УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ БЕЛОГЛИНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 12 ИМЕНИ ПЕРВОГО ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А. В. ЛЯПИДЕВСКОГО БЕЛОГЛИНСКОГО РАЙОНА»

Принята на заседании
Педагогического совета МБОУ СОШ № 12
от 20.05.2022 г.
Протокол № 9

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 12
_____ И. С. Михайленко
«20» мая 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«МИНИ-ГОЛЬФ»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год: 72 часа
Возрастная категория: от 10 до 11 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер программы в Навигаторе: 47337

Автор-составитель:
Малькова Татьяна Семеновна
Педагог дополнительного образования

село Белая Глина
2022 год

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная;

Актуальность программы в личностном самоопределении и самореализации ребенка, обеспечении адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, выявлении детей, проявивших выдающиеся способности (Концепция развития дополнительного образования детей, Распоряжение Правительства РФ от 04 сентября 2014 года № 1726-р). Вид спорта «гольф» появился в нашей стране в 1987 году, но для многих нов и интересен. С появлением профессиональных гольфистов в России, этот вид становится популярным, разработанное, специально созданное современное оборудование, позволяет обучающимся заниматься гольфом круглогодично, используя не только открытые спортивные сооружения и площадки, но и спортивные залы и даже приспособленные помещения образовательных организаций.

Новизна программы

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини – гольф» в том, что разработчиком был учтен опыт предыдущих лет, на основе которого была разработана методика обучения детей и подростков игре в мини-гольф. Данная программа не ставит целью узкую специализацию по данному виду спорта, а так же подготовку спортсменов – профессионалов. Программа дает возможность педагогу – тренеру моделировать индивидуальные траектории развития личности каждого обучающегося и коллектива в целом, развивать основные навыки игры в мини- гольф, совершенствовать общую физическую подготовку учащихся,формировать молодежную культуру и здоровый образ жизни.

Педагогическая целесообразность

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В последнее время наблюдается усиленное внимание к проблемам создания здоровьесберегающей среды, проектированию здоровьесберегающего пространства и собственно формирование культуры здоровья у участников образовательного процесса.

Систематическое занятие мини-гольфом - один из способов поддержания хорошей физической формы. Постоянное движение во время игры, тренировок, отработки движений, ударов, поз улучшает общее физическое состояние, закаляет не только организм, но и нервную систему. Игра в мини – гольф помогает научиться сосредоточиться,

сконцентрироваться, отвлечься на время от окружающих проблем.

Хорошее влияние мини-гольф оказывает на слабое зрение: концентрация внимания на белом шарике, лежащем поверхности специального искусственного покрытия, тренирует мышцы глаз, успокаивает. Через систематические занятия мини-гольфом можно не только воспитывать общую физическую культуру и культуру поведения в обществе, но и формировать установку на развитие личностного роста и самосовершенствования.

Отличительные особенности программы в том, что она разработана на основе системы SNAG, включающей в себя все основные компоненты гольфа, но в несколько видоизмененной форме, в методике развития физических и координационных способностей обучающихся, основанной на применении общих дидактических принципов усвоения знаний и целенаправленных движений. Эта игра имеет собственные упрощенные правила и терминологию, что делает процесс обучения и игры особенно увлекательным.

Адресат программы:

К тренировочному процессу допускаются все желающие_от 10 до 14 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида спортивной деятельности, а также проявившие особые способности к данному виду спорта.

Уровень программы- ознакомительный.

Объем и срок освоения программы:

Полный курс обучения по программе составляет **1** год, количество часов - **72.**

Форма обучения – очная (обязательное изучение теоретических и практических частей программы).

Режим занятий: продолжительность учебного занятия **40** минут, 2 раза в неделю. Количество рекомендуемых часов указано в тематическом плане.

Особенности организации образовательного процесса:

Количество обучающихся в группах не должно превышать **10-15** человек. Группы для занятий в секции могут формироваться, как одного возраста (10-14 лет), так и разных возрастных категорий (10-14 лет).

Программа и план обучения свободно варьируются в рамках возрастных категорий и физической подготовленности детей, а также оставляют возможности для творческой инициативы тренеров и преподавателей.

