

государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Завьяловская школа- интернат»

ПРИНЯТО
На заседании педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора школы
№ 70 от 29.08.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивная секция по игре бочче»
физкультурно-спортивной направленности

Возраст детей: 8-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор: Тронина Надежда Алексеевна

Учитель

с. Завьялово 2024 г

Раздел 1.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Пояснительная записка.

Общая характеристика программы.

Бочке 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. Метание шаров по цели – одна из самых старых игр известных человечеству. 7000 лет назад египтяне играли в игру, напоминающую современную бочке с отшлифованными камнями. Из Египта бочке перебралась в Грецию (около 800 года до н.э.)

Древние римляне узнали игру от греков. В 1319 году император Священной Римской империи Карл IV запретил бочке, потому что она отвлекала его подданных от обучения военному делу.

Но игра бочке внезапно получила поддержку у врачей, которые доказали крайнюю полезность игры, способной излечить от ревматизма, и бочке опять стала легальной.

В настоящее время спортивная игра бочке популярна во всем мире. Свыше 50 стран мира входят в состав международной федерации бочке (СБИ). Штаб-квартира находится в г. Лугано (Швейцария).

В программу Паралимпийских игр бочке была включена в 1984 году. На летних Паралимпийских играх в Пекине в соревнованиях по бочке принимали участие 88 спортсменов из 19 стран. В настоящее время более 60 стран имеют свои национальные программы.

Бочке – единственный паралимпийский вид спорта, в котором могут принимать участие люди, имеющие тяжелые поражения опорно-двигательного аппарата. Кроме того, бочке не травматична.

Бочке доступна людям самых разных возрастов. В настоящее время это одна из самых популярных игр в мире: и как средство проведения досуга, и как часть большого спорта.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная секция по игре бочке» носит **физкультурно – спортивную направленность**.

Программа разработана на основании действующего законодательства Устава школы, локальных актов школы.

В основу программы положены нормативные требования по адаптивной физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по бочке отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки спортсменов по виду спорта бочке.

Уровень программы

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы учитывает, что на обучение по бочке принимаются обучающиеся без проведения индивидуального отбора. Следовательно необходимо обеспечить возможность занятий по программе всем детям независимо от способностей и уровня общего развития.

В связи с этим, программа по бочке ориентирована на ознакомительный уровень – уровень освоения элементарной грамотности учащихся в избранном виде деятельности

через использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала минимальную сложность содержания программы.

Актуальность программы заключается в том, что занятия формируют знания, умения и практические навыки учащихся с ограниченными возможностями здоровья 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 ребенка в будущем

Отличительные особенности программы:

1. Данная программа предусматривает индивидуальный подход к методам и технологиям обучения каждого ребенка с учетом особенностей его развития, вида нарушения опорно-двигательного аппарата и степени тяжести заболевания.
2. Она дает возможность каждому обучающемуся с ОВЗ, независимо от уровня физической подготовленности, овладеть навыками игры.
3. Для обучения по данной Программе необходимо нестандартное оборудование для каждой группы: набор разноцветных шаров, спортивная площадка.
4. Обеспечивает ситуацию успеха каждому обучающемуся, рост его личностных достижений в физкультурно-спортивной деятельности, адаптации в социуме.
5. Набор в секцию осуществляется с учетом желаний и двигательных возможностей детей.

Новизна программы в том, что данная общеобразовательная общеразвивающая программа создавалась автором исходя из личного педагогического опыта, знаний и умений, приобретенных в процессе учебы, тренировок обучающихся и участия в республиканских соревнованиях.

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

Адресат программы. Общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная секция по игре бочке» адресована детям с ОВЗ. Занимаются три группы: дети легкой, умеренной и тяжелой умственной отсталостью.

Группы неоднородны. Дети с разными нарушениями развития: слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, осанки, эмоционально-волевой сферы, дети-инвалиды. Возраст обучающихся с 7 до 15 лет.

Воспитанники, поступающие в спортивную секцию, проходят тестирование по общей физической подготовке, направленное на выявление их способностей к этому виду спорта. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Условия набора детей: в секцию принимаются все желающие, имеющие допуск врача к занятиям в данном виде спорта. Наполняемость в группах: 7 – 12 человек.

Практическая значимость. Спортивная игра бочке оказывает положительное влияние на развитие координационных способностей детей. Применение данной спортивной игры хорошо влияет и на эмоциональную сферу, и на психический статус ребенка. Данная игра развивает также силу воли, упорство, настойчивость, трудолюбие, дисциплинированность. Развитие этих качеств с детского возраста станет тем фундаментом, который обеспечит успешность жизни ребенка в будущем.

Дети приобщаются к участию в общественной жизни, соревнуются со сверстниками из других районов, городов, гармонично развиваются в обществе здоровых людей.

Преимущества программы.

Межпредметные связи – важнейший принцип обучения в современной школе. Он обеспечивает взаимосвязь естественно – научного общественно-гуманитарного циклов их связь с трудовым обучением обучающихся.

С помощью межпредметных связей учитель по допобразованию в сотрудничестве с учителями других предметов осуществляет целенаправленное решение комплекса воспитательных задач.

На практических занятиях с использованием методов знаний, умений и навыков адаптивной физической культуры, адаптивного спорта средствами игры бочче происходит физическая реабилитация и социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья.

Практические межпредметные связи: занятие по бочче – русский язык, математика, история, биология, ОБЖ, литература. С определенными математическими понятиями обучающиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два по три (параллельные прямые), в круг (окружность).

Связывая обучение с историей учитель по допобразованию реализует принцип историзма. Для характеристики того или иного периода учащихся напоминают исторические события этого периода, объясняем историческую обусловленность научных событий, взглядов людей. Например, когда изучаем тему «История возникновения игры бочче». Связь с литературой. При выполнении строевых упражнений можно, например, вспомнить басню: где жука, рак и лебедь действуют по своему». Применяются загадки, стихи, упражнения «Азбука телодвижений» и т.д. Работа над общей физической подготовкой невозможна без осмысления таких биологических понятий как дыхания, пульс, обмен веществ.

