

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «МЕТАЛЛУРГ» Г.О. САМАРА



Принята
На методическом совете
«30» августа 2019 г.
Протокол № 1



«Утверждаю»
Директор ЦДТ «Металлург»
М.С. Анохина
«30» августа 2019 г.

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Мини-гольф»
(физкультурно-спортивная направленность)**

Срок реализации – 1 год
Возраст детей – 7 - 14 лет

Разработчики программы:
Поляков Р.А.,
Добролюбова М.П.

Самара, 2019

Содержание

I.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
–	Цель и задачи программы	3
–	Формы проведения занятия и педагогические технологии	4
–	Ожидаемые результаты	5
–	Критерии и способы определения результативности	6
–	Формы контроля и диагностики результатов	8
–	Воспитательная работа	8
–	Работа с родителями	9
II.	УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	9
–	Учебно-тематический план	9
–	Содержание деятельности	10
III.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	13
–	Методическое обеспечение	13
–	Методический комментарий	14
–	Дидактическое обеспечение	17
–	Материально-техническое обеспечение	17
IV.	ЛИТЕРАТУРА	18

Пояснительная записка

Мини-гольф, как вид спорта, существует в мире около ста лет. Это игра для людей любого возраста, к тому же в нее могут играть и люди с ограниченными физическими возможностями. Игра азартная, увлекательная требует гибкого ума и сноровки может быть и развлечением во время отдыха, и спортивной дисциплиной. Мини-гольф доступен и демократичен, позволяет быть весь день на свежем воздухе, не травмоопасен, эстетически привлекателен.

По своей сути этот вид спорта давно является неотъемлемой частью мировой физической культуры во всех ее составляющих: физической культуры здоровья, физической культуры тела и физической культуры движений. В нашей стране гольф как вид спорта и досуговой деятельности еще не получил широкого развития. Но прогресс в этом деле явно ощущается, и особенно стал интенсивным с включением гольфа в программу Олимпийских игр 2016 года.

Игра в мини-гольф - один из способов поддержания хорошей физической формы. Постоянное движение во время игры, тренировок, отработки движений, ударов, поз улучшает общее физическое состояние, закаляет организм. В медицинском плане мини-гольф положительно влияет на нервную систему человека, помогает ему научиться сосредоточиться, сконцентрироваться, отвлечься от окружающего мира. Хорошее влияние мини-гольф оказывает на слабое зрение: концентрация внимания на белом шарике, лежащем на темно-зеленой поверхности специального искусственного покрытия, тренирует мышцы глаз, успокаивает и умиротворяет. Мини-гольф хорошо влияет на реабилитационный процесс после перенесенных болезней. Гольф развивает почти все мышцы тела человека, и очень гармонично. Врачи полагают, что для большинства детей самые подходящие и полезные виды спорта те, при которых процесс физического утомления происходит умеренно.

Для ведения образовательного процесса по мини-гольфу в клубе по месту жительства «Жигули» МБУ ДО «ЦДТ «Металлург» была разработана общеразвивающая программа «Мини-гольф». Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, рассчитана на 1 год обучения для детей и подростков от 7 до 14 лет. Учебно-тематический план программы составлен исходя из учебной нагрузки 4 часа в неделю – 144 часа в год. В группе обучения занимаются не более 15 человек.

Считается, что минимальный возраст для начала занятий гольфом – 7-8 лет. В этом возрасте начинают развиваться необходимые для гольфа координационные способности: чувство ритма и равновесие. Кроме того, в этом возрасте формируются изгибы позвоночника в шейном отделе, пронация которого является ведущим звеном техники в гольфе.

Общеразвивающая программа «Мини-гольф» составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от

29.12.2012г., Приказом «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013г., Постановлением «Об утверждении СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приложением к письму Минобрнауки Самарской области «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» от 03.09.2015г.

Актуальность программы для современных детей и подростков, ведущих малоподвижный образ жизни, очень высока. Проведение учебно-тренировочных занятий будет способствовать не только увеличению их двигательной активности, но и формированию навыков здорового образа жизни, привлечению к регулярным занятиям физическим упражнениями и спортом. Особую значимость программа имеет для малоподвижных и необщительных детей, так как занятия в группе помогут им найти единомышленников, дадут им больше возможностей для неформального общения и времяпрепровождения.

