Департамент образования администрации городского округа Тольятти
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр творчества «Свежий ветер»
городского округа Тольятти

Принята
решением педагогического совета
от «31» мая 2023 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ДО «Свежий ветер»
С.В. Мурышова
Приказ № 69 от 31.05. 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально – гуманитарной направленности «Растем здоровыми»

Возраст обучающихся: 7 -11 лет
Срок реализации: 2 года

Составители:
Бельцова Галина Валентиновна,
педагог дополнительного образования;
Токарева Наталья Александровна,
методист;
Стегалина Людмила Анатольевна,
методист

Тольятти, 2023

Оглавление

Пояснительная записка……. 3-15

Введение, направленность модульной программы……3-4

Актуальность модульной программы,

воспитательный компонент …….. 4-6

Педагогическая целесообразность модульной программы……. 6

Новизна, сетевое взаимодействие программы…….. 7-8

Цель и задачи, адресат модульной программы…….…… 8-9

Сроки реализации модульной программы…….. 9

Комплекс основных характеристик образования…….9-10

Формы обучения, формы организации деятельности…….. 10-11

Режим занятий……..11

Планируемые (ожидаемые) результаты……..11-13

Оценочные материалы

Критерии и способы определения результативности

Формы контроля, формы подведения итогов……..13-15

Учебный план и содержание модульной программы…….. 15-26

Организационно – педагогические условия (методическое обеспечение) программы…….…. 26-29

Информационное обеспечение модульной программы

Список литературы ……. 30

Приложение № 1. Календарный учебный график

“Все здоровые люди любят жизнь”

(Генрих Гейне)

Пояснительная записка

Введение

Здоровый образ жизни – не модное веяние, а необходимость, конкретные действия, помогающие как взрослым, так и детям организовывать свою жизнь, делать ее интереснее, активнее, насыщеннее для воплощения многих планов и идей.

Традиционная современная организация образовательного процесса в условиях общеобразовательных учреждений провоцирует у детей и подростков стрессовые перегрузки, приводящие к нарушению механизмов саморегуляции физиологических функций, способствующие развитию хронических болезней. Именно поэтому, в настоящее время, в стратегических направлениях политики образования и здравоохранения России особое значение отведено сфере охраны, сохранения, укрепления здоровья детей и нации в целом. Сегодня в системе дополнительного образования важное значение уделяется вопросу воспитания личностных качеств, обучающихся; способных действовать универсально, владеющих стратегическим видением; обладающих хладнокровием, выдержкой, собранностью, умением концентрировать свое внимание.

В дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Растем здоровыми», важное место отводится не только физкультурно-спортивному направлению мини-гольф, но и социально-педагогическому аспекту, ориентированному на: изучение психологических особенностей личности обучающихся; познание мотивов поведения; изучение методик самоконтроля; формирование личности в коллективе; изучение межличностных взаимоотношений; оптимизацию процесса адаптации каждого обучающегося в коллективе. Все эти составляющие вносят значительный вклад в социальное самоопределение и развитие детской социальной инициативы, формирование здоровой личности, владеющей культурой социального самоопределения.

Данная модульная программа дополнительного образования «Растем здоровыми» выступает как среда развития детской социальной инициативы, представляет возможность педагогу моделировать индивидуальные траектории каждого ребенка в частности и коллектива в целом; формирует современную здоровую культуру через освоение спортивной дисциплины мини-гольф - игры культурных, интеллигентных, образованных людей.

Направленность модульной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа «Растем здоровыми» модифицированная, социально-гуманитарной направленности, направлена на развитие и корректировку физических и психических свойств личности. Обучение спортивной дисциплине мини-гольф благотворно сказывается на командных отношениях, приобретаются навыки самостоятельного и совместного принятия решений, коммуникаций, укрепляет дух каждого из членов команды, способствует сплочению коллектива, что позволяет увидеть другие сферы деятельности обучающихся: гибкость, мобильность, интерактивность, открытость, адаптивность, модульность, индивидуализацию. В процессе освоения программного материала ведущая способность каждого ребенка - в данном случае его спортивная активность направлена на развитие уже проявившихся способностей, условий для раскрытия потенциала, на удовлетворение потребностей, организацию социального досуга обучающихся.

Программа «Растем здоровыми» основана на модульном принципе предоставления содержания образовательных услуг. Программные модули содержательно ориентированы на формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к своему здоровью и физической подготовленности, использование средств физической культуры для организации здорового образа жизни. При разработке

программы дифференцировано соблюдены принципы, позволяющие учитывать уровень развития и степень освоенности содержания обучающимися: *ознакомительный (1-2 год обучения).* Функциональное назначение данной программы – общеразвивающее.

Актуальность модульной программы

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития и воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 года № 996-р г., направленных на формирование гармоничной личности. Обучение по данной программе способствует личностному саморазвитию, адаптации обучающихся к постоянно меняющимся социально – экономическим условиям, подготовке к самостоятельной жизни, профессиональному самоопределению. Мини-гольф как спортивная и увлекательная игра, является не только формой отдыха и развлечения, но и вполне официальной спортивной дисциплиной, по которой проводятся соревнования всех уровней, вплоть до Чемпионатов Мира. Это одна из немногих спортивных игр, реализуемых в дружелюбной атмосфере по отношению к сопернику, в которой от игрока требуется только концентрация внимания, техника исполнения ударов и координация. Специально разработанное современное оборудование позволяет обучающимся по программе заниматься гольфом круглогодично, используя не только открытые спортивные сооружения и площадки, но и приспособленные помещения образовательных организаций. Гольф прост в эксплуатации, зрелищен и азартен, поскольку игровые действия происходят на ограниченном пространстве, непосредственно на глазах у участников и зрителей. Индивидуальность заключается в том, что игра в гольф проходит без контактного противодействия сопернику. Преимущества мини-гольфа перед другими видами спорта заключается в том, что эта миниатюрная, азартная игра развивает у обучающихся: сноровку, хладнокровие, выдержку, собранность, мобильность, умение концентрировать внимание, гибкость ума, скоростно-силовые качества, специфические координационные способности, аэробную выносливость.

Воспитательный компонент программы

Воспитание в дополнительном образовании рассматривается как ценностно-смысловое развитие ребенка, как организация педагогических условий и возможностей для осознания ребенком собственного личностного опыта, приобретаемого на основе межличностных отношений и обусловленных ими ситуаций, проявляющегося в форме смыслотворчества, саморазвития.

Результатами реализации данного компонента программы станут:

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
- формирование у обучающихся основ российской гражданской идентичности;
- готовность обучающихся к саморазвитию;
- ценностные установки и социально-значимые качества личности;
- активное участие коллектива и его отдельных обучающихся в социально-значимой деятельности и др.

Программное содержание ориентировано на приоритетные направления социально-экономического и территориального развития Самарской области. Учебный план программы способствует личностно-ориентированному обучению, так как программа построена по принципу образовательных модулей с учетом интересов, склонностей и возможностей обучающихся; включает в себя 6 образовательных модулей:

1 год обучения:

1 - образовательный модуль «Мы - за здоровый - образ жизни» (16 уч. ч.);
2 - образовательный модуль «Гольф-этикет» (32 уч. ч.);
3 - образовательный модуль «В здоровом теле гольфиста - здоровый дух» (36 уч. ч.);

Итого по модулю: 84 часа в год

2 год обучения:

1 - образовательный модуль «Умный спорт - гольф» (19 уч. ч.);

2 - образовательный модуль «Современный гольфист» (29 уч. ч.);

3 - образовательный модуль «Мастерство игры в гольф» (36 уч. ч.);

Итого по модулю: 84 часа в год

В течение двух лет обучения модули периодически повторяются, усложняясь технологически. В процессе физкультурно-спортивных занятий и программных мероприятий помимо физического развития, способствующего повышению уровня здоровья (общее физическое состояние, закаливание организма и нервной системы) предполагается личностное самоопределение и самореализация обучающихся для обеспечения адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, выявления способностей. Организованная воспитательно-образовательная деятельность педагога и модульное программное построение перекликаются с приоритетными направлениями развития физической культуры и спорта Самарской области. Программное содержание учитывает составляющие государственных программ РФ, Стратегии развития физической культуры и спорта, культурно-исторические и социально-экономические особенности развития региона: содействуя активному привлечению обучающихся в спортивные залы, способствуя решению задач по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, помогая обрести физическую силу и духовное развитие, содействуя профилактике правонарушений и воспитанию спортсменов высокого уровня.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа «Растем здоровыми» разработана с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»);
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 г. №МО-16-09-01/826-ТУ);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Методические рекомендации по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы для последующего включения в реестр образовательных программ системы ПФДО (в соответствии с Разделом V. Правил персонифицированного финансирования на основе сертификата ПФДО, 2020 г.);
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»);
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (внесены исправления, связанные с вступлением в силу Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»);
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр творчества «Свежий ветер» городского округа Тольятти.