Важно раскрыть обучающимся анатомические и физиологические основы адаптивной физкультуры, т.е. познакомить их с жизненными процессам организма не только в состоянии покоя, но и вовремя мышечной деятельности (физические упражнения, физическая работа)

Наблюдаем тесную связь во время выполнения упражнений на руки, шею, ноги, туловища (строение человека) имитацию животных, птиц и насекомых и т.д. Связь с ОБЖ. Здесь очень много общих тем, например гигиенические правила при выполнении физических упражнений, правила закаливания и использования факторов окружающей среды, значение двигательной активности для обеспечения высокого уровня работоспособности, вредные привычки и их влияние на здоровье и т.д.

Связь с русским языком: применение кроссвордов, ребусов, правильное оформление протоколов соревнований и т.д. Четко и ясно учатся излагать порядок выполнения упражнений, произносить команды управления строем.

Кроме секции «Бочче» в школе работают следующие спортивные секции: футбол, волейбол, настольный теннис, бадминтон.

Поддерживается тесная связь между педагогами допобразования, например, при разработке Программ.

Таким образом, межпредметные связи активизируют познавательную деятельность учащихся побуждают мыслительную активность в процессе переноса синтеза и общения знаний из разных предметов.

Использование межпредметных связей на занятиях, по игре бочче дает возможность обучающимся больше работать самостоятельно, развивать их творческие способности, проверять и проявлять себя в лидерстве. Повышается результативность физической подготовленности при сдаче контрольных нормативов.

Общее количество учебных часов:34

Программа рассчитана на один год обучения.

В реализации программы используются теоретические, практические формы занятий, а также соревнование. Информационно – коммуникационные технологии, которые необходимы для овладения знаниями о данном виде спорта, спортсменах европейского, мирового уровня, просмотра соревнований и турниров.

Занятия организуются с использованием средств адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья обучающихся.

Очная форма обучения.

Занятия проводятся в группах (3 группы). Предполагаемый объем учебного времени – 1 час в неделю. Продолжительность занятия по времени – 40 минут.

Цель: Укрепление психического и физического здоровья детей с ОВЗ через занятия бочче.

Задачи:

1. Создать условие для развития индивидуальных способностей, учитывая ограниченные физические возможности здоровья.
2. Обучить техническим и тактическим приемам игры в бочче с дальнейшим применением их в игровой деятельности.
3. Содействовать формированию основных двигательных умений и навыков при выполнении технических приемов, знаний о тактических действиях в личных и командных соревнованиях.
4. Развивать координационных способностей, выносливости, меткости и точности при выполнении бросков мячей, манипуляционной деятельности рук, зрительно-моторной координации.
5. Воспитывать решительность, организованность, дисциплинированность, чувства взаимопомощи и взаимоподдержки в коллективе, чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела.
6. Способствовать воспитанию способности к эмоциональной отзывчивости и сопереживанию как побед, так и неудачных выступлений.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, Контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка.	4	3		
1.1	История возникновения игры бочче	1	1		опрос
1.2	Спортивная площадка, форма одежды, оборудование для игры	1	1		опрос
1.3	Правила игры бочче и техника безопасности	1	1		викторина, тест
1.4	Соревнование			1	показательная игра

2	Технико-тактическая подготовка	9	3	6	
2.1	Обучение основным положениям туловища	1		1	практическая работа, самоконтроль
2.2	Обучение выбору направления для выполнения броска	1		1	практическая работа
2.3	Обучение технике выполнения броска подкатыванием шара	2	1	1	практическая работа, самоконтроль
2.4	Обучение технике выбивания шара	1		1	практическая работа, самоконтроль
2.5	Обучение технике разбивания шара	2	1	1	практическая работа, самоконтроль
2.6	Обучение технике набрасывания шара	2	1	1	самостоятельная работа
3	Специальная физическая подготовка	12	2	10	
3.1	Дыхательная гимнастика	1		1	практическая работа
3.2	Гимнастика для глаз	1		1	практическая работа
3.3	Комплекс специальных упражнений для рук	1		1	практическая работа, опрос
3.4	Комплекс специальных упражнений для шеи	1		1	практическая работа
3.5	Комплекс специальных упражнений для туловища	1		1	практическая работа
					практическая

3.6	Комплекс специальных упражнений для ног	1		1	работа
3.7	Упражнения на равновесие	2	1	1	практическая работа, опрос
3.8	Упражнения на координацию движений	2	1	1	практическая работа, опрос
3.9	Упражнения для развития меткости и выносливости	1		1	практическая работа
3.10	Итоговое занятие специальной физической подготовке	1		1	тест по двигательным способностям
4	Психологическая подготовка	3	1	2	
4.1	Общие и специфические отличия от других спортивных игр.	1	1		устный опрос-беседа
4.2	Психологическая подготовка к игре.	1		1	опрос, взаимоконтроль
4.3	Соревновательная мотивация.	1		1	опрос, соревнование
5	Подвижные игры	2		2	
5.1	Игры для развития меткости и координации	1		1	соревнование
5.2	Подвижные игры с мячами	1		1	соревнование
6	Соревновательная деятельность	4	1	3	
6.1	Правила соревнований. Одиночные, парные, командные соревнования.	1	1		опрос
6.2	Соревновательная деятельность	2		2	соревнование

6.3	Подведение итогов (по тестированию, соревновательной деятельности)	1		1	тест, соревнование практическая работа (зачет)
-----	--	---	--	---	--

Содержание учебного плана

1. Теоретическая подготовка.

Теория: физическая культура и спорт в России; АКФ как составная часть физической культуры; адаптивный спорт и его виды; история возникновения игры бочче; развитие игры в мире, России; Бочче - параолимпийский вид спорта; оборудование для игры; техника безопасности; специальная форма.

Практика: ознакомление со спортивным инвентарем; тест «Правила техники безопасности», просмотр и обсуждение видеозаписей.

2. Техничко-тактическая подготовка.

Теория:

- обучение основным положениям туловища при броске мяча;
- обучение нахождению своего места на корте;
- обучение передвижению по боксу;
- обучение выбору направления для выполнения броска;
- обучение захвату шара;
- обучение технике выполнения броска шара:
- обучение технике выбивания, разбивания и набрасывания шара;
- обучение выстраиванию желоба для выполнения броска;
- обучение расположению шара в желобе.