Новизна программы заключается в том, что в системе дополнительного образования в нашем районе и городе в целом это направление физического воспитания детей мало развито.

Отличительной особенностью при занятиях мини-гольфом является не только тренировки по технике игры, а развернутая деятельность педагога, направленная на формирование личности учащегося в коллективе, на его физическую и общую культуру, здоровый и активный образ жизни, гармонию и самооценку. Работа с детьми строится на взаимном сотрудничестве, доверии. На каждом занятии учитывается индивидуальный подход, даются персональные задания с учетом особенностей занимающегося, проводится периодическая смена видов деятельности, выстраивается личная траектория успеха каждого занимающегося.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости детей и подростков в свободное время, формировать у них культуру движений и содействует формированию здорового образа жизни.

Цель – привлечение детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом, приобщение их к здоровому образу жизни, через обучение игре в мини-гольф.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать потребность к здоровому образу жизни;
- способствовать проявлению трудолюбия, настойчивости и волевых усилий;
- воспитывать целеустремленность, самостоятельность, самоконтроль;

- способствовать формированию активной жизненной позиции.

Обучающие:

- познакомить с историей возникновения игры в мини-гольф, ее особенностями, правилами соревнований;
- научить правильной технике и тактики игры в мини-гольф;
- познакомить с основными методами развития выносливости;
- научить правилам контроля и регулирования физических нагрузок;
- познакомить с методами организации самостоятельных занятий.

Развивающие:

- способствовать укреплению здоровья детей и подростков;
- развивать волевые качества характера у учащихся;
- повысить уровень развития выносливости;
- улучшить координацию движений;
- развивать у занимающихся коммуникативные способности, умение общаться.

Формы проведения занятия и педагогические технологии

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий.

Теоретические занятия проводятся в виде: объяснений, бесед, команд, демонстраций иллюстраций, плакатов и таблиц.

Практические занятия проводятся в виде: учебно-тренировочных занятий, выполнения и отработки физических упражнений, выполнения индивидуальных заданий, мини-турниров, спортивных и подвижных игр и др.

Учебно-тренировочное занятие является основной формой организации учебного процесса.

Педагогические принципы программы:

- принцип сознательности (направлен на воспитание у детей глубокого понимания роли и значения проводимых занятий в укреплении здоровья в самосовершенствовании своего организма);
- принцип постепенности и последовательности (постепенное увеличение интенсивности, объема физических нагрузок и времени тренировочного занятия);
- принцип повторности (повторение различных по характеру физических нагрузок, правильное чередование нагрузок с интервалами отдыха);
- принцип индивидуализации (соответствие физических нагрузок по возрасту, полу и индивидуальным возможностям (состояние здоровья, физическое развитие, физическая подготовленность));
- принцип систематичности и регулярности.

Данные принципы являются основой тренировочного процесса. Они определены теорией и практикой физической культуры и спорта. Их соблюдение гарантирует успехи в занятиях физическими упражнениями и ограничивает от переутомления и нежелательных последствий.

Педагог, реализующий данную программу, использует следующие педагогические технологии:

Здоровьесберегающие технологии – это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников – взрослых и детей. Огромное значение в работе детских объединений имеет обучение здоровому образу жизни, активной жизни, двигательным навыкам на основе учета индивидуального развития каждого ребенка.

Технологии личностно-ориентированного обучения

В центре внимания – личность ребенка, который должен реализовать свои возможности. Содержание, методы и приемы личностно-ориентированных технологий обучения направлены, прежде всего, на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого ребенка.

Технология сотрудничества – это технология совместной развивающей деятельности взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, проникновением в духовный мир друг друга, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

Игровые технологии - в основу положена игра как вид деятельности. Эта технология используется для обеспечения наибольшей активности детей и достижения высокого уровня освоения содержания программы.

Ожидаемые результаты

Предметные результаты

Требования к знаниям и умениям обучающихся

По окончании программы занимающиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях;
- правила поведения в общественных местах и правила поведения во время игры;
- подготовительные движения;
- позицию и положение рук и ног в исходном положении;
- основные правила игры;
- этикет гольфиста.