Образовательный процесс организован с учетом вышеизложенных документов, ориентируется на современные требования образовательных услуг дополнительного образования.

Педагогическая целесообразность модульной программы «Растем здоровыми» заключена в том, что программный материал способствует развитию потребностей, способностей и самоорганизации обучающихся для успешного личностного самосовершенствования обучающихся, воспитанию осознанного отношения к своему здоровью и развитию навыков общения, проявления самостоятельности, активности и творчества.

Модульная программа «Растем здоровыми» создана на основе опыта работы педагогов дополнительного образования Центра творчества «Свежий ветер», рекомендаций Минобрнауки РФ, Ассоциации гольфа России. Особенность данной программы в том, что она включает в себя все основные компоненты игры в мини-гольф, но в несколько видоизмененной форме, в части методики развития физических и координационных способностей обучающихся, основанной на применении общих дидактических принципов усвоения знаний и целенаправленных движений. В программном содержании игра мини-гольф имеет собственные, несколько упрощенные правила и терминологию, что позволяет вывести образовательный процесс программы «Растем здоровыми» на более особенный и увлекательный уровень.

Новизна модульной программы

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей модульной программы «Растем здоровыми» заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной, разработана с учетом тенденций и направлений современной образовательной политики, отвечает запросам социума и предоставляет возможность обучающимся выстраиванию индивидуальной образовательной траектории.

Программное содержание, формы, методы, приемы, технологии овладения ими представлены в законченных и самостоятельных модулях, усвоение которых осуществляется в соответствии с поставленной целью данной программы. Каждый образовательный программный модуль включает в себя структурные элементы: актуализация, цели и задачи, содержание, методы, приемы, формы погружения, ожидаемый результат и способы определения результативности.

Конвергентный подход, реализуемый в условиях данной программы, позволяет обучающимся изучать предметные области не как отдельные составляющие, а как единое целое в условиях свободной организованной деятельности, направленной на формирование междисциплинарной среды. Данный подход просматривается через междисциплинарное взаимодействие таких дисциплин как: математика, геометрия, физика, история, география, основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура, музыка, которые гармонично пересекаясь между собой в программных модулях, позволяют формировать у обучающихся целостное восприятие окружающего мира, определять жизненные ценности, и заботясь о своем здоровье, в условиях социума принимать верные решения и достигать высоких жизненных результатов.

Составители программы, с учетом педагогического опыта предыдущих лет, разработали методику обучения детей и подростков игре в мини-гольф, предполагающей не узконаправленные тренировки с изучением техники игры и не узкую специализацию по данному виду спорта. В программном содержании предполагается развернутая деятельность педагога, направленная на формирование личности обучающегося в коллективе, развитие его физической и общей культуры, здорового и активного образа жизни, гармонии и высокой самооценки. В программные модули включены формы организации педагогической деятельности, направленные на снятие напряжения нервной системы обучающихся, помогающих учиться сосредотачиваться, сконцентрироваться и отвлекаться от проблем окружающего мира.

Практический опыт реализации программы позволил выстроить модель **сетевого взаимодействия** с внешними образовательными и инициативными организациями через реализацию воспитательной и проектной деятельности. В состав сетевого сотрудничества вошли: дошкольные учреждения (МБАОУ №: 128, 116, 210); образовательные учреждения (МБОУ «Школа № 20»); социальные партнеры – АНО «Гольф Партнер»; MG-Clab; ГООИ «Волжане» (городская общественная организация инвалидов); ТГООИО (Тольяттинская городская общественная организация инвалидов-опорников) городского округа Тольятти. Образовательные учреждения, входящие в сеть, обеспечивают вариативное пространство для обучающихся, создавая условия для усиления учебной и компетентной мобильности на основе использования возможностей партнеров образовательного процесса. Система взаимодействия (через использование материально-технических ресурсов Центра творчества «Свежий ветер») осуществляется через такие формы совместной деятельности как: акции, турниры, квесты, мини-соревнования, активные практики, продуктивные, деловые, имитационные, творческо-поисковые и др. игры, адаптированные под специфику индивидуальных, возрастных особенностей, физического состояния здоровья (ограниченными возможностями) участников – партнеров. Программа «Растем здоровыми» транслирует в городском сообществе Тольятти опыт расширения возможностей профессионального диалога педагогов, занимающихся культурой здорового

образа жизни через спортивную дисциплину мини-гольф, социально-значимую для родителей, горожан, общественных организаций.

При реализации программы «Растем здоровыми», в соответствии с «Положением о дистанционном обучении в МБОУ ДО «Свежий ветер», предполагается использование дистанционных технологий с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников. Формы ДОТ: e-mail; дистанционное обучение в сети Интернет, видео уроки, оп-line тестирование, of-line тестирование, интернет-занятия, надомное обучение с дистанционной поддержкой, облачные сервисы, и т.д.

Принципы построения модульной программы

Реализация программы осуществляется на основе следующих ***принципов:***

- гуманистических начал, многообразия и вариантности форм организации жизнедеятельности и образования обучающихся;
- приоритета интересов каждого обучающегося и учета его интеллектуальных и психофизиологических личностных особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- комплексного подхода, который предполагает скоординированную, целенаправленную работу с использованием различных форм и методов по патриотическому воспитанию юных граждан Российской Федерации;
- дифференцированного подхода, предполагающего использование особых форм и методов работы с учетом каждой возрастной, социальной, профессиональной и других групп. Вышеуказанные принципы взаимосвязаны и реализуются в единстве.

Цели и задачи модульной программы

Цель: формирование у обучающихся устойчивой мотивации к сохранению и укреплению здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой посредством игры в мини-гольф.

Задачи:

Обучающие (предметные):

- формировать у обучающихся первоначальные представления о мини-гольфе как спортивной дисциплине;
- формировать навыки игровых действий мини-гольфа;
- познакомить с этикетом гольфиста, правилами участия в соревнованиях;
- привлечь обучающихся к участию в различных формах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- способствовать участию обучающихся в соревнованиях, туристических слётах, турнирах, проектах, и других мероприятиях различных уровней.

Воспитательные (личностные):

- пропагандировать здоровый образ жизни, личностные и общественные ценности физической культуры и спорта;
- воспитывать общую физическую культуру, культуру поведения в коллективе;
- формировать установку на развитие, личностный рост, самосовершенствование;
- формировать у обучающихся раннюю мотивацию и устойчивый интерес к укреплению здоровья, физическому и спортивному совершенствованию.

Развивающие (метапредметные):

- развивать общие физические способности обучающихся: силу, выносливость, ловкость, выдержку, глазомер, координацию движений, концентрацию внимания, умение работать в команде, умение строить личную стратегию и тактику игры;
- развивать мелкую моторику рук, координацию движений при выполнении обучающимися ударов клюшкой;
- формировать и закреплять навык правильной осанки; развивать мелкую моторику рук.

Адресат модульной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа «Растем здоровыми» рассчитана на обучающихся 7-11 лет. Принцип набора в объединение свободный. Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний. Предоставление медицинской справки для обучающихся по программе не предусмотрено. Рекомендовано согласование от родителей (законных представителей). Наполняемость учебных групп в соответствии с Уставом учреждения, количество обучающихся в группе до 15 человек (в соответствии с СП 2.4.3648-20 № 28 от 28 сентября 2020 г.).