Практика: выполнение основных технико-тактических действий самостоятельно или с помощью ассистента.

3. Специальная физическая подготовка.

Теория: комплекс ОРУ с для мышц рук, ног, шеи, туловища, развитие основных двигательных качеств.

Практика: специальные упражнения, направленные на повышение уровня основных двигательных качеств: выносливости, координационных способностей, силы; упражнения для мышц шеи, для мышц плечевого пояса и рук, для мышц туловища и ног.

4. Психологическая подготовка.

Теория: Эмоциональное напряжение, формирование способности к самоконтролю и саморегуляции в соревновательной деятельности.

Воспитание морально-волевых качеств (выдержка, самообладание, терпеливость, трудолюбие упорство).

Практика: устный опрос-беседа.

5. Подвижные игры.

Теория: техника безопасности, правила игры

Практика: игры на точность и на координацию движений, подвижные и спортивные игры с мячами. (Приложение 1 и 2)

6. Соревновательная деятельность.

Теория: устный опрос по правилам соревнований.

Практика: участие в соревнованиях школьного, районного и республиканского уровней.

Планируемые результаты реализации программы

Метапредметные результаты:

- проявляется интерес, инициатива, самостоятельность и творчество в двигательной активности на занятиях физической культурой, подвижными и спортивными играми на примере игры в бочче;
- сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности в целях укрепления здоровья и организации досуга;
- наблюдаются улучшения в способности сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку, согласовывать последовательные действия, ориентироваться в пространстве, сохранять статическое и динамическое равновесие, в выполнении действий с шаром (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать);
- созданы условия для гармоничного физического развития, совершенствования умений и навыков в основных видах движений (ходьба, бег, бросание, катание) у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Личностные результаты:

- созданы условия, помогающие детям с разным уровнем физического развития реализовать их врожденное стремление к движению посредством участия в подвижных и спортивных играх; привиты ценности здорового образа жизни в двигательном режиме, соблюдении порядка, гигиенических навыков; сформированы условия для умения строить межличностные взаимоотношения;
- у детей проявляются способность к эмоциональной отзывчивости и сопереживанию как побед, так и неудачных выступлений, уважение к товарищам по команде взаимоподдержки в коллективе на занятиях по бочче и в повседневной жизни.

Предметные результаты:

- сформирован навык в принятии основной фиксированной стойки у стартовой линии, захвате шара, переносе центра тяжести тела с толчковой ноги на опорную, подаче паллино и бочке путем катания;
- посредством игры в бочке закреплены умения ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений (впереди (спереди) – сзади (за), слева – справа, между, рядом с, около, по середине), способность дифференцировать мышечные усилия (сильнее – слабее), удерживать предметы в течение определенного времени;
- детьми усвоены название и назначение оборудования для игры в бочке, правила этого вида спорта, основы судейства при проведении игр, правила техники безопасности при выполнении действий с шарами и передвижении по корту, основы этикета в общении с товарищами по команде и соперниками;
- созданы условия для отработки тактических действий в личных, парных и командных соревнованиях по бочке с целью осуществления выигрыша.

Раздел 2.
Комплекс организационно педагогических условий.
Календарный учебный график.

П.п	Число, месяц	Форма занятия	Время проведения занятий	Место проведения	Количество часов	Тема занятий	Форма контроля
1		групповая			3	1 четверть (8 часов) Теоретическая подготовка.	опрос
					1	История возникновения игры бочче	
2		групповая			1	Спортивная площадка, форма одежды, оборудование для игры	опрос
3		групповая			1	Правила игры бочче и техника безопасности.	викторина, тест
4		групповая			1	Соревнование, правила соревнований	показательная игра
					9	Технико-тактическая подготовка	

5		групповая			1	Обучение основным положениям туловища	практическая работа
6		групповая			1	Обучение нахождению своего места на корте	практическая работа
7		групповая			1	Обучение выбору направления для выполнения броска	практическая работа
8		групповая			1	Обучение выбору направления для выполнения броска 2 четверть (8 часов)	практическая работа
9		групповая			1	Обучение захвату мяча	практическая работа
10		групповая			1	Обучение технике выполнения броска мяча	практическая работа

11		групповая			1	Обучение технике выполнения броска мяча	практическая работа
12		групповая			1	Выполнение основных технико-тактических действий самостоятельно	самостоятельная работа
13		групповая			1	Выполнение основных технико-тактических действий самостоятельно	самостоятельная работа
14		групповая			12	Специальная физическая подготовка	практическая работа
					1	Дыхательная гимнастика	
15		групповая			1	Гимнастика для глаз	практическая работа

16		групповая			1	Комплекс специальных упражнений для рук	практическая работа
17		групповая			1	3 четверть (10 часов) Комплекс специальных упражнений для шеи	практическая работа
18		групповая			1	Комплекс специальных упражнений для туловища	практическая работа
19		групповая			1	Комплекс специальных упражнений для ног	практическая работа
20		групповая			1	Упражнения на равновесие	практическая работа
21		групповая			1	Упражнения на равновесие	практическая работа

22		групповая			1	Упражнения на координацию движений	тест по двигательным способностям
23		групповая			1	Упражнения на координацию движений	практическая работа самоконтроль
24		групповая			1	Упражнения для развития меткости и выносливости	практическая работа
25		групповая			1	Итоговое занятие по двигательным способностям	практическая работа
26		групповая			3	Психологическая подготовка	опрос
					1	Общие и специфические отличия от других спортивных игр.	
27		групповая			1	4 четверть (8 часов) Психологическая подготовка к игре.	Взаимоконтроль

28		групповая			1	Соревновательная мотивация	опрос, соревнование
29		групповая			2 1	Подвижные игры Игры для развития меткости и выносливости	Соревнование
30		групповая			1	Подвижные игры с мячами	Соревнование
31		групповая			4 1	Соревновательная деятельность Правила соревнований. Взаимопомощь в командных соревнованиях	опрос
32		групповая			1	Соревновательная деятельность	Соревнование

33		групповая			1	Соревновательная деятельность	Соревнование
34		групповая			1	Подведение итогов соревновательной деятельности	тест, соревнование практическая работа (зачет)

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение.