иметь представление:

- об истории гольфа и мини-гольфа в нашей стране и за рубежом;
- об ошибках, которые могут быть допущены во время игры.

уметь:

- выполнять упражнения по общей физической подготовке;
- выполнять подготовительные упражнения, исходное положение ног, корпуса, рук и головы;
- выполнять упражнения с различной позицией ног, упражнения на прицеливание;
- владеть техникой удара клюшкой;
- работать с основным комплектом лунок.

Ожидаемые результаты по освоению программы

Личностными результатами освоения образовательной программы «Мини-гольф» являются:

- ценностное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- освоение социальных норм, правил поведения в коллективе, обществе;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- положительное отношение к процессу познания: умение проявлять внимание, желание больше знать, доводить начатое дело до конца;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним, находить общие интересы с ними;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

Метапредметные результаты

Результаты, сформированные по итогам регулятивных УУД:

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении тренировочных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в местах проведения;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- анализировать и оценивать результаты своего труда, находить способы их улучшения.

Результаты, сформированные по итогам познавательных УУД:

- определять понятия, создавать обобщения, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий;
- выполнять инструкции техники безопасности.

Результаты, сформированные по итогам коммуникативных УУД:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом, сверстниками;
- работать индивидуально и в группе;
- отстаивать свое мнение.

Критерии и способы определения результативности

№	Критерии	Методы диагностики
Диагностика уровня достигнутых предметных результатов		
1	Владение предметными знаниями по образовательной программе	-опрос, анкетирование, тестирование
2	Владение практическими умениями и навыками по образовательной программе	-наблюдение, -выполнение упражнений, индивидуальных заданий,
Диагностика уровня достигнутых метапредметных результатов		
1	Регулятивный компонент (умение управлять своей деятельностью, осуществлять контроль и ее коррекцию, проявлять инициативность и самостоятельность)	-наблюдение; -собеседование; -беседы педагога с учащимися, родителями; -самоанализ
2	Коммуникативный компонент (анализ уровня развития коммуникативных способностей, анализ достигнутого уровня навыков сотрудничества)	-наблюдение -методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (на основе материалов Р.В. Овcharовой)
3	Познавательный компонент (диагностика уровня развития логического мышления, интереса к содержанию и процессу обучения)	-наблюдение; -самоанализ
Диагностика уровня достигнутых личностных результатов		
1	Самоопределение (анализ внутренней позиции, самооценки, самоуважения)	- методика «Репка» (разработана преподавателями кафедры общей педагогики РГПУ им. А.И. Герцена); - наблюдение
2	Смыслообразование (выявление преобладающей мотивации, границ знания/незнания, самоорганизация свободного времени)	- анкета «Как я использую свое время»; - наблюдение
3	Морально-этическая ориентация	-методика изучения социализированности (социальной адаптированности, активности, автономности, нравственной воспитанности) личности подростка М.И. Рожкова. -наблюдение за поведением учащихся

		на занятиях, общением со сверстниками и взрослыми
4	Ценностное отношение к своему здоровью и здоровому образу жизни	-наблюдение; -анкетирование; -беседа о ЗОЖ.

Инструментарий мониторинга предметных, метапредметных, личностных качеств учащихся смотреть в приложении № 2.

Формы контроля и диагностики результатов

При работе по данной программе предусмотрены следующие формы контроля:

1 этап – предварительный контроль для определения начальной подготовленности учащегося, который проводится на первых занятиях (анкета).

2 этап – текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля: наблюдение, индивидуальные задания.

Итоговый контроль - диагностирование уровня качества образованности и развития, обучающихся в соответствии с поставленной целью, т.е. анализ знаний, умений и навыков на итоговом занятии. Итоговое занятие может быть проведено в форме учебно-тренировочных занятий, мини-турниров, соревнований и др.

Воспитательная работа

Воспитательная работа – это целенаправленное формирование отношений к системе наивысших ценностей жизни человека и формирование у ребенка способности выстраивать индивидуальный план собственной жизни.