Возрастные особенности

Психические особенности детей возрастной категории 7-11 лет характеризуются высокой утомляемостью. Работоспособность снижается через 20-25 минут, я связи с чем, ребенок часто не умеет сконцентрироваться на одном виде деятельности и длительно удерживать внимание. Часто забывает многое, что было изучено 1-2 месяца назад, в связи с чем нуждается в постоянном повторении изученного материала.

В этот период происходит активное созревание организма, что повышает физическую выносливость, но в тоже время осанка не устойчива и развитие крупных мышц опережает развитие мелких. Ребенок развивается физически не равномерно, костный аппарат довольно гибкий. Поэтому при физических занятиях необходимо давать щадящую нагрузку равномерно на все группы мышц.

Учитывая возрастные физические, психолого-педагогические особенности обучающихся по программе, целесообразно формировать группы из детей примерно одного возраста.

Сроки реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа «Растем здоровыми» реализуется за 2 учебных года:

1 год обучения – 84 учебных часа (ознакомительный уровень);

2 год обучения – 84 учебных часа (ознакомительный уровень).

Образовательная деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программам регулируется на основании локального акта «Положение о порядке организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МБОУ ДО «Свежий ветер» (комплекс основных характеристик, объем, календарный учебный график).

Комплекс основных характеристик образования

Объем

№ п/п	Год обучения, модуль	Количество часов	Количество недель в год	Количество часов в год
1 год обучения				
1	Образовательный модуль «Мы – за здоровый образ жизни»	16	42	84
2	Образовательный модуль «Гольф – этикет»	32		
3	Образовательный модуль «В здоровом теле гольфиста - здоровый дух»	36		
2 год обучения				
1	Образовательный модуль «Умный спорт - гольф»	19	42	84
2	Образовательный модуль	29		

	«Современный гольфист»			
3	Образовательный модуль «Мастерство игры в гольф»	36		

Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель в год	Объем учебных часов в год	Дата начала учебного года	Дата окончания учебного года
1	42	84	01.09	31.08
2	**42**	**84**	**01.09**	**31.08**

Формы обучения: очная

Формы обучения по модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Растем здоровыми» определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность самостоятельно (в соответствии с Уставом учреждения).

Формы организации деятельности:

Занятия в объединениях могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом. Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения. Дополнительные общеобразовательные программы реализуются организацией, осуществляющей образовательную деятельность как самостоятельно, так и посредством сетевых форм их реализации.

Программа предполагает использование в работе следующих форм:

Коллективные формы работы

Важным воспитательным моментом при работе с обучающимися является создание и укрепление коллектива. Этому способствуют подготовка и участие в турнирах по мини-гольфу. Коллективная работа посредством разучивания спортивных элементов, способствует формированию объективной оценки самого себя в сравнении с другими обучающимися, выработке гуманных отношений сотрудничества, что создает условия для формирования коммуникативной компетентности.

Групповые формы работы

Групповая форма работы рассчитана на всех обучающихся данного объединения, в процессе которого осваивается изучаемый материал, отрабатываются общие для всех технические приемы и элементы под руководством педагога-тренера.

Индивидуальная форма работы

Данная форма работы отвечает индивидуальным способностям и желаниям обучающимся.

Образовательная деятельность, предусмотренная модульной программой «Растем здоровыми»	**Формы организации**
Учебная деятельность	Учебные занятия, занятие – игра, соревновательные викторины, аукцион-зачет, игровые путешествия, открытые занятия, соревнования, турниры, измерительные, подвижные игры и др.
Воспитательная деятельность	Выставки, творческие задания, дискуссии, игры-фантазирования, игры-освоения, образные, ситуативные игры, деловые и ролевые игры, игры-воображения, проекты, соревнования, турниры и др. формы

Педагогические технологии и формы организации образовательного процесса соответствуют целям и задачам модульной программы, способствуют творческому развитию личности обучающихся, формированию позитивных социальных интересов и

позволяют индивидуализировать процесс обучения в рамках общего количества отведенных часов.

Режим занятий

Занятия по данной программе проводятся в соответствии с расписанием занятий, 2 раза в неделю по одному часу. Продолжительность занятия 40 минут, с перерывом между занятиями 10 мин. Учебные занятия проводятся с учётом возрастных особенностей группы. 1 год обучения – 2 учебных часа в неделю (84 часа), 2 год обучения – 2 учебных часа в неделю (84 часа).

Продолжительность занятий устанавливается в соответствии с СП 2.4.3648-20 № 28 от 28 сентября 2020 г. Степень сложности, вариативность заданий, наглядность, обеспечивается в соответствии с программой. Учебные занятия строятся с учетом психолого-педагогических и физических возрастных особенностей детей.

Планируемые (ожидаемые) результаты освоения модульной программы и способы определения результативности

Первый год обучения

1. Теоретическая подготовка

Обучающиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях;
- правила поведения в общественных местах и правила поведения во время игры;
- правила пользования клюшкой при выполнении упражнений;
- название простейших предметов, используемых в мини-гольфе;
- подготовительные движения, 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

2. Практическая подготовка

Обучающиеся должны уметь:

- организовывать свое рабочее место, подготовить инвентарь к игре;
- аккуратно, ответственно выполнять упражнения по программе;
- выполнять упражнения по общей физической подготовке;
- выполнять подготовительные упражнения: исходное положение ног, корпуса, рук, головы;
- выполнять упражнения с различной позицией ног;
- выполнять упражнения на прицеливание;
- самостоятельно организовывать свою учебно-тренировочную деятельность;
- ставить перед собой цель и принимать решение

3. Творческая активность

Обучающийся может:

- понимать учебную задачу;
- выполнять ее самостоятельно;
- проводить самооценку выполненной работы;
- адекватно воспринимать оценку выполненной работы

4. Сформированность общеучебных умений и навыков, общеучебных способов деятельности

Обучающийся должен уметь:

- выслушивать мнения других, слушать и слышать педагога,
- выполнять поставленную педагогом задачу;
- выполнять задачу самостоятельно и работать в группе.

5. Личностные результаты

Обучающийся должен:

- выражать свою индивидуальность;
- воспитывать самоорганизацию, умение работать самостоятельно и в команде;
- дружелюбно относиться к товарищам по команде;
- быть заинтересованным в результате своей работы;
- проявлять активную жизненную позицию;

Второй год обучения

1. Теоретическая подготовка

Обучающиеся должны знать:

- правила техники безопасности на занятиях;
- правила поведения в общественных местах и правила поведения во время игры;
- правила пользования клюшкой при выполнении упражнений;
- виды ударов;
- название простейших предметов, используемых в мини-гольфе;
- подготовительные движения, положение рук и ног в исходном положении;
- основные правила игры, этикет гольфиста;
- основы взаимодействия и межличностных отношений;

Иметь представление:

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

2. Практическая подготовка

Обучающиеся должны уметь:

- организовывать свое рабочее место, подготовить инвентарь к игре;
- аккуратно, ответственно выполнять упражнения по программе;
- выполнять упражнения по общей физической подготовке;
- выполнять подготовительные упражнения: исходное положение ног, корпуса, рук, головы;
- выполнять упражнения с различной позицией ног;
- выполнять упражнения на прицеливание;
- самостоятельно организовывать свою учебно-тренировочную деятельность;
- ставить перед собой цель и принимать решение;
- адекватно контролировать свою деятельность;
- применять навыки конструктивного общения и способы «индивидуальной защиты» в условиях угрозы психическому здоровью;
- самостоятельно определять и совершенствовать познавательные потребности.

3. Творческая активность

Обучающийся может:

- понимать учебную задачу;
- выполнять ее самостоятельно;
- проводить самооценку выполненной работы;
- адекватно воспринимать оценку выполненной работы

4. Сформированность общеучебных умений и навыков, общеучебных способов деятельности

Обучающийся должен уметь:

- выслушивать мнения других, слушать и слышать педагога,
- выполнять поставленную педагогом задачу;
- понимать и оценивать различные точки зрения;
- выполнять задачу самостоятельно и работать в группе.