Занятия ведет учитель по физической культуре, имеющий высшее образование. Прошла профессиональную подготовку (учитель-олигофренопедагог) и курсы повышения квалификации по специальности «Адаптивная физическая культура» (с 24.01. по 6.02.22 г., Г. Казань)

Материально-техническое обеспечение.

1. Зал ЛФК (50 м²). Игровое поле представляет собой площадку шириной 3 м и длиной 5 см. (ковровое покрытие)
2. В наличии имеются для игры 20 шаров и 2 шара меньшего размера (паллино). Вспомогательные устройства: два измерительных устройств, чтобы измерить дистанцию между двумя шарами. Для измерения используется также стальная мерная лента с градациями в миллиметрах.
3. Реабилитационный оздоровительный тренажер.
4. Реабилитационный оздоровительный тренажер «подъем по ступенькам»
5. Реабилитационный оздоровительный тренажер «дорожка для ходьбы»
6. Тренажер-лошадка для развития двигательной активности.
7. Тренажер- диск для развития координации.
8. Набор для массажа, для развития координации.
9. Массажный мяч-гигант.
10. Набор массажных колец с шипами и мягких колец.
11. Комплект круглых и овальных мячей.
12. Массажное устройство.
13. Висящий модуль «Сосиска» с креплением на потолке.
14. Надувной батут.
15. Тактильная дорожка для развития координации.
16. Комплект мягких дисков для профилактики плоскостопия.
17. Сухой бассейн.
18. Тренажер для ног и ягодиц
19. Тренажер для всего тела.
20. Тренажерно-информационная система «ТИСА».
21. Многофункциональный силовой тренажер.
22. Футбольные и волейбольные мячи.
23. Обручи.
24. Скакалки.
25. Гимнастические палки.
26. Ракетки.
27. Массажер для ног и рук.
28. Гимнастическое бревно.
29. Гимнастическая скамейка.
30. Маты.
31. Кегли.

Информационные ресурсы.

В реализации программы используются аудио-, видео-, фото- и интернет источники.

Формы аттестации/ контроля. Оценочные материалы.

В начале учебного года обучающиеся проходят углубленный медицинский осмотр. В каждом конкретном случае подходим к ученику индивидуально, с учетом сопутствующих заболеваний, а также психолого-педагогических характеристик.

Формы подведения итогов реализации программы и способы проверки результативности.

Программа предусматривает входную промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. В начале и в конце учебного года проводится тестирование по двигательным способностям и по технико-тактической подготовке обучающихся с ОВЗ. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течении всего учебного года. Она предусматривает один раз в пол года зачетное занятие по специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений. Итоговая аттестация проводится в конце года в форме итоговых соревнований.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, овладение теоретическими знаниями и навыками по организации и проведению занятий и соревнований, в учебно-тренировочных группах при обучении игре бочча, результаты выступлений спортсменов в соревнованиях различного уровня.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Дети участвуют в Республиканских соревнованиях по бочче. При реализации программы поддерживается взаимосвязь с другими типами образовательных развивающих программ, проводимых в школе (программы по футболу, волейболу, теннису; программы по ЛФК, адаптивной физкультуре и т.д).

Двигательные способности и технико-тактическую подготовку у детей с ОВЗ проверяем два раза в течении учебного года (конец сентября, апреля).

Таблица №1

ФИ О	Сила		Прыжки		Бег	Гиб- кость	Равно - весие	Мета- ние Наби вного мяча	Точ- ность диф- ферен- цирова нного вре- мени	Стати- ческая вынос- ливость
	Станова я	Правой кисти	Левой кисти	Пры- жок с места	Трой- ной с места	м/с				

Определение уровня развития двигательных способностей обучающихся мы начинаем с измерений мышечной силы. Используем методику А.А. Дмитриева для детей с ОВЗ.

1. Становую силу измеряем с помощью станового динамометра, при этом важным методическим моментом является удерживание верхней его планки на уровне коленных чашечек.

Силу правой и левой кистей рук измеряем ручным динамометром. Вместе с тем, следует напомнить, что рука при сжатии динамометра должна быть прямой и вытянутой в сторону.

2. Прыгучесть у школьников определяли по длине прыжка с места, который выполняется толчком обеих ног со взмахом рук, при этом даются три попытки, лучшая заносится, например, в таблицу №1.

Подобным же образом регистрируем результаты тройного прыжка с места.

3. Уровень развития быстроты оцениваем двумя методами:

- 1) измеряя максимальную частоту шагов в беге на месте за 5 с;
- 2) определяя время на дистанции в 30 м.

Для определения уровня развития быстроты мы выбираем второй метод.

4. Гибкость измеряем по степени наклона туловища вперед. Ученик становится на скамейку и наклоняет туловище вперед, не сгибая ног в коленных суставах. Степень наклона туловища измеряется от поверхности скамейки до среднего пальца руки с помощью сантиметровой ленты. Если палец не достает поверхности скамейки, то величина гибкости обозначается со знаком «минус», если опускается ниже – со знаком «плюс» в сантиметрах.

5. Функцию статического равновесия у школьников оцениваем по времени удерживания равновесия. Испытуемый принимает положение стойки на одной ноге, другая согнута, стопа ее касается коленного сустава опорной ноги, рука на поясе, голова прямо.

Принимать такую позу можно с открытыми и закрытыми глазами, причем с закрытыми труднее удерживать равновесие. Время начинаем отсчитывать после того, как принято устойчивое положение, а прекращаем после того, как оно нарушено.

Если ученик не может удержать заданную позу с закрытыми глазами, а именно так и нужно определять степень равновесия, то удерживаем равновесие с открытыми глазами.

6. Для измерения длины броска используем набивной мяч массой в 1 кг. Бросок вперед дети производят сидя, из-за головы.

7. При оценивании способности школьников дифференцировать мышечные усилия пользуемся ручным динамометром. Ученик, глядя на шкалу динамометра, сжимает его с усилием 50% от максимального, запоминает это усилие и затем пытается воспроизвести то же самое, но уже не глядя на шкалу. Величина ошибки характеризует способность ученика к определению точности мышечных усилий.