В целях эффективности воспитания педагогу необходимо организовать тренировочный процесс так, чтобы ставить перед детьми задачи осязаемого двигательного и интеллектуального совершенствования.

С первых дней занятий следует начинать воспитание дисциплинированности и трудолюбия. Ведущее место в формировании нравственного сознания детей принадлежит методам убеждения, поощрения (одобрения, похвалы), наказания (замечание, устный выговор, разбор поступка).

Спортивный коллектив – важный фактор нравственного формирования личности. В решении задач по сплочению коллектива целесообразно включать в работу проведение спортивных и тематических праздников, дней здоровья и другие формы работ.

Не менее важная задача в деятельности педагога - воспитание волевых качеств. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей. Для их преодоления используются необычные для детей волевые напряжения. Поэтому одним из методов воспитания волевых

качеств является метод постепенного усложнения задач, также эффективным средством являются систематические занятия.

На начальном этапе работы с детьми и подростками важнейшей задачей является формирование спортивного интереса, дисциплины, образного мышления. Огромную роль играет мотивация учащихся на достижение определенного результата.

В воспитании сознательной дисциплины большое влияние оказывают посещаемость, четкое и организованное проведение учебно-тренировочных занятий. Занятия должны начинаться с построения, учета посещаемости и всегда в одно и то же время. Это организует и дисциплинирует занимающихся.

Педагог не должен оставлять без внимания ни одного, даже мелкого нарушителя дисциплины. В зависимости от степени нарушения ему следует подобрать такие методы воздействия, которые дали бы наилучший эффект. С целью воспитания педагог может сделать замечание, порицание, выговор, удалить с занятия, лишив права посещения занятий на определенный срок. Применяемая мера наказания достигает своей цели лишь в том случае, если учащийся осознал свой проступок, прочувствовал его. Для этого применяемые меры наказания необходимо сочетать с разъяснениями и убеждением. Убеждение в воспитательной работе должно найти самое широкое распространение.

С целью же поощрения педагог может применять одобрение, похвалу, благодарность. Применяя те или иные средства и методы воспитания, педагог должен исходить из индивидуальных способностей учащихся.

Одна из задач педагога – это научить детей организованности. Для этого необходимо не только своевременное посещение занятий, выполнение неукоснительных указаний педагога, но и нужно чтобы учащийся постоянно следил за своей спортивной формой, спортивным инвентарем.

Работа с родителями

В детском объединении «Мини-гольф» большое внимание уделяется работе с родителями. Проводятся следующие мероприятия: «День открытых дверей», где родители с детьми знакомятся с работой детского объединения; родительские собрания; консультации по питанию, режиму дня, гигиене и закаливанию ребят, рекомендации по педагогике; беседы об успехах и неудачах детей. Родители привлекаются к организации и проведению различных мероприятий, проводятся совместные занятия, тематические праздники и т.д. Такая работа способствует формированию общности интересов детей и родителей что служит эмоциональной и духовной близости.

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебно-тематический план

№	Наименование темы			
		Теор	Практ	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2		2
2	История развития гольфа и минигольфа	1		1
3	Одежда, инвентарь и оборудование для мини-гольфа	2		2
4	Этикет, принципы и правила игры в мини-гольф	2		2
5	Гигиена, режим дня и питание	1		1
6	Общая физическая подготовка	1	17	18
7	Специальная физическая подготовка	1	11	12
8	Техника игры и отработка ударов	4	54	58
9	Спортивные и подвижные игры	2	18	20
10	Учебные игры в парах	1	17	18
11	Мини-турниры		8	8
12	Итоговое занятие		2	2
	Итого:	17	127	144

Содержание деятельности

1. Вводное занятие. Техника безопасности

Знакомство с учащимися. Введение в дисциплину. Требования к занимающимся. Обсуждение содержания занятий. Правила внутреннего распорядка, расписание занятий. Соблюдение техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий. Соблюдение правил пожарной безопасности, правил дорожного движения, правил поведения в общественных местах и т.п.

2. История развития гольфа и мини-гольфа.