5. Личностные результаты

Обучающийся должен:

- уметь выражать свою индивидуальность;
- воспитывать самоорганизацию, умение работать самостоятельно и в команде;

- дружелюбно относиться к товарищам по команде;
- быть заинтересованным в результате своей работы;
- проявлять терпение и выдержку;
- быть в активной жизненной позиции;

Оценочные материалы модульной программы

Критерии оценки знаний, умений и навыков

Первый год обучения:

- «Высокий уровень»: имеет четкое представление об истории развития мини-гольфа, знает правила поведения и техники безопасности при игре. Владеет этикетом гольфиста. Может самостоятельно подготовить инвентарь к игре. Умеет выполнять подготовительные движения и упражнения для игры в гольф. Знает основы техник (стойки, хвата клюшки, прицеливания, замаха и т.д.). Умеет выполнять все изученные упражнения;

- «Средний уровень»: имеет общее (поверхностное) представление об истории развития мини-гольфа, знает правила поведения и техники безопасности при игре. Владеет этикетом гольфиста. Может самостоятельно подготовить инвентарь к игре. Владеет основами техник (стойки, хвата клюшки, прицеливания, замаха и т.д.), но допускает ошибки;

- «Низкий уровень»: имеет слабое представление об истории развития мини-гольфа, плохо знает правила поведения и техники безопасности при игре. Плохо владеет этикетом гольфиста. С помощью педагога подготовит инвентарь к игре. Знаком с основами техник (стойки, хвата клюшки, прицеливания, замаха и т.д.), но выполняет их с ошибками.

Второй год обучения:

- «Высокий уровень» - имеет четкое представление о спортивной дисциплине «Растем здоровыми», его истории и развитии, о разнообразии полей в мини-гольф. Знает правила игры и судейства на соревнованиях. Хорошо владеет техникой игры. Самостоятельно подбирает мяч и клюшку для игры. Активно участвует в соревнованиях и турнирах;
- «Средний уровень» - имеет представление о разнообразии полей в мини-гольф. Неплохо владеет техникой игры. Самостоятельно подбирает мяч и клюшку для игры. Участвует в соревнованиях и турнирах;
- «Низкий уровень» - имеет слабое представление о разнообразии полей в мини-гольф. Неуверенно владеет техникой игры. С помощью кого-либо подбирает мяч и клюшку для игры. Редко участвует в соревнованиях и турнирах.

Критерии и способы определения результативности

Уровни	Сфера знаний, умений	Сфера творческой активности	Сфера личностных результатов
Высокий	Прекрасно владеет изученным материалом, знает основные понятия в рамках программы, задает вопросы, к выполнению задания включается без промедления. Умеет делать анализ понимать и исправлять ошибки	Проявляет выраженный интерес к выполнению спортивных и творческих заданий, охотно принимает участие в различных мероприятиях	Прилагает усилия к преодолению трудностей, легко может воспроизвести изученный материал. Обучающийся постоянно контролирует себя сам. Проявляет способность переносить (выдерживать) учебные нагрузки в течение определенного времени; преодолевать трудности. При этом, обучающемуся терпения хватает на весь период занятия. При возникновении конфликтных ситуаций пытается самостоятельно их уладить
Средний	Владеет изученным материалом, но не всегда использует основные понятия, задает вопросы, к выполнению задания, в работу включается без промедления. Умеет делать частичный анализ понимать и исправлять ошибки	Проявляет некоторый интерес к выполнению учебных заданий, принимает участие в выступлениях, турнирах, соревнованиях	Прилагает усилие к преодолению трудностей, но требует корректировки от педагога; периодически контролирует себя самостоятельно Способен переносить (выдерживать) учебные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности. При этом, обучающемуся хватает терпения более чем на ½ занятия. При возникновении конфликтных ситуаций сам в конфликтах не участвует, старается их избегать
Низкий	Слабо владеет изученным материалом, но не всегда задает вопросы, к выполнению задания включается с некоторым промедлением	Не проявляет особого интереса к выполнению спортивных, соревновательных и творческих заданий, не всегда принимает участие или не принимает участие в выступлениях, турнирах, соревнованиях	Не прилагает усилий для преодоления трудностей в изучении материала; постоянно действует под воздействием контроля извне либо нуждается в одобрении и подтверждении правильности своих действий. Способен переносить (выдерживать) учебные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности – обучающемуся терпения хватает менее чем на ½ занятия; избегает участия в общих коллективных делах, периодически провоцирует конфликты

Виды и формы контроля

Мониторинг образовательных результатов

Способы контроля и оценивание образовательных результатов

По модульной программе «Растем здоровыми» предусматриваются следующие виды контроля: предварительный, текущий, итоговый.

Предварительный контроль (стартовая диагностика), который проводится в первые дни обучения и имеет своей целью выявить исходный уровень подготовки обучающихся, чтобы скорректировать учебно-тематический план, определить

направление и формы индивидуальной работы (методы диагностики: собеседование, тестовые упражнения).

Текущий контроль проводится с целью определить степени усвоения обучающимися учебного материала и уровня их подготовленности к занятиям. Этот контроль должен повысить ответственность и заинтересованность обучающихся в усвоении материла. Он позволяет своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения (методы диагностики: собеседование, тестовые упражнения).

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации, обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение, участие в мероприятиях, соревнованиях. На каждом занятии педагог использует взаимоконтроль и самоконтроль (методы диагностики: собеседование, тестовые упражнения).

Формы подведения итогов реализации программы: выполнение контрольных и тестовых нормативов; участие в групповых турнирах; участие в соревнованиях на уровне образовательных учреждений, соревнованиях городского уровня, областного и иного уровня.

Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Наименование модулей	Количество часов	Количество недель в год	Количество часов в год
1	Образовательный модуль «Мы - за здоровый - образ жизни»	16	42	84
2	Образовательный модуль «Гольф-этикет»	32		
3	Образовательный модуль «В здоровом теле гольфиста - здоровый дух»	36		

Основные характеристики модулей 1 года обучения

Первый год обучения является вводным, формирующим первоначальные представления обучающихся об элементах игры мини-гольф, являющихся на данный момент одним из инновационных направлений в физическом развитии. Этот вид спорта одинаково хорошо подходит как для мальчиков, так и для девочек. Добиваться успехов и соревноваться могут представители обоих полов. Задача спортсмена-игрока - забить мячик в лунку как можно точнее своего противника, затратив при этом минимальное количество ударов клюшкой. Данный программный модуль сочетает в себе все необходимые компоненты для мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, формирование потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности, формирование общей культуры начинающего гольфиста.

Образовательный модуль «Мы - за здоровый - образ жизни»

Цель: формирование у обучающихся интереса к физической культуре и спорту через введение в обучение игры мини-гольф.

Задачи

Воспитательные:

- содействовать развитию у обучающихся физических качеств: ловкость, быстрота, выносливость;
- способствовать развитию культуры межличностных отношений в группах.

Развивающие:

- развивать интерес к мини-гольфу;
- развивать коммуникативные навыки: умение слушать и слышать, открытость, терпимость.

Обучающие:

- создать условия для оптимального получения обучающимися информации о правилах безопасного обращения с профессиональным инвентарем, инструментами и материалами;
- познакомить обучающихся с основными понятиями гольф игры, правилами и соревновательными мероприятиями.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:
- правила техники безопасности и приемы владения профессиональным инвентарем;
- названия, условные обозначения и назначение предметов, применяемых в мини-гольфе.

Обучающиеся должны уметь:
- выполнять упражнения по общей физической подготовке;
- понимать задачи, поставленные педагогом, ответственно их выполнять.