В программе используются уникальные возможности вида спорта. В процессе обучения дети данного возраста легко и естественно осваивают упражнения для развития физических качеств быстроты, гибкости и подвижности суставов, координационных, скоростно-силовых способностей; учатся правильно выполнять упражнения для формирования игровой исходной стойки, способа удержания клюшки, движения вращения

туловища, отведение-приведения верхних конечностей, паттинг и чиппинг; получают навыки самостоятельной работы и прочее. У них вырабатываются такие важные качества, как внимательность, настойчивость, инициативность и др.

Формирование представления осуществляется путем показа полного движения в гольфе учителем, в видеозаписи, на кинограммах или иллюстрациях. Закрепление этого представления рекомендуется осуществлять путем словесного описания вслух в виде словесной формулы.

Программа направлена на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности.

1.2. Цели и задачи

Цель – формирование у обучающихся устойчивой мотивации к сохранению иукреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия спортом средствами гольфа, самореализация личности, расширение двигательных возможностей, компенсация дефицита двигательной активности детей, усвоение нового учебного материала, эффективная подготовка обучающихся данного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи:

Учебные

1. Получение теоретических знаний о гольфе и мини-гольфе.
2. Формирование основных умений и навыков выполнения приёмов игры в мини-гольф.
3. Знакомство с историей развития мини-гольфа, техникой игры, этикетом и правилами участия в соревнованиях.

Воспитательные

4. Воспитание общей физической культуры, формирование потребности в здоровом образе жизни.
5. Формирование культуры поведения и общения в коллективе.

Развивающие

6. Создание благоприятных условий для развития умственных способностей и физических детей.
7. Укрепление здоровья и повышение работоспособности школьников.
8. Развитие ребёнка как личности, самосовершенствование.

1.3. Содержание программы

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Знания о физической культуре и спорте				
1.1	Вводное занятие. Основы истории возникновения и	1	1	0	Устный опрос

	развития Олимпийского движения,физической культуры и отечественного спорта.				
1.2	«Роль и значение физической культуры и спорта (в том числе гольфа) в профилактике заболеваний и укрепленииздоровья человека». Регулярность и систематичность занятий физической культурой испортом.	1	1	0	Устный опрос
1.3	Правила и подсчет очков в SNAG	2	1	1	Устный опрос
2	Раздел 2. Способы двигательной деятельности				
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	0	1	Дневник самонаблюдения
2.2	Оценка эффективности занятий	1	0	1	Соревнование
3	Раздел 3. Физическое совершенствование				
3.1	Общая и специальная физическая подготовка	8	2	6	Сдача нормативов
3.2	Техническая подготовка	11	3	8	Соревнование
3.3	Психологическая подготовка	2	2	0	-
4	Раздел 4 Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью				
4.4	Физическая подготовка	6	1	5	Сдача нормативов
4.5	Техническая подготовка	7	1	6	Соревнование
	Раздел 5 Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью				
5.1	Контрольные соревнования	9	0	9	Соревнование
5.2	Основные соревнования	6	0	6	Соревнование
5.3	Контрольные соревнования	9	0	9	Соревнование
5.4	Отборочные соревнования	8	0	8	Соревнование
Итого		**72**	**12**	**60**	

В соответствии со структурой двигательной деятельности учебная программа базового уровня включает в себя два основных раздела:

«Знания о физической культуре и виде спорта» (информационный компонент деятельности);

«Способы двигательной деятельности» (операциональный компонент деятельности).

Раздел *«Способы двигательной деятельности»* содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные занятия спортом. Этот раздел взаимосвязан с разделом «Знания о виде спорта» и включает в себя: организацию и проведение занятий гольфом с учетом индивидуальных особенностей физического развития и уровня подготовленности; условия соблюдения требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий; информацию об инвентаре и одежде для занятий гольфом.

«Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

«Физическое совершенствование». Данный раздел ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и включает в себя несколько направлений: «Физкультурно- оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью».

«Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся. В этом разделе изучаются оздоровительные формы занятий в домашнем режиме и выходные дни.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», направлена на физическое совершенствование обучающихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки игроков в гольф. Освоение обучающимися основных игровых действий в гольфе.

Еще одно направление физического совершенствования - «*Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью*», которое включает в себя средства общей и специальной физической, технической, тактической, интегральной подготовки обучающихся по виду спорта гольф.

Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовкенаправлены на развитие физических качеств и координационных способностей: гибкости, быстроты, силы и выносливости, вестибулярной устойчивости, ощущении движений, чувства темпа и ритма. Упражнения по технико-тактической подготовке направлены на освоение, закрепление и совершенствование технических действий: паттинга, чиппинга, питчинга и драйвинга.