Знакомство с историей гольфа и мини гольфа. Информация о лучших игроках в гольф и крупнейших турнирах. Роль и место гольфа и мини - гольфа в истории спорта. Мини-гольф в России.

3. Одежда, инвентарь и оборудование для мини-гольфа

Беседа о культуре одежды. Различия между повседневной одеждой и одеждой для занятий спортом. Необходимое оборудование для мини-гольфа. Требования к форме и инвентарю гольфиста. Разновидность клюшек. Их различия по форме и использованию. Необходимое количество клюшек для игры в гольф и мини-гольф. Мячи для мини-гольфа.

4. Этикет, принципы и правила игры в мини-гольф.

Правила техники безопасности во время игры. Основы культуры игры в мини-гольф. Принципы и правила игры на площадках в мини – гольф.

Основы этикета в игре – это правила поведения на поле, это часть традиций в мини - гольфе, который имеет большое значение и для безопасности.

5. Гигиена, режим дня и питание

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за телом, ногами, кожей, волосами и ногтями; гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание), водные процедуры утром и вечером (обтирание, обливание, душ). Гигиена сна. Гигиена одежды и обуви. Значение правил гигиены для человека.

Необходимость соблюдения режима дня, правил и режима питания для оптимального развития организма, укрепления здоровья и достижения спортивных результатов.

6. Общая физическая подготовка

На этапах начальной подготовки в комплекс упражнений ОФП обязательно должны включаться различные гимнастические упражнения, развивающие координацию в части восприятия пространства, мышечного чувства, чувства ритма и вестибулярной устойчивости. Также к упражнениям ОФП относятся общеразвивающие упражнения, упражнения для развития гибкости, упражнения с отягощениями, бросковые упражнения, прыжковые и беговые. Общеразвивающие упражнения для кистей рук:

- Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью;
- поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову;
- поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед вверх;
- поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно;
- поднимать и опускать кисти;
- сжимать и разжимать пальцы.

Общеразвивающие упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

- поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, плечами. Спина, ягодицами и пятками;
- поочередно поднимать согнутые, прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса;
- наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса;
- наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола;
- наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки;
- поворачиваться, разводя руки в стороны, из положения руки перед грудью, руки за голову;
- поочередно отводить ноги в стороны из упора присев;
- подтягивать ноги и голову к груди (группироваться);
- подтягиваться на руках на гимнастической скамейке.

Статические упражнения:

- сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках;
- сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны, стоя на одной ноге, руки на поясе).

7. Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка в гольфе направлена на развитие специальных моторных и координационных качеств юных спортсменов: скоростно–силовых качеств, гибкости, выносливости, кинестезии, чувства темпа, вестибулярной устойчивости, мышечной памяти и др.

Также к упражнениям СФП относятся имитации без клюшек, игровые действия и имитации с утяжеленными и облегченными клюшками и подобными им предметами, упражнения с обычным инвентарем специальной направленности.

8. Техника игры и отработки ударов в мини-гольфе

Основные техники и приемы игры. Изучение и отработка правильной стойки, хвата клюшки, замаха клюшкой, маха клюшкой, техники удара по мячу, движение паттера, завершающие движение клюшкой, удар при добивании мяча с различного расстояния:

1 стадия – удар с расстояния 1 метра до любой лунки. Для мяча важны следующие параметры: масса, твердость.

2 стадия – удар с расстояния 2 метра до любой лунки. Для мяча важны следующие параметры: отскок, масса, твердость.

3 стадия – удар с расстояния 3 метра до любой лунки. Для мяча важны следующие параметры: отскок, масса, твердость, диаметр, покрытие поверхности.

Выполнение и отработка упражнений:

1 ступени – лунки – трамплин с кольцом, горка с щелью, лунка односкатная.

2 ступени – горка с пеньком, лунка на склоне, эстакада.

3 ступени – лунка двускатная, разрушенная платина, горбатый мост.

Различные виды препятствий и их прохождение.

9. Спортивные и подвижные игры

Спортивные игры: одним из средств подготовки юных спортсменов являются спортивные игры (индивидуальные, групповые, командные). Использование спортивных игр обеспечивает, прежде всего, хорошую функциональную подготовку учащихся, учит взаимодействию участников игры, развивает игровое мышление. Выработывает командный дух, характер и волю к победе.