Обучающиеся должны получить навыки:
- выполнения упражнений на развитие общих физических качеств;
- выполнения подготовительных упражнений;
- коммуникативного общения в объединении.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «Мы - за здоровый - образ жизни»					
Раздел 1. Спорт и общение в жизни человека					
1	Тема № 1. Введение	2	1	1	Беседа, наблюдение
2	Тема № 2. Самопрезентация	3	1	2	Упражнения, педагогическое наблюдение, самопрезентация
3	Тема № 3. Эффективное общение	3	1	2	Упражнения, большой квест, опрос-беседа
4	Тема № 4. Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни	8	3	5	Соревновательные упражнения, наблюдение
	Итого по модулю:	**16**	**6**	**10**	

Содержание образовательного модуля «Мы - за здоровый образ жизни»

Раздел 1. Спорт и общение в жизни человека

Тема № 1. Введение

Теория. Основные теоретические представления возникновения и развития физической культуры и спорта в России. Значение понятий о физической культуре. Значение занятий физической культурой, распорядок дня, двигательный режим. Российские спортсмены – чемпионы Европы, Олимпийских игр, мира. Гигиена, врачебный контроль, техника безопасности.

Практика. Техника безопасности и правила поведения на занятиях. Режим тренировки. Общие понятия об игре. Репрезентативная игра «Игра полезная здоровью». Игра – освоение «Врачебный контроль и его значение». Общие сведения о правилах игры, организации и проведении соревнований.

Тема № 2. Самопрезентация

Теория. Творческая игра «О себе» - концентрирующая для обучающихся основные сведения о многообразии человеческой индивидуальности; цель и формы

самоопределения; о «природной» и «искусственной» самопрезентации. Структура построения самопрезентации.
Практика. Составление автобиографии. Структура самопрезентации: Приветствие. Знакомство. «Меня зовут…, мне … лет». «Я живу в …., я увлекаюсь…, я люблю, мне нравится…, когда я вырасту…, я мечтаю…, я хочу….». Представление самопрезентаций.

Тема № 3. Эффективное общение

Теория. Характеристика условий для формирования навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме. Конфликты и их роль в жизни подростка.
Практика. Продуктивные упражнения. Работа в альбомах «Пароли эффективного общения», конструктивные и неконструктивные способы общения. Большой квест «Общение – это круто!», работа по станциям «Уважение – ключ к успешному общению», «Доброта и благородство – ключ к успешному общению», «Уверенность в себе – ключ к успешному общению».

Тема № 4. Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни

Теория: Физическая культура и спорт, формирование здорового образа жизни человека. Физическая культура в повседневной жизни. Нормативы ОФП и СФП.
Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств.

Образовательный модуль «Гольф-этикет»

Цель: формирование у обучающихся устойчивого интереса к физическому развитию посредством освоения культуры и этикета игры мини-гольф.

Задачи

Воспитательные:
- содействовать формированию у обучающихся культуры физического здоровья как к высшей человеческой ценности;
- формировать основы гольф этикета.

Развивающие:
- развивать личностные качества обучающихся, способствующих осознанному поведению в коллективном общении;
- содействовать формированию самостоятельной познавательной деятельности.

Обучающие:
- ознакомить обучающихся с правилами безопасного обращения с инвентарем, инструментами и материалами;
- познакомить с теоретическими знаниями гольф-этикета;
- расширить представления правильного положения корпуса, рук, ног при игровых заданиях.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:
- первичные представления об истории возникновения игры;
- правила игры, правила проведения соревнований, основы техники мини-гольфа;
- этикет мини-гольф игры.

Обучающиеся должны уметь:
- слушать и выполнять поставленные педагогом задачи;

Обучающиеся должны получить навыки:
- самостоятельного выполнения двигательных упражнений и нормативных элементов.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «Гольф-этикет»					
Раздел 1. История, правила и гольф подготовка					
1	Тема № 1. История развития гольфа и	3	1	2	Упражнения,

	мини-гольфа				игры
2	Тема № 2. Инвентарь, оборудование, поля для мини-гольфа	3	1	2	Упражнения, игры, беседы
3	Тема № 3. Правила игры в мини-гольф, правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.	10	3	7	Упражнения, собеседование, опрос
4	Тема № 4. Общая физическая подготовка в жизни человека	3	1	2	Упражнения, игры, наблюдение
5	Тема № 5. Нормативы общей физической подготовки	5	1	4	Отработка ударов, наблюдение, рефлексия
Раздел 2. «Я и мое окружение»					
6	Тема № 1. Я и люди	4	1	3	Рефлексивные упражнения, наблюдение, дискуссии
7	Тема № 2. Шаги к успеху. Самооценка	4	1	3	Упражнения, самоанализ, презентация идей
Итого по модулю:		**32**	**9**	**23**	

Содержание образовательного модуля «Гольф-этикет»

Раздел 1. История, правила и гольф подготовка

Тема № 1. История развития гольфа и мини-гольфа

Теория: История возникновения гольфа и мини-гольфа. Мини-гольф за рубежом. Мини-гольф в России, в регионе, городе.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств; подвижные игры.

Тема № 2. Инвентарь, оборудование, поля для мини-гольфа

Теория: Разновидности полей для мини-гольфа. Основной инвентарь и оборудование для мини-гольфа.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств; подвижные игры.

Тема № 3. Правила игры в мини-гольф, правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.

Теория: Основные правила, условия проведения игры мини-гольф. Правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств; подвижные игры.

Тема № 4. Общая физическая подготовка в жизни человека

Теория: Основные понятия необходимости общей физической подготовки для человека. Спектр упражнений по ОФП.

Практика: Отработка упражнений и элементов на развитие общих физических качеств: силовых способностей, гибкости, выносливости, быстроты, точности, ловкости, координации движений. Упражнения и игры на развитие ОФП.

Тема № 5. Нормативы общей физической подготовки

Теория: Режим двигательной активности и нормативы общей физической подготовки.

Практика: Отработка основных нормативов по ОФП: скоростных качеств, силовых качеств, выносливости, координации.

Раздел 2. «Я и мое окружение»

Тема № 1. Я и люди

Теория. Основные составляющие общечеловеческих жизненных ценностей: умение ценить и уважать не только себя, но и окружающих людей; доверие к окружающим; умение находить положительные стороны личности. Потребности общения подростков со сверстниками, с родителями. Современные способы общения подростков.
Практика. Упражнения «Рисунок значимых людей»; совместная игра «Ассоциации», воображаемая игра «Подарок близким», исследовательская игры «Цветные ладони».
Дискуссия на тему «Идеальный, современный и «плохой» подросток». Составление портретов. «Сбор проблематики».

Тема № 2. Шаги к успеху. Самооценка

Теория. Особенностей психологического процесса – самооценка. Понятие - самооценка. Причины завышенной и заниженной самооценки. Оценка личности самого себя. Оценка своих возможностей, качеств.
Практика. Упражнения: «Рисунок по кругу «Несуществующее животное», «Пять Я», «Принимаю себя таким, какой я есть», «Узкий мост». Составление коллажа «Я и я – это ценность». Упражнение «Семь Я», дискуссия и ролевая игра.

Образовательный модуль «В здоровом теле гольфиста - здоровый дух»

Цель: создание условий для раскрытия способностей обучающихся в освоении техники и тактики спортивно-оздоровительных мероприятий.

Задачи

Воспитательные:
- содействовать формированию интереса обучающихся к занятиям мини-гольфом;
- формировать культуру нравственных качеств, уделив внимание активной жизненной позиции.

Развивающие:
- содействовать развитию памяти, внимания, сосредоточенности;
- развивать глазомер, зрительную память, двигательную активность рук и ног.

Обучающие:
- познакомить обучающихся с упражнениями и комплексами, способствующими развитию гибкости и координации движений;
- обеспечить осмысление логичного образного восприятия, физического качественного ведения приемов и техники выполнения гольф ударов.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:
- понятия о технике игры мини-гольф;
- разнообразие нормативов и требований в мини-гольфе;
- тактику и анализ соревновательных мероприятий.

Обучающиеся должны уметь:
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;
- отрабатывать удары по прямой и наклонной поверхности;
- выполнять элементы техники игры.