Интегральная подготовка включает в себя элементы теоретической,

психологической и соревновательной подготовки и направлена на освоение основ игры в гольф.

В тематическом планировании обучения по программе отражены темы основных её разделов и даны характеристики видов деятельности обучающихся. Эти характеристики ориентируют педагога на порядок освоения знаний в области данного вида спорта.

Соревновательная подготовка имеет целью научить игроков, в полной мере используя свои физические кондиции, уверенно применять изученные технические приемы и тактические действия в сложных условиях соревновательной деятельности. Этому способствует индивидуальная подготовка в процессе соревнований по физической, технической, игровой подготовке.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программ должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе:

1.Гражданское воспитание

- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

- готовность в оказании первой помощи при травмах и ушибах, соблюдении правил техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

2.Патриотическое воспитание

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

- готовность отстаивать символы России во время спортивных соревнований, традиции и принципы современных Олимпийский игр и олимпийского движения;

3. Духовно-нравственное воспитание

- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

4. Эстетическое воспитание

-понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя

из целесообразности и эстетической привлекательности;

-знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

-восприятие спортивного соревнования как культурно- массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

- стремление к физическому совершенству, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

- готовность к организации и проведению занятий физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия

- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- освоение обучающимися опыта взаимодействия со сверстниками при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, форм общения и поведения;

- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

-владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;

-владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

-владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и

проведении самостоятельных форм занятий.

6. Трудовое воспитание

-добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;

-приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

-закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

7.Экологическое воспитание

- готовность соблюдать правила и требования к организации бивака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

8. Ценности научного познания.

- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях;

-овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

-понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;

-понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

Метапредметные:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку наоснове освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы ихисправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения ивзаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятийспортом;

организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований еёбезопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессеее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находитьвозможности и способы их улучшения;

видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки вдвижениях и передвижениях человека;

оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять

хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта.

Образовательные (предметные):

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовыватьсобственный отдых и досуг;

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представлять занятия спортом как средство укрепления здоровья, физическогоразвития и физической подготовки человека;

следить за индивидуальными показателями физического развития (длиной имассой тела), развитиями основных физических качеств;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований (под руководством педагога), осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требованиятехники безопасности к местам проведения занятий;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр исоревнований;

В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательныхдействий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающихупражнений;

выполнять технические действия из различных видов спорта, применять их вигровой и соревновательной деятельности;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессеее выполнения;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта,использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях; овладевать первичными умениями совершения игровых действий в гольфе, формирование представлений об истории, цели и

правилах игры.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность каникул – осенние – 03.11-09.11.22
Зимние – 29.12.22.- 11 .01.23
Весенние – 23.03-31.03.23

Календарный учебный график

п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.1	Сентябрь	Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Коллоквиум, журнал посещаемости
1.2	Сентябрь	Правила поведения и техника безопасности при игре в мини-гольф. Этика игры в мини-гольфе	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
1.3	Сентябрь	Знакомство со словарем терминов гольфиста	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
1.4	Сентябрь	Оборудование и инвентарь для игры. Площадка и оборудование для игры	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
2.1	Сентябрь	Разновидности препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
2.2	Сентябрь	Техника стойки при ударе	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
2.2	Сентябрь	Техника прицеливания	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.1-2	Сентябрь	Основные правила игры	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.3	Октябрь	Правила игры в мини-гольф. Цель игры, основной инвентарь	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.4	Октябрь	Техника безопасности на игровом поле	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.5	Октябрь	Техника хвата клюшки	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.6	Октябрь	Техника замаха	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.7	Октябрь	Техника удара (движение клюшки до и после удара)	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости

3.8	Октябрь	Порядок игры и прохождение лунок	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.9-10	Октябрь	Мини-турнир между группами	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.11	Ноябрь	Техника удара при добивании мяча с различного расстояния	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.12	Ноябрь	Техника удара с дальнего расстояния	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.13	Ноябрь	Техника удара по прямой горизонтальной поверхности	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.14	Ноябрь	Техника удара с близкого расстояния	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.15	Ноябрь	Техника удара по наклонной поверхности	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.16	Ноябрь	Стандартные дорожки и препятствия	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.17	Ноябрь	Итоговое занятие, мини-турнир между группами	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.18	Ноябрь	Ведение протоколов игры, ведение счета	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
3.19	Декабрь	Элитные поля	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.20	Декабрь	Техника прохождения препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
3.21	Декабрь	Техника удара и прохождения каждого из 18 препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.1	Декабрь	Прохождение препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.2	Декабрь	Техника отработки ударов	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.3	Декабрь	Техника удара при наличии препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.4	Декабрь	Итоговое занятие мини-турнир между группами	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование

4.5	Январь	История мини-гольфа в России	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.5	Январь	Знакомство с ведущими организациями, ассоциацией гольфа. Гольф - клубы России.	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.6	Январь		1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
4.7	Январь	Практические занятия по отработке ударов	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
4.7	Январь	Мини-турнир между группами	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.8	Январь	Повторение техники прохождения препятствий	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
4.9	Январь	Диагностика (зачетное занятие)	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Зачет
4.10	Январь	Закрепление тем	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.11	Февраль	Техника безопасности на игровом поле	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.11	Февраль	История крупнейших турниров	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.12	Февраль	Информация о лучших игроках	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.12	Февраль	Техника отработки ударов	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
4.13	Февраль	Специальные правила для стандарта «фетровый мини-гольф»	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
4.13	Февраль	Освоение техники игры, игра на горизонтальной и наклонных поверхностях	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
5.1	Февраль	Диагностика умений	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.2-3	Февраль	Подготовка к турниру, отработка всех изученных техник и приемов игры	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.4-5	Февраль	Мини-турнир между группами	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование

5.6	Март	Правила поведения и техника безопасности на экскурсии.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
5.7	Март	Проведение экскурсий	1 ч	40 мин.	-	-	-
5.8	Март	Проведение встреч со спортсменами, просмотр видео и кинофильмов по теме.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
5.9	Март	Мини-турнир между группами	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.9	Март	Мини-турнир между группами	0,5 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.10	Март	Отработка основных приемов и техник игры	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.11	Март	Подготовка к открытому занятию	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.12-13	Март	Открытое занятие с участием родителей «спортивный праздник» в формате мини-гольфа.	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	-
5.14	Апрель	Викторина «Лучшие игроки в гольф и мини-гольф»	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	-
5.15	Апрель	Просмотр видеофильмов и репортажей	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
5.16	Апрель	Преодоление препятствий различной конструкции и степени сложности.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.17	Апрель	Отработка всех изученных техник и приемов игры	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.18	Апрель	Повтор техники безопасности	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Устный опрос, журнал посещаемости
5.19	Апрель	Экскурсия	1 ч	40 мин.	-	-	-
5.20	Апрель	Отработка всех изученных техник и приемов игры	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.21	Апрель	Итоговое занятие, мини турнир между группами	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.23	Май	Техника игры. Подготовка к удару, хват. Правильные варианты хвата.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости
5.24	Май	Классический хват внахлест. Неправильные хваты.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Наблюдение, журнал посещаемости

5.25	Май	Правильная стойка. Положение ног. Мини-турнир.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.26	Май	Прицеливание. Отработка основных приемов и техник игры.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.27	Май	Выполнение удара и использование мяча. Отработка.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.28	Май	Порядок игры и прохождение лунок. Командная игра.	1 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование
5.29-30	Май	«Спортивный праздник» в формате мини-гольфа.	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	-
5.31-32	Май	Турнир по мини-гольфу	2 ч	40 мин.	Комбинированная	МБОУ СОШ №12	Соревнование

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы включает необходимый набор спортивного инвентаря и оборудования с учетом особенностей образовательного процесса, специфики вида спорта, а также специфики гольфа, минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических, компьютерных и других информационных средств обучения.