Подвижные игры направленные на развитие ловкости, с включением следующих действий: ходьба и бег в различных положениях: «Ловишки», «Уголки», «Пустое место», «Затейники», «Перемени предмет». «Ловишка, бери ленту», «Догони свою пару» и др. прыжки: «Не попадись», «Не оставайся на полу», «С кочки на кочку» и т.п. метание: «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «кто самый меткий» и др.

Эстафеты: Для развития быстроты и ловкости, как наиболее важных качеств используются разнообразные эстафеты (с препятствиями, в парах, скоростные, круговые, с предметами и без предмета).

10. Учебные игры в парах

В учебных играх происходит освоение учащимися теоретических знаний, закрепление технических навыков. Учащимся дается задание по пройденному учебному материалу.

Установка на игру и разбор её проведения: значение предстоящей игры. Анализ игры. Причины выполнения или невыполнения учебной задачи.

11. Мини-турниры

Проведение мини-турниров. При проведении соревнований в виде мини-турниров проверяются техника удара, физическая подготовка, работа с каждой из лунок, психологическая устойчивость.

12. Итоговое занятие

Выявление соответствия уровня знаний, умений и навыков у обучающихся планируемым результатам образовательной программы. Итоговое занятие может быть проведено в форме мини-турниров, выполнения индивидуального задания, сдачи нормативов и т.д.

Контрольно-диагностические средства

Для контроля результатов образовательного процесса используется: наблюдение, индивидуальные задания, сдача нормативов, тестирование физиометрических показателей.

III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение

Перечень учебно-методических материалов

I. Нормативные документы

1. Инструкции по технике безопасности детей при проведении занятий в спортивном зале.
2. Учебная программа для учреждений дополнительного образования.

II. Методики обучения

1. Структура и содержание занятия.
2. Методики обучения

III. Конспекты занятий

- Планы-конспекты учебных занятий.
- План-конспект итогового занятия.

IV. Диагностический материал:

1. Контрольные нормативы по ОФП и СФП
2. Индивидуальная карта ученика занимающего скандинавской ходьбой.
3. Анкета «Как я использую свое время»;
4. Методика «Репка» (разработана преподавателями кафедры общей педагогики РГПУ им. А.И. Герцена);
5. Методика выявления коммуникативных склонностей учащихся (на основе материалов Р.В. Овчаровой);

6. Методика изучения социализированности (социальной адаптированности, активности, автономности, нравственной воспитанности) личности подростка М.И. Рожкова;

7. Анкета для родителей.

V. Рекламно-информационная продукция

1. Объявления.

2. Визитки.

МЕТОДИЧЕСКИЙ КОММЕНТАРИЙ

Теоретические методы обучения

Для передачи большого объёма информации младшим школьникам педагогом используются объяснительно-иллюстративные методы (беседы, показ, разъяснение и т.п.). Эти методы комбинируются с методами стимулирования (методы побуждения какой-либо деятельности: требования, постановка перспективы, поощрение, наказание, одобрение, порицание) и релаксации (физкультминутки и подвижные игры).

Для изучения нового материала используется также метод проблемного обучения. Обучающиеся становятся свидетелями и соучастниками поиска: перед ними ставится проблема, формулируется познавательная задача, а затем, через систему доказательств и сравнение разных точек зрения, находится ответ. Такая форма работы способствует развитию коммуникативных способностей, мыслительно-аналитической деятельности детей.

Практические методы

Для закрепления полученных знаний и развития физических способностей используется игровой метод. Для развития познавательных способностей обучающихся используется частично-поисковый и исследовательский методы: организация активного поиска решения выдвинутых педагогом познавательных задач часто в нетрадиционных формах. Для развития познавательной активности детей младшего школьного возраста процесс познания у обучающихся пополняется методами и приёмами.