Обучающиеся должны получить навыки:
- выполнения упражнений с различной позицией рук и ног;
- самостоятельного выполнения упражнений на прицеливание и нанесение ударов.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «В здоровом теле гольфиста - здоровый дух»					
Раздел 1. СФП и техника в мини-гольфе					
1	Тема № 1. Специальная физическая подготовка спортсмена гольфиста	4	1	3	Специальные упражнения, наблюдение

2	Тема № 2. Нормативы специальной физической подготовки мини-гольфиста	4	1	3	Нормативные упражнения, самоанализ
3	Тема № 3. Основные приемы игры в мини-гольф	3	1	2	Упражнения, рефлексия
4	Тема № 4. Техника выполнения гольф ударов	5	1	4	Отработка, технические элементы
5	Тема № 5. Техника удара по прямой поверхности	4	1	3	Упражнения, рефлексия
6	Тема № 6. Техника удара по наклонной поверхности	4	1	3	Упражнения, рефлексия
Раздел 2. Спортивная гольф-практика					
7	Тема № 1. Правила участия в соревнованиях.	9	1	8	Круглый стол, рефлексия
8	Тема № 2. Итоговое занятие	3	1	2	Викторина, контрольные упражнения, беседа
	Итого по модулю:	**36**	**8**	**28**	

Содержание образовательного модуля
«В здоровом теле гольфиста - здоровый дух»

Раздел 1. СФП и техника в мини-гольфе

Тема № 1. Специальная физическая подготовка спортсмена гольфиста

Теория: Специальная физическая подготовка как необходимое требование в подготовке спортсмена гольфиста

Практика: Специальные упражнения для развития гибкости и координации движений. Сила: отработка (имитация) ударов клюшкой. Быстрота: повторение ударов на скорость за 5 с, 10 с, 20 с. Выносливость: повторение ударов длительное время за 3-4 минуты. Расслабляющие упражнения и их значение.

Тема № 2. Нормативы специальной физической подготовки мини-гольфиста

Теория: Разнообразие нормативов и специальные требования к физической подготовки мини-гольфиста

Практика: Отработка основных нормативов специальной физической подготовки мини-гольфиста

Тема № 3. Основные приемы игры в мини-гольф

Теория: Общие понятия о технике игры в мини-гольф. Основные элементы и понятия.

Практика: Упражнения на изучение технических действий. Отработка основных элементов техники игры.

Тема № 4. Техника выполнения гольф ударов

Теория: Общие понятия о технике удара. Основные элементы и понятия: стойка, хват, замах, удар, проводка.

Практика: Отработка основных элементов техники удара: стойка, хват, замах, удар, проводка. Отработка силы и точности удара.

Тема № 5. Техника удара по прямой поверхности

Теория: Понятие, особенность нанесения удара по прямой на различных поверхностях.

Практика: Отработка элементов технического ведения удара по прямой поверхности.

Тема № 6. Техника удара по наклонной поверхности

Теория: Особенности нанесения удара по наклонной поверхности на различных покрытиях.
Практика: Упражнения на отработку техники удара по наклонной поверхности.

Раздел 2. Спортивная гольф-практика

Тема № 1. Правила участия в соревнованиях.
Теория: История соревнований, понятия и основные этапы проведения соревнований. Правила поведения во время игры.
Практика: Тактика участия в соревнованиях, подготовка к участию в соревнованиях и мероприятиях учрежденческого и районного уровня. Анализ игры и соревнований.

Тема № 2. Итоговое занятие
Теория: Просмотр видеороликов, рефлексия, подведение итогов за учебный год.
Практика: Контрольные упражнения и сдача нормативов по ОФП и СФП. Ситуативная беседа с коллективным обсуждением. Тематическая гольф-викторина.

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Название модулей	Количество часов	Количество недель в год	Количество часов в год
1	Образовательный модуль **«Умный спорт - гольф»**	19	42	84
2	Образовательный модуль **«Современный гольфист»**	29		
3	Образовательный модуль **«Мастерство игры в гольф»**	36		

Основные характеристики модулей 2 года обучения

На втором году обучения по программе могут заниматься обучающиеся с разным уровнем физической подготовки, а также ребята с ограниченными физическими возможностями. Работа с обучающимися строится на взаимном сотрудничестве и на основе уважительного отношения к личности ребенка. На занятиях программных модулей данного года обучения особое внимание уделяется технике безопасности при игре в гольф, технике и тактике самой игры мини-гольф, личностному росту каждого обучающегося, коммуникативным траекториям выстраиваний отношений в коллективе. Содержательный материал модулей не ставит целью узкую специализацию по данному виду спорта, а также подготовку спортсменов – профессионалов, предоставляя возможность педагогу моделировать индивидуальные траектории развития личности каждого обучающегося в частности и коллектива в целом; развивая тем самым основные навыки игры в мини-гольф, совершенствуя общую физическую подготовку, формируя молодежную культуру и здоровый образ жизни.

Образовательный модуль «Умный спорт - гольф»

Цель: создание благоприятных условий для развития у обучающихся умственных и физических способностей средствами игры мини-гольф.

Задачи
Воспитательные:
- воспитывать у обучающихся умение сохранять правильную осанку при выполнении ударов с соблюдением игрового темпа;
- обогащать опыт совместной деятельности обучающихся в коллективе.

Развивающие:
- формировать стремления к позитивному саморазвитию, творческой самореализации;
- развивать коммуникативные способности, культуру коллективных отношений.

Обучающие:
- расширить спектр представлений навыков игровых действий мини-гольфа;

- содействовать формированию компетентных знаний об истории и правилах игры мини-гольф.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:

- правила игровых действий во время занятий и соревнований;
- упражнения и приемы, направленные на сохранение и укрепление физического и интеллектуального развития.

Обучающиеся должны уметь:

- аккуратно и ответственно выполнять подготовительные упражнения и основные движения;
- адекватно контролировать свою деятельность

Обучающиеся должны получить навыки:

- выполнения ударов по прямой и наклонной поверхности;
- своевременного и оптимального использования профессионального инвентаря и оборудования.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «Умный спорт - гольф»					
Раздел 1. Шаги к успеху					
1	Тема № 1. Вводное занятие	2	1	1	Тестирование, беседа
2	Тема № 2. Моё здоровье – моё богатство	4	1	3	Упражнения, собеседование
3	Тема № 3. Выбор профессии – мой путь к успеху	5	2	3	Упражнения, тест-рисунок
4	Тема № 4. Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни	8	2	6	Упражнения, игры
	Итого по модулю:	**19**	**6**	**13**	

Содержание образовательного модуля «Умный спорт - гольф»

Раздел 1. Шаги к успеху

Тема № 1. Вводное занятие

Теория: Техника безопасности и правила поведения на занятиях. Режим тренировки. Общие понятия о видах спорта; необходимости личного включения в спортивную жизнь для сохранения и укрепления здоровья. Важность спорта для крепкого здоровья. Основные составляющие моральной и психологической подготовки спортсмена-гольфиста. Врачебный контроль и его роль в мини-гольфе. Общие сведения о правилах игры, организации и проведении соревнований в различных погодных и территориальных условиях.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств.

Тема № 2. Моё здоровье – моё богатство

Теория. Классификация жизненных ценностей и ориентиров здорового образа жизни. Понятие здоровье. Определение здоровья как главной жизненной ценности человека.

Практика. Упражнения. Просмотр социальных видеороликов. Игра-имитация «Спорт и здоровое питание – ключ к успеху (пропаганда ЗОЖ).

Тема № 3. Выбор профессии – мой путь к успеху

Теория. Основные понятия о мире профессий и их особенностях. Расширение имеющихся представлений. Роль профессии в жизни человека. Имитационная игра «Деловой театр» для оптимизации правильного выбора будущей профессии, формирования общей готовности к самоопределению, активизации темы выбора будущей профессии.

Практика. Имитационная игра «Определяйся» для выявления профессиональных интересов и склонностей обучающихся. Игра-воображение «Составление карты успеха». Тест-рисунок «Профессии в моей семье».

Тема № 4. Физическая культура, спорт, здоровый образ жизни

Теория: Значение физической культуры и спорта для формирования здорового образа жизни человека. Физическая культура в повседневной жизни. Нормативы ОФП и СФП. Гольф как вид спорта, значение и отличительны от других видов спорта составляющие.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств. Подвижные игры.