Объекты и средства материально-технического оснащения

Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество	Примечание
1	2	3
Спортивный инвентарь		
Комплект SNAG (СНЭГ) три размера клюшек 26”, 30” и 34” (1- 4-е классы).		
Большая сумка для оборудования	1	
Клюшка Лаунчер (айрон)	12	для правши
Клюшка Лаунчер (айрон)	2	для левши
Клюшка Роллер (паттер)	8	
Коврик	12	
Мячи (разных цветов)	100	
Мишень Роллерама	4	
Надувная круглая мишень	2	
Мишень-флаг	4	
Ручной тренажёр «СНЕГазу»	4	
Ручной тренажёр «Снепер»	4	
Ручной тренажёр «Снегоматик»	4	
Обручь	16	
Щетка для Роллера	4	
Комплект TRI GOLF (Попробуй гольф) (1- 4-е классы).		
Большая сумка для оборудования	1	
Клюшка Айрон	9	для правши
Клюшка Айрон	1	для левши
Клюшка Паттер	9	для правши
Клюшка Паттер	1	для левши
мячи всего	40	
Красные мягкие мячи	10	
Желтые мягкие мячи	10	
Мячи без отскока (по 5 каждого цвета: красные, зелёные, голубые и жёлтые)	20	
Конусы (разных цветов)	60	

флаги (разных цветов)	10	
Лунки для паттинга	10	
Ти-подставки	20	
Стопы (пара)	10	
Кольцо (12 секций),	2	
Комплект карточек с играми	29	
Спортивный инвентарь для гольфа (5-11-е классы)		
Сет клюшек Sw, Pw, I9, I8, I7, I6, I5, I4,W5, W3, W1	15	для правши
Сет клюшек Sw, Pw, I9, I8, I7, I6, I5, I4,W5, W3, W1	5	для левши
Клюшки паттеры Pt	120	для правши
Клюшки паттеры Pt	30	для левши
Клюшки паттеры Pt двухсторонние	30	
Мячи для гольфа тренировочные (легкие)	300	
Мячи для гольфа (рейндж)	1000	
Мячи для гольфа игровые	300	
Бэги-сумки	20	
Спортивное оборудование для гольфа		
Коврики для драйва	20	
Сетки мишени	20	
Эспандеры резиновые	30	
Дальномеры электронные	5	
Метрономы электронные	5	
Сетка для питча и драйва	2	
Лунки напольные	18	
Лунки стаканы	18	
Флажки	18	
Библиотечный фонд (печатная/электронная продукция)		
Журнал «Golfdigest»	2	
Журнал «Теория и практика физической Культуры»	2	
Журнал «Физическая культура. Воспитание, образование, тренировка»	2	
Журнал «Физическая культура в школе»	2	
Печатные пособия		
Сандерс В. Гольф : полн. руководство по игре в гольф	5	
Галлахер Б. Гольф для начинающих	5	
Гольф : полная энцикл. : [пер. с англ.] / [авт.-сост. Ник Эдмунд	5	
Девис К., Сайя д. В. Анатомия гольфа	2	

Технические средства обучения		
Компьютер	1	
Проектор	1	
Экран	1	

2.3. Формы аттестации

Способы проверки образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного и районного масштабов.

2.4. Оценочные материалы

Основой управления тренировочным процессом является педагогический контроль. С его помощью получают информацию о ходе подготовки спортсменов, о правильности или ошибочности педагогических воздействий на занимающихся, что, в конечном счете, повышает качество тренировочной работы.

В соответствии с характеристиками ведущего вида деятельности в возрасте 5-10 лет должно оцениваться стремление к преодолению трудностей при изучении предмета гольф.

Контрольные нормативы по специальной физической и тактико-техническойподготовке для обучающихся 10-13 лет

№	Норматив	Возраст	Отметки					
			Мальчики			Девочки		
			«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	2	3	4			5		
1.	Подъемы туловища со скручиванием до касания локтями колена разноименной ноги из и.п. – лежа на спине руки за головой, стопы зафиксированы, ноги шире плеч. (Кол-во движений за 30 сек).	10	22	20	18	20	18	16
		11	23	21	19	21	19	17
		12	24	22	20	22	20	18
		13	25	22	21	23	21	19
2.	Стоя боком катание хоккейного мяча по полу на точность	10	4	3	1	4	3	1
		11	5	4	2	5	4	2

