий
91.	Май	групповая	2	Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения на месте. Подвижная игра	выполнение заданий
92.	Май	групповая	2	Разбор поведения участников во время соревнований. Нарушения	выполнение заданий
93.	Май	групповая	2	Упражнения для развития гибкости. Подвижные игры: «Метко в цель»	выполнение заданий
94.	Май	групповая	2	Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения на месте. Судейство. Штрафы	выполнение заданий
95.	Май	групповая	2	Общеразвивающие упражнения. Подкат шаров на разных дистанциях.	выполнение заданий
96.	Май	групповая	2	Подвижная игра «Метко в цель» Пассивный отдых	выполнение заданий
97.	Май	групповая	2	Упражнения на координацию движений. Игра 4x4	выполнение заданий
98.	Май	групповая	2	Подача шара паллино за линию. Пассивный отдых	выполнение заданий
99.	Май	групповая	2	Общеразвивающие упражнения для ног и рук Броски «бочке» в разные позиции расположения паллино	выполнение заданий
100.	Май	групповая	2	Упражнения на равновесие. Броски из положения стоя. Игра 4x4	выполнение заданий
101.	Июнь	групповая	2	Подача шара паллино за линию. Пассивный отдых	выполнение заданий
102.	Июнь	групповая	2	Упражнения на равновесие. Броски из положения стоя на 1 колене	выполнение заданий

Для реализации программы при использовании дистанционных технологий используются презентации, кроссворды, задания и тесты, разработанных педагогом, а также отобранные творческие задания для всестороннего развития личности занимающихся.

1. Повторение видов мячей. <https://learningapps.org/display?v=p4vjek3bt22>
2. Полезные и вредные привычки. <https://learningapps.org/view3453127>
3. Игры-загадки спортивный инвентарь. <https://learningapps.org/36161>
4. Кроссворд. <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1NK0gHzr2dt5L5e031O3HSrrAWz431UwU7vSIuiVhZGA/edit?usp=sharing>
5. Работа с текстом:

Отметка о выполнении /

Результативность освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Бочке» отслеживается в процессе наблюдения за обучающимися в течение всего времени обучения и фиксируется в диагностической карте мониторинга (Приложение 1) в виде учёта индивидуального результата по каждому контрольному мероприятию.

Результат освоения АДООП обучающимся:

0 – 10 баллов – низкий уровень;

11– 20 баллов – средний уровень;

21 – 27 балл – высокий уровень.

В диагностическую карту включены следующие интегрированные результаты освоения программы: личностные, метапредметные, предметные, а также результаты участия обучающихся в соревнованиях (муниципальных, областных, российских).

Личностные и метапредметные результаты отслеживаются посредством наблюдения по критериям оценивания развития качеств обучающихся.

Значение личностных и метапредметных результатов обучающегося:

3 балла – качество проявляется систематически;

2 балла – качество проявляется ситуативно;

1 балл – качество не проявляется.

Контроль физического развития и технической подготовленности обучающихся позволяет выявить динамику развития обучающихся с интеллектуальными нарушениями с момента начала обучения по программе до его окончания.

Для отслеживания предметных результатов освоения программы предусмотрен стартовый и итоговый контроль. Проводятся они в форме выполнения контрольных нормативов по общей физической и технической подготовке и правильной техники выполнения бросков, которое оценивается знанием теории и их применением

https://docs.google.com/forms/d/1a6L8smtwQD2ry_NxDFhFryqXwpAJNJDIqQo6KfJOJyY/edit.

Тестирование по инструктажу проводится в начале 1 и 2 полугодий.

Также предусмотрена групповая форма аттестации в виде участия в соревнованиях школьного и областного уровней.