Методы и технологии обучения

Для достижения поставленной в данной программе цели и получения ожидаемого результата на занятиях по программе «Мини-гольф» используется комплекс разнообразных педагогических методов, в частности по классификации С.А. Смирнова: методы получения новых знаний, словесные методы обучения, наглядный метод обучения, метод наблюдения; метод игры; метод многократного повторения; метод стимулирования учебно-познавательной деятельности; методы развития познавательного интереса; методы контроля и диагностики эффективности учебной деятельности. Также к практическим методам относится соревновательный метод. При правильном руководстве соревнование может быть успешно использовано как воспитательное средство, содействующее

совершенствованию навыков, воспитанию морально – волевых черт личности.

Методы самовоспитания

Эти методы помогают появлению желания ребёнка работать над собой и осуществлению этого желания: самооценка, самоконтроль. Формы проведения занятий: - стандартные учебно-тренировочные занятия - спортивные праздники - мини – турниры - мастер – классы - занятия-соревнования - занятия – игры.

Средства обучения

Средства наглядности, отдельные задания по теме занятия, упражнения, технические средства обучения, видео материалы, учебные пособия, дидактические материалы, методическая литература.

Формы обучения, используемые в ходе реализации программы:

Вербальная форма

Устная форма обучения - наиболее распространенная форма, однако достаточно сложно учить мини-гольф, поскольку у игры нет точного языка.

Визуальная форма.

Визуальные подсказки более эффективны, чем вербальные. Будь это видеокассета, кино, фотография, зеркало, демонстрация или визуальное представление, учащийся, безусловно, только выиграет, если визуальные пособия будут сопровождать устные объяснения. Визуальное пособие может быть очень сложным, например мультимедийное, компьютерное, графическое изображение техники игры, наложенное или расположенное на экране рядом для сопоставления таковой у спортсмена чемпиона. Оно может быть очень простым. Пример: фотография одного из сильнейших игроков в мини-гольф, на которой он запечатлен в каком-то определенном положении при выполнении удара по мячу, сопоставляется с тем, что учащийся видит в зеркале в ходе собственного выполнения аналогичного движения. В любом случае визуальное обучение является мощным инструментом.

Кинестетическая форма

Кинестетические подсказки - эффективное средство передачи информации, чтобы облегчить изучение движения, поскольку они помогают передать "чувство". Они могут иметь форму упражнений или их имитации, однако их основная задача - создать у каждого учащегося иллюзорный род ощущения, то, что должно быть у всех хорошо играющих игроков в мини-гольф, независимо от того, насколько они опытные.

При помощи всех трех форм обучения педагог может наилучшим образом передать информацию учащемуся. Задача состоит в том, чтобы выбрать то, на что лучше всего реагирует учащийся.

Обучение движению, как и любому двигательному действию, происходит в три этапа:

1. Формирование концепции: на этом этапе учащийся должен полностью понять, что именно он пытается сделать.

2. Фиксация: на этом этапе учащийся отрабатывает точную моторику движений и достигает эффективного стиля выполнения этих движений.

3. Автоматизация: это происходит тогда, когда достигнута совершенная техника выполнения движений и учащийся пытается внести ее в моторную память, с тем чтобы можно было повторить действие без сознательного контроля.

Процесс обучения

Процесс обучения мини-гольф – это многократно повторяющиеся действия (движения), которые отрабатываются в процессе выполнения различных упражнений и заданий. Очень часто в мини-гольфе правильное двигательное действие осваивается методом проб и ошибок. Задача педагога - сократить их до минимума.

Стадии обучения:

1. Познавательная - начинающий сначала старается понять "задачу" и ее требования. На этой стадии очень важны вербальное обучение и демонстрации;
2. Ассоциативная - постепенно устраняются крупные ошибки. Такие факторы, как предыдущий опыт, расписание тренировок, методы обучения, знание результатов и мотивация обучающегося, будут определять время обучения правильному двигательному действию. Педагог должен критически относиться к обеспечению обратной связи и мотивации;
3. Автономная - в результате тренировки происходит автоматизация двигательного действия, которое перестает требовать дополнительного внимания. Занятие имеет большое значение для освоения правильного движения.

Двумя самыми эффективными формами тренировки при обучении являются, во-первых, повышение надежности выполнения, а во-вторых - увеличение точности или уменьшение ошибок.