Образовательный модуль «Современный гольфист»

Цель: совершенствование техники и тактики игры в мини-гольф.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать у обучающихся умение проявлять положительные личностные качества, основанные на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи;
- формировать основы воспитания самоорганизации, умений работать самостоятельно и в команде.

Обучающие:

- способствовать точному выполнению технических и тактических движений, сравнивая их с эталонными;
- знакомить с простейшими основами судейства и ее специфики.

Развивающие:

- развивать у обучающихся меткость и координацию посредством мини-гольфа;
- укрепление здоровья и работоспособности.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:

- правила гольф игры и приемы физической подготовки;
- способы «индивидуальной защиты» и в условиях угрозы психическому здоровью.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять технические и тактические приемы и движения;
- соединять отдельные движения и прицеливание;
- грамотно выполнять технику игры с препятствиями.

Обучающиеся должны получить навыки:

- распределения нагрузки и организацию отдыха;
- управления эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми в игровой и соревновательной деятельности.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «Современный гольфист»					
Раздел 1. История и правила					
1	Тема № 1. История развития гольфа и мини-гольфа	5	1	4	Упражнения, игры
2	Тема № 2. Инвентарь и оборудование для мини-гольфа	4	1	3	Упражнения, опрос
3	Тема № 3. Правила игры в мини-гольф, правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.	8	1	7	Упражнения, игры, наблюдение
Раздел 2. Общая физическая подготовка					
4	Тема № 1. Общая физическая подготовка в жизни человека	6	1	5	Упражнения, наблюдение

5	Тема № 2. Нормативы общей физической подготовки	6	1	5	Упражнения, наблюдение
Итого по модулю:		**29**	**5**	**24**	

Содержание образовательного модуля «Современный гольфист»

Раздел 1. История и правила

Тема № 1. История развития гольфа и мини-гольфа

Теория: Закрепление знаний о гольфе и мини-гольфе; развития мини-гольфа за рубежом, В России, регионе, городе. Аукцион-зачет «Азбука гольфиста».

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств. Подвижные игры.

Тема № 2. Инвентарь и оборудование для мини-гольфа

Теория: Разновидности полей для мини-гольфа. Основной инвентарь и оборудование для мини-гольфа.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств.

Тема № 3. Правила игры в мини-гольф, правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.

Теория: Основные правила мини-гольфа. Правила проведения соревнований. Этикет гольфиста.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств. Подвижные игры, имитационные соревнования «Путь к победе».

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Тема № 1. Общая физическая подготовка в жизни человека

Теория: Значение и составляющие общей физической подготовки.

Практика: Упражнения на развитие общих физических качеств: силовых способностей, гибкости, выносливости, быстроты, точности, ловкости, координации движений. Упражнения и игры на развитие ОФП.

Тема № 2. Нормативы общей физической подготовки

Теория: Режим двигательной активности. Современные нормативы общей физической подготовки.

Практика: выполнение и отработка основных нормативов по ОФП: скоростных качеств, силовых качеств, выносливости, координации.

Образовательный модуль «Мастерство игры в гольф»

Цель: укрепление здоровья обучающихся, содействие гармоничному физическому и психическому развитию через мини-гольф игру.

Задачи:

Воспитательные:

- содействовать пониманию роли и значения занятий гольфом в формировании личностных качеств;
- воспитывать у обучающихся активную позицию по сохранению и укреплению физического и эмоционального здоровья.

Обучающие:

- формировать навыки точного выполнения основных ударов и умений определения качества их исполнения;
- актуализировать знания обучающихся об учебно-тренировочных действиях;
- создать условия для презентации обучающимися личных успехов на соревновательных мероприятиях.

Развивающие:

- содействовать формированию самостоятельной познавательной деятельности;
- развивать спортивный вкус, активную жизненную позицию, стремление к личным и коллективным достижениям.

Предметные результаты

Обучающиеся должны знать:

- приемы самоорганизации, технику и тактику выполнения гольф ударов;
- основы подготовки и ключевые составляющие соревновательных мероприятий.

Обучающиеся должны уметь:
- самостоятельно организовывать личное рабочее пространство, оснащая необходимым инвентарем и материалами;
- освоить технику ведения игры с препятствиями и без в соревновательных мероприятиях.

Обучающиеся должны получить навыки:
- распределения нагрузки и организацию отдыха;
- управления эмоциями в игровой и соревновательной деятельности.

№ п/п	Наименование модулей, разделов, тем	Трудоемкость (количество часов)			Формы контроля (аттестации)
		всего	теория	практика	
Образовательный модуль «Мастерство игры в гольф»					
Раздел 1. Специальная физическая подготовка					
1	Тема № 1. Специальная физическая подготовка спортсмена гольфиста	4	1	3	Упражнения, рефлексия
2	Тема № 2. Нормативы специальной физической подготовки мини-гольфиста	3	1	2	Упражнения, тесты
Раздел 2. Техника игры в мини-гольф					
3	Тема № 1. Приемы и техника игры в мини-гольф	5	1	4	Упражнения, игровые элементы, опрос
4	Тема № 2. Основные этапы техники удара	5	1	4	Комплексы упражнений, беседа
5	Тема № 3. Техника удара по прямой поверхности	4	1	3	Упражнения, наблюдения, анализ
6	Тема № 4. Техника удара по наклонной поверхности	4	1	3	Упражнения, наблюдения, анализ
Раздел 3. Спортивная практика					
7	Тема № 1. Правила участия в соревнованиях	10	1	9	Соревнования, рефлексия
8	Тема № 2. Итоговое занятие	1	-	1	Контрольные упражнения, анализ, подведение итогов
	Итого по модулю:	**36**	**7**	**29**	

Содержание образовательного модуля «Мастерство игры в гольф»

Раздел 1. Специальная физическая подготовка

Тема № 1. Специальная физическая подготовка спортсмена гольфиста

Теория: Специальная физическая подготовка как необходимое требование в подготовке спортсмена гольфиста.

Практика: Специальные упражнения для развития гибкости и координации движений. Сила: отработка (имитация) ударов клюшкой. Быстрота: повторение ударов на скорость за

5 с, 10 с, 20 с. Выносливость: повторение ударов длительное время за 3-4 минуты. Расслабляющие упражнения и их значение.

Тема № 2. Нормативы специальной физической подготовки мини-гольфиста

Теория: Разнообразие нормативов, специальные требования к физической подготовки мини-гольфиста.

Практика: Отработка основных нормативов специальной физической подготовке спортсмена-гольфиста: техника, точность, сила, скорость удара.

Раздел 2. Техника игры в мини-гольф

Тема № 1. Приемы и техника игры в мини-гольф

Теория: Общие понятия о технике игры в мини-гольф. Основные элементы и составляющие.

Практика: Упражнения на изучение технических действий. Отработка основных элементов техники игры.

Тема № 2. Основные этапы техники удара

Теория: Общие понятия о технике удара. Основные элементы и понятия: стойка, хват, замах, удар, проводка.

Практика: Упражнения на отработку основных элементов техники удара: стойка, хват, замах, удар, проводка. Мини-соревнования для демонстрации приобретённой техники нанесения ударов.

Тема № 3. Техника удара по прямой поверхности

Теория: Основные понятия об особенностях выполнения удара по прямой на различных поверхностях.

Практика: Упражнения на отработку техники удара по прямой поверхности.

Тема № 4. Техника удара по наклонной поверхности

Теория: Основные понятия об особенностях выполнения удара по наклонной поверхности на различном покрытии.

Практика: Упражнения на отработку техники удара по наклонной поверхности.

Раздел 3. Спортивная практика

Тема № 1. Правила участия в соревнованиях.

Теория: Основные понятия, составляющие, этапы проведения соревнований и соревновательных мероприятий.

Практика: Правила поведения во время игры. Тактика участия в соревнованиях. Участие в мероприятиях учрежденческого и районного уровня. Анализ игры и соревнований.

Тема № 2. Итоговое занятие

Практика: Подведение итогов за учебный год общих и личных. Контрольные упражнения и сдача нормативов по ОФП и СФП.