8. При измерении точности дифференцирования временных интервалов ученик выполняет ходьбу на месте в течение 10 с. Ему дали задание запомнить время ходьбы, затем предлагали пройти на месте столько же времени, но уже без подсказок учителя.

Величина ошибки свидетельствует о степени умения ученика дифференцировать временные интервалы.

9. Статическую выносливость туловища измеряем по времени удерживания ног параллельно полу, лежа на скамейке лицом вниз. Тазобедренные суставы при этом должны находиться на краю скамейки или стола. Все измерения проводили после соответствующей подготовки ученика, которая включает 10-12 минутную разминку, проводимую в среднем темпе.

Результаты экспериментов по изучению уровня двигательных способностей зафиксированы в таблице №1

Таблица №2

Технико-тактическая подготовка обучающихся с ОВЗ.

Параметры Ф.И.О уч-ся	Техника захвата шара	Попадание мяча в цель	Катание шара в различные части игровой площадки	Катание шара вдоль борта с выбиванием шара	Катание шара в цель	Катание шара с целью попасть в другой шар	Выбивание шара	Техника разбиения шариков	Техника набрасывания шаров
-----------------------------	----------------------	-----------------------	---	--	---------------------	---	----------------	---------------------------	----------------------------

По каждому параметру дается 5 попыток и оценивается по пятибалльной системе.

Методические материалы

Методические особенности организации образовательного процесса.

Формы организации учебного занятия:

Занятие учебно- тренировочного характера.

Занятие учебно-тренировочного характера решает задачи общей физической подготовки детей. Его основу составляют разнообразные средства и методы работы, создающие условия для овладения детьми конкретными двигательными действиями (строевыми и общеразвивающими упражнениями, основными видами движений, подвижными играми).

Содержание занятия по бочке составляют:

- общеразвивающие физические упражнения;
- специальная физическая подготовка, которая состоит из упражнений подвижных игр, направленных на освоение двигательных действий, необходимых при обучении бочке;
- техническая подготовка, включающая в себя подводящие и специальные упражнения для овладения техническими приемами, направленными на создание ситуации выигрыша в игре бочке;
- теоретическая подготовка, включающая сообщение информации об игре бочке, значении физических упражнений;

- инструкторская и судейская практика, в ходе которой детей привлекают к измерению расстояния между шарами, определению очередности выкатывания шара с помощью сигнальных флажков наблюдению за заступками на стартовой линии.

Соревнования.

Занятие в форме соревнования позволяет продемонстрировать и оценивать уровень овладения навыками игры бочке за период реализации Программы.

Алгоритм учебного занятия

1 Учебно-тренировочное занятие

Структура учебно-тренировочного занятия – это взаимосвязанное и последовательное расположение во времени всех элементов содержания занятия. Физкультурное занятие принято делить на три части:

- подготовительная, содержание которой составляют упражнения, хорошо освоенные детьми на предыдущих этапах работы. Это могут быть разнообразные построения, перестроения, различные виды ходьбы и бега, танцевальные движения, упражнения корригирующего характера, а также знакомые детям игры малой подвижности;
- основная, в которой выполняются упражнения, направленные на теоретическую, специальную физическую, техническую подготовку, инструкторскую и судейскую практику в виде спорта бочке. Заканчивается основная часть игрой;
- заключительная, где решаются задачи снижения возбуждения сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, восстановления пульса и дыхания ребенка, регулирования его эмоционального состояния. Это достигается с помощью дыхательных упражнений, различных вариантов ходьбы, малоподвижных игр.

Эффективны в данной части занятия упражнения на расслабление. На этом этапе занятия подводятся итоги в выполнении игровых упражнений по бочке, создается ситуация успеха для каждого ребенка.

В программу учебно-тренировочного занятия должны быть включены следующие элементы:

- разминка
- ранее отработанные навыки.
- новые навыки
- соревновательный опыт
- обсуждение результатов тренировки.

2 Соревнования

При проведении спортивных соревнований выделяют три этапа:

- открытие соревнований,
- основная часть,
- закрытие соревнований.

Открытие соревнований включает в себя парад и представление участников, представление гостей, приветствие участников соревнований официальными лицами, представление судейской коллегии, обращение главного судьи к спортсменам.

Основная часть соревнований по бочке проводится в трех разрядах:

- личный (один игрок в команде; у каждого спортсмена по 4 шара)
- парный (два игрока в команде; у каждого спортсмена по 2 шара)
- командный (четыре игрока в команде, у каждого спортсмена по 1 шару).

Игра может идти до определенного количества очков или в рамках временного промежутка, определенного регламентом соревнований.

Закрытие соревнований включает в себя парад, награждение участников, вручение медалей, грамот, памятных подарков спортсменам, тренерам, судьям, волонтерам.

Методы обучения и воспитания.

Наглядные (визуальные) методы:

- Показ упражнений. Обычно упражнения демонстрируются не один раз. Первый показ дает общее представление об упражнении. По мере его усвоения демонстрируются отдельные элементы, детали, т.е. используется частичный показ. Перед показом детям сообщают, на какой элемент им нужно обратить особое внимание. Наиболее сложные упражнения следует показывать в различном положении по отношению к детям (лицом, спиной, боком.) При обучении бочке педагог показывает детям: основную стойку стартовой линии, движение при переносе центра тяжести тела толчковой ноги на опорную: для принятия стойки у стартовой линии необходимо поставить опорную ногу к линии, толчковую ногу сзади, тело вперед, падающую руку подвести к стартовой линии, при этом центр тяжести тела перенести с толчковой ноги на опорную захват шара: для захвата кисть развернуть ладонью вверх, положить шар на ладонь, обхватить шар таким образом, чтобы мизинец находился напротив большого пальца.
- Зрительные ориентиры помогают овладеть наиболее трудными элементами техники движений, способствуют более энергичному их выполнению. В качестве зрительных ориентиров на занятиях по бочке можно использовать игрушки, предметы, а также разметку площадки при объяснении правил игры, способов расстановки шаров и стратегии выигрыша.
- Объяснение раскрывает детям суть упражнения. Оно должно быть кратким, конкретным, доступным, образным и соответствовать уровню развития и возрасту детей. В объяснении важно подчеркнуть существенное в упражнении и выделить тот элемент техники, к которому необходимо привлечь внимание. При объяснении правил игры в бочке следует обратить внимание на то, что главная цель – подкатить шар как можно ближе к паллино, в начале игры паллино обязательно должно перекатиться за среднюю линию в зону «С», при подаче шара нельзя наступать на стартовую линию, чем больше шаров одной команды в конце фрейма окажется ближе к паллино тем больше очков она наберет (от 1 до 4 очков) и т.д.
- Рассказ используется с целью пробуждения у детей интереса к занятиям физической культурой. Ценность рассказа заключается в том, что новый материал сообщается детям в занимательной повествовательной форме.
- Указания могут быть использованы для уточнения задания, напоминания о том, как действовать для предупреждения ошибок. Они могут относиться ко всем детям или к одному из них. Своевременное уместное указание помогает ребенку лучше выполнять упражнение.