Правильное спортивное движение можно тренировать постоянно (массированно) или с перерывами на отдых (распределено). Как правило, исследования показывают, что распределенная тренировка при обучении мини-гольф эффективнее, чем массированная. По мере того как происходит усвоение двигательного действия, тренировки могут стать более продолжительными.

В мини-гольфе в отличие от других игровых видов спорта чаще используют *целостный метод обучения движению*, то есть правильная стойка, хват клюшки, замах клюшкой, мах клюшкой, удар по мячу и завершающее движение клюшкой. Если задача для учащегося сложна, то предпочтительнее частичный метод тренировки, например, обучение движению клюшкой без мяча. При использовании частичного метода необходимо ссылаться на концепцию задачи в целом. Одной тренировки для улучшения движения и обучения недостаточно.

Без знания результатов, интереса и внимания, значимости задачи для учащегося, понимания целей, готовности к обучению и некоторой связи

условий тренировки с реальными условиями тренировка не имеет никакого практического значения.

Более высокого уровня мастерства можно достичь, варьируя условия обучения. В мини-гольфе большое значение имеет психология учащегося. Очень высокая мотивация замедляет прогресс при решении сложных задач. Наилучшего результата достигают игроки со средней мотивацией или настойчивостью. Для каждой задачи есть оптимальный уровень мотивации. Разумно сложные, специфические, но достижимые цели приводят к лучшему результату, чем легкие цели или общие цели, призывающие делать все зависящее от игрока.

Предыдущий опыт также влияет на поведение. Большее сходство между элементами задач, их ожидаемыми стимулами и ответами скорее приводит к положительному результату. Этому способствуют такие факторы, как метод обучения и интенсивность передачи информации.

Обучение двигательным действиям

Педагог должен предоставить наилучшие средства для обучения правильным двигательным действиям и их закреплению. Его целью является запоминание учащимися варианта, максимально приближенного к идеальной модели исполнения с последующим многократным повторением. Потребность в самоутверждении и достижении высоких результатов у учащихся удовлетворяется в процессе тренировок и на турнирах.

Дидактическое обеспечение

- учебные пособия для учеников, наглядный материал.
- учебные пособия для педагога.
- видеоматериалы по технике игры в мини-гольф на www.youtube.com
- обучающий видеокурс по мини-гольфу.

Материально-техническое обеспечение

- 4 дорожки для гольфа
- 6 клюшек для гольфа
- 8 лунок
- 6 мячей

V. ЛИТЕРАТУРА

1. Аймалетдинов А.Р. Оценки влияния мотиваций на спортивные результаты юных игроков в мини-гольф / А.Р. Аймалетдинов, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : Детский тренер : журнал в журнале. — 2010. — N 6.
2. Азбука гольфа. Санкт-Петербург, 1997
3. Коровин С.С., Тиссен П.П., Мишнаевский Н.В. Дидактические основы физического образования. - Оренбург: Изд-во ОГПУ, 1999 - 155 с.
4. Корольков А.Н. Гольф как спортивная дисциплина, М., 2014

5. Корольков А.Н. Мини-гольф: теоретические и методические основы спортивной подготовки, М., 2015
6. Лях В.И. Координационные способности : Диагностика и развитие / В.И. Лях. — М.: Дивизион, 2006
7. Ник Эдмунд Гольф: полная энциклопедия: [пер. с англ.] - М.: Терра-спорт, 2003
8. Развитие гольфа в России. Альманах № 1. 2000
9. Сандерс В. Гольф: Полное руководство по игре в гольф / Пер. с англ. М.Л. Романовой; под общ. ред. Б.А. Яковлева. - М.: Терра-спорт, 2003
10. Селиванова Т.Г. Мини-гольф, М., 2012
11. Яковлев Б.А. Мини-гольф для начинающих. - М.: Центр исследований и статистики науки, 2002

Интернет ресурсы:

1. "Российский мини-гольф" www.rusminigolf.ru
2. Российский гольф-портал www.golf.ru
3. "Golf Digest" www.golfdigest.ru
4. "Golf Style Next" www.golfstylerussia.ru
5. <http://ru.wikipedia.org/wiki>