Примечание: количество учебных часов, тем занятий носит рекомендательный характер с учетом возрастных особенностей обучающихся. Но в обязательном порядке должно быть обеспечено общее количество учебных часов в год.

Организационно – педагогические условия (методическое обеспечение) модульной программы

Образовательные модули общеобразовательной общеразвивающей модульной программы «Растем здоровыми» реализуются, через теоретические и практические занятия по освоению обучающимися игры мини-гольф. Занятия проводятся с помощью различных организационных *форм обучения:*

- групповая форма обучения – оптимально создаёт условия для соперничества во время занятий, а также воспитывает чувство взаимопомощи при выполнении упражнений;
- индивидуальная форма обучения, при которой обучающиеся получают задания и работают самостоятельно, что предоставляет возможность воспитывать у них чувство самоконтроля и творческого подхода к занятиям. При таком варианте ведения занятий, педагог может дозировать индивидуальную нагрузку для каждого обучающегося;

- фронтальная форма обучения позволяет педагогу одновременно контролировать выполнение задания всеми обучающимися, так как одно и то же упражнение выполняется всеми одновременно.

Постоянная двигательная активность обучающихся во время игр, тренировок, отработки движений, ударов, поз, улучшает их общее физическое состояние, закаляет не только организм, но и нервную систему. Игра в мини – гольф помогает научиться сосредотачиваться, 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.

Процесс обучения

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

Методическое обеспечение: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модульная программа, календарно–тематическое планирование, конспекты занятий, программных мероприятий, специальная литература, методические пособия, видеоматериалы, фотоматериалы, электронные документы, таблицы, схемы, контрольно-нормативные требования.

Методы обучения, используемые по программе

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

2. Практические методы. Используются для закрепления полученных знаний и развития физических способностей. По данной программе активно используется игровой метод.

Методы и технологии обучения

Для достижения поставленной в данной программе цели и получения ожидаемого результата 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.

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 - помогают появлению желания обучающегося работать над собой и способствуют осуществлению задуманного; способствую повышению самооценки и самоконтроля.

Формы проведения занятий: стандартные учебные занятия; тренировочные занятия; спортивные праздники; мини – турниры; мастер – классы; занятия-соревнования; занятия – игры; проектные занятия.

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. визуальная форма, кинестетическая форма. При помощи всех трех форм обучения педагог может наилучшим образом передать информацию обучающимся. Задача состоит в том, чтобы выбрать то, на что лучше всего реагирует воспитанник.

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

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

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

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

Стадии обучения:

1. Познавательная - начинающий сначала старается понять "задачу" и ее требования. На этой стадии очень важны вербальное обучение и демонстрации;

2. Ассоциативная – в процессе которой 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;

3. Автономная - в результате тренировки происходит автоматизация двигательного действия, которое перестает требовать дополнительного внимания.

Тренировка 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. 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.

В данной программе особое внимание уделено психологической составляющей обучающихся. 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 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.

Современные образовательные технологии

Здоровьесберегающие технологии:

На занятиях осуществляются коррекционно-оздоровительный комплекс посредством элементов гимнастики. Упражнения общей физической подготовки (ОФП), дыхательная гимнастика, подвижные и спортивные игры, релаксация. Так же обучающиеся по программе получают навыки оказания первой медицинской помощи.

Компетентностно - ориентированные технологии: метод проектов; обучение в сотрудничестве; индивидуальный и дифференцированный подход к обучению; технологии коллективной творческой деятельности; игровые технологии.

Информационные технологии: поиск информации; оформление проектов и сценариев.

Формы работы с родителями:

профессиональная помощь родителям, сотрудничество педагога и родителей в воспитании учащихся; родительские собрания; проведение совместных турниров и праздников; открытые занятия; проектная деятельность; акции; индивидуальные беседы с родителями.

Организация воспитательной работы

Воспитательная работа педагога ориентирована на все возрастные группы обучающихся и коллектив родителей. Игра в мини-гольф – занятие коллективное. И если коллектив с удовольствием занимается и отдыхает, то его неформальное общение считается «здоровым». А если родители и дети стремятся совместно посмотреть соревнования и поучаствовать в них, а также привлечь в свой круг новых знакомых – то это подтверждает успешное развитие объединения. Основными исполнителями мероприятий воспитательной работы являются педагоги, обучающиеся и родители. При планировании работы учитываются традиционные, муниципальные, региональные мероприятия, связанные с юбилейными и государственными датами. Воспитательная работа педагога отражает необходимый обществу и государству социальный заказ на воспитание личности с активной жизненной позицией.

Кадровое обеспечение

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования с учетом квалификационных требований и профессиональных стандартов. Педагог осуществляет дополнительное образование обучающихся в соответствии с направленностью своей образовательной программы. В ходе реализации программы, при необходимости, возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

М*атериально-техническое обеспечение*:

Материально-техническое обеспечение включает в себя необходимый набор спортивного инвентаря и оборудования с учетом особенностей образовательного процесса, а также специфики игры в мини-гольф: помещение в виде спортивного или актового зала либо игровая площадка для мини-гольфа любого формата, либо аудитория с оптимальным освещением (в соответствии с СП 2.4.3648-20 № 28 от 28 сентября 2020 г.); учебный кабинет с мульти медиа аппаратурой; соответствующая возвратным особенностям обучающихся мебель; необходимый спортивный инвентарь; игровые дорожки не менее 9 шт., лунки с препятствиями необходимых конфигураций; клюшки и мячи для гольфа в соответствии с количеством обучающихся в группе.

Информационное обеспечение модульной программы
Список литературы

1. Жеребко Д.С., Корольков А.Н. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (выпуск 6). Москва. 2013. С. 67-68.
2. Галлахер Б., Уилсон М. Гольф для начинающих/ Перевод Т. Новиковой. Фаир-Пресс. Москва. 2005. 192 с.
3. Никитушкин В.Г., Корольков А.Н., Кулькова И.В. Повышение результативности в гольфе методом сенсорной изоляции. М.: Спортивный психолог, 2013. 45 с.
4. Корольков А.Н. Анализ чувства усилия при игре в мини-гольф // Теория и практика физической культуры (выпуск 1). Москва. 2012. С. 54-56.
5. Макгимпси К. Гольф: история мяча. — Перевод с английского Михаила Гребнева под общей редакцией Алексея Николова, ИД «Анатолия». Москва. 2006. 526 с.
6. Корольков А.Н. Закономерности формирования двигательного навыка у юных игроков в мини-гольф // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (выпуск 6). Москва. 2011. С. 36-37.
7. Корольков А.Н. Некоторые дидактические особенности усвоения игровых действий в гольфе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (выпуск 6). Москва. 2012. С. 40-43.
8. Корольков А.Н, Никитушкин ВТ. Объем, интенсивность и направленность тренировочных нагрузок в гольфе // II Всероссийская конференция с междунар. участ. «Теория и методика физической культуры и спорта: наследие основоположников и перспективы развития», РГУФКСМиТ, Москва, 27-29 мая 2014 г. - С. 69-71.
9. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф: монография / под ред. А.Н. Королькова, В. В. Верченова. Воронеж, 2014. 403 с.
10. Корольков А.Н., Фесенко В.А. Педагогические принципы обучения гольфу и мини-гольфу в школьном возрасте / Научно-практический форум «Оздоровление нации средствами физической культуры и спорта», 8 ноября 2012 г., Самара. - С. 119-126.
11. Никитушкин ВТ. Методы отбора в игровые виды спорта / В.Г. Никитушкин, В.П. Губа. - М.: [ИКА], 1998. 284 с.
12. Результаты антропологического мониторинга игроков в гольф высокой квалификации / Ю.И. Бурлаков и [и др.] // Вестник Челябинского государственного университета: образование и здравоохранение. - 2014. -№ 1. - С. 57-62.

Приложение № 1

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей модульной программы «Растем здоровыми»

Год	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь				Июль				Август				Количество учебных часов	Количество недель
№ недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		
1 год	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	*	*	*	*	*	*	84	42
2 год	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	*	*	*	*	*	*	84	42

*Дни отпуска педагога