Практические методы

- Повторение. Для формирования у детей прочных двигательных навыков необходимо многократное повторение изучаемых упражнений. Вначале целесообразно повторять упражнение без изменений. Затем идет освоение элементов техники. Например, при обучении технике подачи шара дети вначале знакомятся с упражнением в целом, а потом их внимание акцентируется на отдельных элементах: положение тела, постановка ног, движение руки.
- Игровое упражнение. Проведение упражнений в виде игры применяется для закрепления двигательных навыков в увлекательной форме. Их выполнение подчинено закономерностям техники данного двигательного действия. На занятиях по бочке игровые упражнения следует использовать для отработки действий с шаром (держат, катать, передавать), точности броска, тактических приемов.

- Соревнования. В соревновательном методе процесс выполнения действия полностью подчинен задаче победить в соответствии с заранее установленными правилами. Этот метод применяется в том случае, когда дети хорошо освоили движения. Специфика обучения игре бочке состоит в том, что на каждом занятии закрепление материала происходит через непосредственное включение детей в игру и приобретает соревновательный характер. После освоения отдельного навыка стоит проводить маленькие соревнования внутри группы. По окончании работы по программе планируется провести открытые соревнования

Методы воспитания

- методы формирования сознания личности (рассказ, беседа, пример, диспут, анализ воспитывающих ситуаций)
- методы организации жизнедеятельности поведение воспитанников (поручение, упражнения, создание воспитывающих ситуаций)
- методы стимулирования деятельности поведения воспитанников (требования, соревнования, поощрение)
- методы самовоспитания (самоотчет, самоодобрение, самоосуждение и др.)
- методы контроля и самоконтроля (педагогическое наблюдение, анализ результатов деятельности воспитанников, создание контрольных ситуаций)

Педагогические технологии.

На занятиях по бочке используются следующие технологии:

Здоровьесберегающие, игровая, информационно коммуникационная, технология уровневой дифференциации и соревновательное

Здоровьесберегающие технологии

На занятиях по игре бачи это основа основ. Тренировочная нагрузка не противоречит нормативно правовым требованиям, методы обучения к игре подбираются с учётом сохранения психа эмоционального и физического здоровья обучающегося. Во время занятий соблюдаются санитарные гигиенические требования, постоянно ведутся беседы с обучающимися: по профилактике вредных привычек, о здоровом образе жизни, о значении занятий физической культуры и спортом.

Игровые технологии используются для развития физических качеств формирование умений и навыков в выполнении физических упражнений, активизации и совершенствовании основных психических процессов. Игры на занятиях выступают как средство побуждения, стимулирование, обучающихся к тренировочной деятельности. Игровая технология является уникальной формы обучения, которая позволяет сделать обычные тренировочные занятия интересным и увлекательным. Использование информационно коммуникационных технологий, позволяет широко применять цифровые образовательные интернет-ресурсы, а именно в качестве подготовки дидактических материалов, различных методических разработок и так далее.

Технология дифференцированного обучения.

Обучающимся даются задания с учётом уровня подготовки, физического развития, при оценивании учитывается не только достигнутый результат, но и динамика изменение физической подготовленности.

Соревновательный метод применяется почти на каждом занятии бочке для повышения показателя физической подготовленности, повышение эмоциональной направленности занятия увеличение интереса к этому спорту, повышение мотивации к совершенствованию технико-тактических навыков и развития физических качеств.

Дидактические материалы.

Разработаны карточки с теоретическими практическими заданиями помогают в освоении новых знаний, помогают в новой форме закрепить при введённый материал:

- набор карточек упражнений, выполняемых последовательно;
- обучающийся плакаты (комплексы ору, физиология ребёнка (части тела));

- набор карточек с видами спорта;
- карточки игр для развития психических качеств скобочка (внимание, память, мышления, речь и т.д.);
- музыкальное сопровождение (флэшки с музыкой для релаксации, для выполнения общеразвивающих упражнений);
- схемы для выполнения упражнения.

Рабочая программа воспитания.

Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувств патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде. Направление работы: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактику употребления пар, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма).

Направление выбрали учитывая содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивная секция по игре бочке».

Характеристика творческого объединения.

Спортивная секция по игре бочке работает в школе с 2019 года. Секцию проводит педагог дополнительного образования (1 квалификационная категория) Тронина Надежда Алексеевна. Обучение в творческом объединении проводится по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно – спортивной направленности, рассчитанной на один год обучения.

Состав групп (3 группы) – разновозрастной (от 7 до 15 лет). Количество обучающихся в группе от 5 до 10 человек.

Все дети, посещающие секцию по игре бочке, активные участники общешкольных мероприятий, например «Осенний кросс», «День здоровья», неделя здоровья «Здоровым быть модно», «Веселые старты» и т.д

С удовольствием принимают участие в соревнованиях по футболу, снайперу, баскетболу, волейболу, бадминтону и по шашкам.

Ежегодно в апреле проводятся общешкольные соревнования по бочке, где участники секции занимают призовые места.

Дети участвуют в Республиканских спартакиадах Специальной олимпиады. В 2019 году в республиканских соревнованиях по бочке заняли 2 место.

Цель воспитательной работы в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: создание специального реабилитационного пространства для оптимального развития личности ребенка с ограниченными возможностями здоровья для его адаптации в обществе и помощь в социализации личности.