	попадания в квадрат размером 0,5х 0,5 м. с 3-х расстояний (3, 4, 5 м). Кол-во попаданий в 3 сериях по 3 броска с различных расстояний)	12	6	5	4	6	5	4
		13	7	6	5	7	6	5
3.	Паттинг с различных расстояний: 5 кл – 1м; 6 кл – 1,5 м; 7 кл – 2,0 м; 8 кл – 2,5 м; 9 кл – 3 м. (Кол-во попаданий в лунку из 5 попыток)	10	4	3	2	4	3	2
		11	4	3	2	4	3	2
		12	4	3	2	4	3	2
		13	3	2	1	3	2	1
4.	Чиппинг с различных расстояний: 6 кл – 3,0 м; 7 кл – 4,0 м; 8 кл – 5,0 м; 9 кл – 6,0 м.(Кол-во попаданий в стандартную корзину из 5 попыток)	10	3	2	1	3	2	1
		11	3	2	1	3	2	1
		12	3	2	1	3	2	1
		13	3	2	1	3	2	1
5.	Демонстрация техники выполнения полного свинга в ударах: 5 кл – 7 I, 6 кл – 5 I, 7 кл – 3 I, 8 кл – 5 w, 9 кл – 5 w (Сумма баллов в 3-х попытках) Критериями оценок являются: 5 – попадание в мишень на сетке; 4 – попадание от мишени в сторону до 1 м; 3 – попадание отмишени 2 м; 2- более 2.	10	12	9	6	11	8	5
		11	12	9	6	11	8	5
		12	13	10	7	12	9	6
		13	13	10	7	12	9	6

Обучающийся успешно закончивший курс обучения по программе базового (общекультурного) уровня на основе вида спорта гольф должен знать:

- историю игр с клюшкой и мячом в древнее время, средние века и новое время;
- характеристику основных видов человеческой деятельности: игре, учении и труде;
- определения игры, спорта и спортивной игры, их общие черты и различия;
- понятие гольфа как спортивной игры и олимпийского вида спорта;
- сведения о гольфе и олимпийском движении в начале XX века, биографические данныепервых олимпийских чемпионов по гольфу и великих игроков в гольф;
- краткие правила игры в гольф и правила поведения игроков на гольф поле;
- основные понятия физической и спортивной подготовки обучающихся, особенности организации и проведения самостоятельных занятий по виду спорта и требования ктехнике безопасности.

Обучающийся успешно закончивший курс обучения по программе базового (общекультурного) уровня на основе вида спорта гольф должен уметь:

- соблюдать правила техники безопасности и поведения на гольф поле;
- совершать основные игровые действия в игре SNAG;
- совершать основные игровые действия в игре Tri Golf;
- совершать основные игровые действия паттером при игре на дальние, средние икороткие расстояния;
- совершать основные игровые действия клюшками Sw и Pw при игре из сложныхситуаций;
- совершать основные игровые действия клюшками I9-I4;
- совершать основные игровые действия клюшками W5-W1;
- вести запись счета при игре в гольф;
- оказывать помощь в судействе соревнований по гольфу;
- объяснить фазовый состав игровых действий в гольфе;
- вести дневник наблюдений за состоянием здоровья и изменением его параметров врезультате занятий гольфом.

Обучающийся успешно закончивший курс обучения по программе базового(общекультурного) уровня на основе вида спорта гольф должен быть способен:

- выполнять самостоятельные задания по освоению и совершенствованию техническихприемов в гольфе;
- составлять режим дня и выполнять простейшие закаливающие процедуры;
- разрабатывать и демонстрировать комплексы упражнений для формированияправильной осанки и развития мышц туловища и конечностей;
- разрабатывать и демонстрировать комплексы упражнений для развития основныхфизических качеств;
- разрабатывать и демонстрировать комплексы упражнений для развитиякоординационных способностей;
- разрабатывать и демонстрировать комплексы упражнений для обучения основнымэлементам совершения игровых действий в гольфе;
- проводить оздоровительные занятия в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);
- измерять длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств;
- измерять частоту сердечных сокращений во время выполнения физическихупражнений;
- вести дневник наблюдений за своим функциональным состоянием;
- организовывать и проводить подвижные игры с элементами гольфа (на спортивныхплощадках и в спортивных залах).

2.5. Методические материалы

Учебно-методическое обеспечение программы на основе вида спорта гольф представлено следующими доступными в Российской федерации книгами, руководствами и статьями по гольфу, содержащими сведения об истории и правилах игры, этикету и безопасности, инвентарю и

оборудованию и технике совершении игровых действий:

1. Баранчуков С.В. Азбука гольфа: пособие для начинающих гольфистов / Баранчуков С.В., Федоров Е.Н., Николов А.Л., Спицин С.А., Федоров В.И. – С.-Пб.:АДИА-М+ДЕАН, 1997.

2. Галлахер Б. Гольф для начинающих = Golf / Бернард Галлахер ; Марк Уилсон. - М.: Гранд-Фаир, 2005. - 191 с.: ил.