Задачи:

1. Создать благоприятный нравственно-психологический климат в группах и условия для сохранения и укрепления здоровья;
2. Научить соблюдать правила поведения в общественных местах, технику безопасности, санитарно-гигиенические требования, оценивать свои действия с указанием недостатков и достоинств.

3. Формировать способность к самостоятельным поступкам и действиям, стремление к доброте, нравственности, вежливости и дисциплинированности;
4. Формировать у обучающихся уважительного отношения к родителям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим.
5. Развивать трудолюбие, способность к преодолению трудностей целеустремленности и настойчивости в достижении результата;
6. Воспитывать бережное отношение к природе, личным вещам, учебному оборудованию.

Работа с коллективом учащихся (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы)

Приступая к организации коллектива, педагог допобразования обращает главным образом внимание на возрастные особенности обучающихся, т.к секцию по бочке посещают дети разновозрастные (с 7 до 15 лет). Младшая группа.

Ведущей деятельностью является учение. Личностным новообразованием является произвольное целопологание.

Самооценка во многом зависит от оценок педагога. Уровень притязаний складывается под влиянием успехов и неудач в предметной деятельности.

Межличностные отношения строятся на эмоциональной основе. Мнения учащихся не являются для ребенка эталоном для самооценки, более значение имеет мнение педагога.

Дети верят безоговорочно в то чему их учат, они доверчивы, исполнительны у них развита повышенная восприимчивость.

Среди младших школьников девочки обнаруживают более высокий уровень социального поведения по сравнению с мальчиками. Они же показывают более высокий уровень рефлексии и социальной ответственности. В своей работе с младшими школьниками педагог допобразования обращает самое серьезное внимание на развитие кругозора обучающихся, развитие познавательной сферы, стимулирование спортивных умений учащихся.

2. Средний школьный возраст.

Педагог обращает внимание на такую психологическую особенность данного возраста, как избирательность их внимания. Это значит, что они откликаются на необычные, захватывающие занятия, мероприятия, а быстрая переключаемость внимания не дает возможности сосредоточиться долго на одном и том же деле.

Поэтому педагог создает трудно преодолеваемые и нестандартные ситуации и ребята занимаются внеклассной работой с удовольствием и длительное время.

Средний школьный возраст – самый благоприятный для творческого развития. В этом возрасте обучающимся нравится решать проблемные ситуации, находить сходство и различие, определять причину и следствие.

Ребятам интересны мероприятия, в ходе которых можно высказать свое мнение, самому решать проблему, отстаивать и доказывать свою правоту. В этом возрасте дети весьма подражательны. Мальчики склонны выбирать себе кумирами сильных, смелых и мужественных людей (например, спортсменов)

Но притягательным могут для них стать не только книжные пираты и разбойники, но и местные хулиганы. Подражая им, подростки сами того не понимая, переходят ту опасную грань, за которой смелость становится жестокостью, независимость – подлостью, любовь к себе – насилием над другими. Девочки – подростки отличаются тем, что они физически отличаются от мальчиков ранним взрослением. Хотят общаться с мальчиками более старшего возраста.

Педагог обращает внимание на формирование нравственных качеств личности и знакомство с примерами положительных идеалов.

Обучающимся интересны такие внеклассные мероприятия которые служат активному самовыражению подростков и учитывают их интересы.

Ребят привлекает возможность самим организовать групповые дела (например, соревнование по бочке в группе) принимать самостоятельные решения.

3. Старшеклассники

Ведущей деятельностью становится учебно- профессиональная деятельность. Личностное новообразование – это чувство одиночества, первое глубокое чувство, открытие своего внутреннего мира. Развиваются и укрепляются следующие качества: целеустремленность, самостоятельность, инициатива.

Педагог допобразования обращает внимание на просвещение учащихся в вопросе выбора будущей профессии, не знакомство с различными профессиями.

Много внимания педагог уделяет этическим проблемам.

Решая этические проблемы, молодежь вынуждена решать многие непростые вопросы, которые могут быть связаны с сильными переживаниями: интимные отношения, поиск истины в различных сектах, уход в религию, уход в свой мир с помощью наркотиков и т.д. Все перечисленные выше ситуации занимают одно из главных мест в воспитательной работе педагога допобразования.

Организуя просвещение учащихся по этническим проблемам, педагог помнит, знает, что основной смысл этого просвещения формирование у старшеклассников понимания последствий их поисков для себя и других людей, последствий принятия или самостоятельных решений.

Педагог заботится о том, чтобы материал, который вливается в душу старшеклассника, был хорошего качества.

Работа с родителями (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы)

Залогом успешной воспитательной деятельности с обучающимися является сотрудничество педагога дополнительного образования с родителями. Ведь семья оказывала и продолжает оказывать значительное влияние на процесс развития личности ребенка.

Какие же формы и методы работы с родителями может использовать педагог допобразования?

Изучение семей обучающихся позволяет педагогу лучше узнать детей и их родителей, понять стиль жизни семей, ознакомиться с домашними условиями развития личности ребенка.

Это направление деятельности педагога отражается в плане такими формами работы, как анкетирование, по мере необходимости посещение семей учеников, сочинения о семье, конкурсы творчески работ учащихся «Моя семья» (совместно с классными руководителями), тестирование, деловые игры с родителями и т.д.

Педагогическое просвещение родителей планируется в соответствии с возрастными особенностями детей, конкретными проблемами, возникающими в ходе совместной деятельности педагога и родителей.

Педагог применяет в своей работе беседы по педагогике, психологии, физиологии и гигиене, тематические консультации, педагогические практикумы по рассмотрению и анализу различных ситуаций воспитания ребенка в семье и школе, посещает родительские собрания, классные и общешкольные мероприятия, спортивные соревнования вместе с родителями.

Обеспечение участия родителей жизнедеятельности творческого объединения осуществляется педагогом с помощью включения их в такие виды взаимодействия, как дни здоровья, открытые соревнования по игре бочке, спортивные состязания (например, «Папа, мама, я - спортивная семья»), участия в оборудовании зала, изготовление наглядных пособий и т.д.

Индивидуальная работа с родителями позволяет установить непосредственный контакт с каждым с каждым членом семьи обучающихся, добиться взаимопонимания в поиске путей развивающего влияния на личность ребенка. Поэтому педагог допобразования

включает в свою работу индивидуальные беседы с родителями, совместное определение перспектив и средств развития ученика, педагогические консультации, индивидуальные поручения.

Информирование родителей о ходе и результатах обучения, воспитания и развития обучающихся осуществляется педагогом с помощью индивидуальных консультаций, составления развития и результатов их таблицы, тренировочной деятельности, ведения папок достижений обучающихся. По мере необходимости педагог направляет родителям (может совместно с классным руководителем) благодарственные, поздравительные открытки.

№ п/п	Мероприятие	Воспитательные задачи, решаемые в ходе мероприятия	Сроки проведения	Примечание
1.	Проведение инструктажей по ПБ, ТБ на занятиях по игре бочча.	Воспитание стремления к самостоятельным поступкам действиям, соблюдения ПБ, ТБ на занятиях.	Сентябрь	
2.	Осенний кросс	Воспитание воли к победе, выносливости, упорства, уверенности к себе, своим силам.	Сентябрь	
3.	Мероприятие, посвященное Дню Учителя «С любовью к вам учителя»	Воспитание чувства уважения, внимания, чуткости к педагогам и пожилым людям	Октябрь	
4.	Неделя спорта	Воспитание привычки здорового образа жизни, преодоления трудностей, настойчивости, целеустремленности в достижении результатов.	Май	
5.	Участие в общешкольных соревнованиях (по футболу, волейболу, баскетболу, теннису, бадминтону, снайперу, шашкам, хоккей на валенках, дартс, настольный теннис)	Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях своего тела.	В течении учебного года	

6.	Участие в КТД «День защитника Отечества»	Воспитание чувства любви, гордости за свою Родину	Февраль	
7.	Международный день инвалидов «Доброта спасет мир»	Воспитание бережного отношения к своему здоровью, негативного отношения к вредным привычкам	Декабрь	
8.	Всемирный день здоровья	Воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей в спортивные эстафеты, состязания, подвижные и спортивные игры.	7 апреля	
9.	Подготовка, организация и проведение общешкольных соревнований по бочче	Воспитание трудолюбия способности к преодолению трудности, целеустремленности и настойчивости достижения результата	Октябрь Февраль Апрель	
10.	Участие в субботниках, обустройстве клумб и цветников, спортивной площадки	Воспитание доброты, бережного отношения к природе, личной ответственности за состояние окружающей среды.	Апрель	
11.	Участие в акции «Победный май»	Воспитание интереса прошлому и настоящему своей страны, любви и уважения к малой родине и Отечеству.	Май	
12.	Игра «Морской бой»(начальные классы)	Воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью	Май	

13.	Смотр песни и строя	Воспитание патриотизма, дисциплинированности, чувства ответственности	Февраль	
14.	Лыжные соревнования «Лыжня зовет»	Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время	Май	
15.	Уличные игровые затеи «Здоровый образ жизни – это модно»	Развитие у детей интереса к играм-эстафетам и физическим упражнениям с использованием разных предметов	Ноябрь	
16.	Конкурсная программа «А ну – ка, мальчики»	Побуждение детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях	Февраль	
17.	Веселые старты «А ну-ка, девочки»	Побуждение детей к самостоятельности и умению проявлять активность в играх и упражнениях	Март	
18.	Сдача нормативов ГТО	Воспитание у учащихся устойчивого интереса к развитию собственных физических и морально-волевых качеств, здоровому образу жизни.	Март	
19.	Участие в республиканских соревнованиях по разным видам спорта	Воспитание интереса к занятиям спорта, привычки заниматься физическими упражнениями, соблюдения правильного режима дня.	В течении учебного года	

Список литературы.

1. Азбука здоровья. Программа специальной (коррекционной) школы по лечебной физкультуре для детей с нарушением интеллекта. 1-4 классы.-С.-Петербург «Образование».
2. Рубцова Н.О., Ильин В.А.. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития.-М.,2004-152 с..
3. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе : Учебное пособие.- М:Учебная литература.
4. Дмитриев А.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы учащихся с нарушением интеллектуального развития : Учебное пособие.-2-е изд., перераб. И доп.-М:Издательство Московского психолого-социального института.-Воронеж:Издательство НПО «МОДЭК», 2004.-104 с..
5. Веневцев С.И., Дмитриев А.А..Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами адаптивной физической культуры .-М.:Советский спорт,2004.-104 с..
6. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А..Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников:рекомендации,занятия, игры, упражнения.- Волгоград:Учитель,2010-146 с.
7. Быстрова Г.А.,Сизова Э.А.,Шуйская Т.А..Логопедические игры и задания.-С.-Петербург:КАРО,2001.-96 с..
8. Дереклеева Н.И..Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья,-М.:Медицина
9. Епифанова В.А..Лечебная физическая культура :Справочник.-М.:Медицина.
10. Иванова О.А..Комнатная гимнастика.-М.:Советский спорт.
11. Исаева С.А..Физкультурные минутки в начальной школе:Практическое пособие .- М.:Айрис-пресс,2003-48 с..
12. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры:Метод.пособие.-М.:Дрофа,2003.-96 с..
13. Льюк Л.В.,Солодяников В.А..Занятие гимнастическими упражнениями со школьниками для формирования осанки и комплексы о.р.у.,проводимые различными способами с целью повышения интереса занимающихся: Методическое рекомендации для учителей физической культуры и студентов И.Ф.К.-Псков.
14. Мальцева А.И. Сценарии спортивных праздников в школе.-Ростов:Феникс,2005.- 219 с..
15. Пензулаева Л.И..Малочисленная школа:Физическое воспитание : Кн.для учителей.- М.:Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2000.-144 с..
16. Фомина Н.А. Сказочный театр физической культуры: физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок.-Волгоград:Учитель,2010.-91 с..
17. Шапкова Л.В..Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии.-С.П.б., «Детство-Пресс»,2005.-160 с..
18. Халемский Г.А..Физическое воспитание детей со сколиозом и нарушением осанки .-М.:Изд-во НЦЭНАС,2002.-80 с..
19. Харченко Т.Е..Физкультурные праздники в детском саду. Сценарии спортивных праздников и развлечений.-Санкт-Петербург: «Детство-Пресс», 2011.-159 с.