3. Гольф : полная энцикл. : [пер. с англ.] / [авт.-сост. Ник Эдмунд [и др.]]. - М.:АСТ: Астрель, [2007]. - 400 с.: ил.

4. Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Боброва, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. окруж. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил.

5. Девис К., Сайя д. В. Анатомия гольфа/ пер. с англ. О.Г. Белошеев. – Минск:Попурри, 2011. – 200с.: ил.

6. Корольков А.Н. Методические указания и учебная программа по мини- гольфу для детско-юношеских спортивных школ. Инновации и качество лицейскогообразования: идеи, опыт, практика/ № 1-2, 2010 г. С. 60-72.

7. Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф: моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченов. - Воронеж: Науч. кн., 2014. - 403 с.: табл.

8. Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа: учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.

9. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: Моногр. / В.Г. Никитушкин. - М.: физ. культура, 2010. - 230 с.: табл.

10. Правила гольфа и правила, определяющие статус любителя /утв. Ассоциацией гольфа России/ R&A Rules Limited and USGA, 30-е издание, 2005. -212 с.:ил.

11. Правила гольфа. Решения 2010-2011./ Сидоров А.М./ «Ульяновский дом печати», ISBN 978-5-9902401-1-7, 2012. – 600 с.

12. Правила спортивных игр и состязаний: Ил. энцикл. справ. - Минск: Попурри, 2000. - 319 с.: ил.

13. Профессиональный спорт : [учебник] / ред. Гуськов С.И., ПлатоновВ.Н. - Киев: Олимп. лит., 2000. - 391 с.: ил.

14. Ремизов Н.А. персональный сайт http://www.golf.ru/page/library/

15. Сандерс В. Гольф: полн. руководство по игре в гольф: пер. с англ. / Сандерс Вивьен; Предисл. Аллес П. - М.: Терра-спорт: Олимпия Press, 2003. - 219 с.: ил.

2.6. Список литературы

1 Боген М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.

2 Визитей Н.Н. Физическое совершенство как характеристика всесторонне и гармонически развитой личности//Физическая культура и современные проблемы физического совершенствования человека. – М., 1985.

3 Гужаловский А.А. Физическая подготовка школьника. - Челябинск.: Южно-Уральское кн. изд-во.- 1980. – 151 с.

4 Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: - М., 1979.

5 Зациорский В.М. Физические качества спортсменов // Основы теории и методики воспитания. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт. - 1970.

6 Зимкин Н.В. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости. - М.: Физкультура и спорт. - 206 с.

7 Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченов. - Воронеж: Науч. кн.,
2014. - 403 с.

8 9. Лях В.И. Двигательные особенности школьников: основы теории и методики развития. М.: Терра-Спорт, 2015.- 192 с.

9 Лях В.И. Координационные способности школьников. -Мн.: Полымя, 1989. – 159 с.

10 Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. – М., 1999.

11 Мануйлов С.И. Динамика проявления быстроты и прыгучести у школьников // Организация и методика физического воспитания в детском и юношеском возрасте: Межвуз. сб. науч.тр.- М., 2003. – С. 99-104.

12 Матвеев Л. П. Общая теория спорта: Учебник. – М., 1997. – 185 с.

13 . Сальникова Г.П. Физическое развитие школьников - М.: Просвещение, 1998. – 223 с.

14 Синяева З.К. Методические рекомендации для оценки физического развития школьников. - Улан-Удэ, 1995.- 200 с.

15 Травин Ю.Г. О развитии двигательных качеств у школьников // Физическая культура в школе. - 1981. - №4.

16 Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. -3-е изд.,стер.-М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 480 с.

17 Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. – М.: Физкультура и спорт,1991.- 224 с.

18 SNAG™ Примерная дополнительная общеобразовательная

общеразвивающая программа по гольфу : http://фцомофв.рф/files/ioe/documents/C1QPCKPD7CTE6SDM338T.pdf

19 Освоение техники действий в гольфе с использованием оборудования SNAG, методические рекомендации, Корольков А.Н., Губарев Д.А., Москва : 2014 год. – 93 с.

20 Методические рекомендации, медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

И.С. Михайленко

Подписан: И.С. Михайленко
DN: C=RU, O=МБОУ СОШ №12, CN=И.С. Михайленко, E=school12@blg.kubannet.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022-11-24 10:10:31
Foxit Reader Версия: 9.7.2