

«Мини-гольф как внеурочная деятельность спортивно-оздоровительного направления»

Прокофьева Елена Анатольевна,
учитель физической культуры
ГБОУ ООШ №12 пос. Шмидта
г.о. Новокуйбышевск

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Программа внеурочной деятельности учащихся «Мини-гольф» по целевой и содержательной направленности является **спортивно-оздоровительной**, и предназначена для развития двигательных задатков детей в новых видах физкультурно-спортивной деятельности.

Программа **актуальна**, поскольку является комплексной, вариативной, предполагает формирование двигательных качеств, оценки физического развития и овладение здоровьесберегающими технологиями.

Факторы, определяющие актуальность предлагаемого вида деятельности:

- Снижение уровня здоровья и физической подготовленности учащихся.
- Снижение интереса в средних и старших классах к традиционным формам и системам физического воспитания.
- Недостаточная образованность учащихся и их родителей в сфере физической культуры, что ограничивает их возможности перейти к целенаправленному улучшению своего здоровья, организации здорового образа жизни.

Гольф как вид спорта относится к классу индивидуальных спортивных игр. Индивидуальность заключается в том, что игра в гольф происходит без контактного противодействия сопернику. Примерами таких видов спорта могут быть теннис, стрельба, боулинг, керлинг, шахматы и т.п.

Цель игры в гольф – послать с площадки ти (стартовой зоны) мяч в лунку ударом, либо серией ударов клюшкой в соответствии с правилами. Минимальная игровая ситуация (игровое действие) в гольфе состоит в ударе клюшкой по мячу.

Количество ударов, затраченных для поражения определенного количества лунок (как правило, 18-ти), обычно является критерием для определения победителя соревнований по гольфу.

Таким образом, гольф - это вид спорта, в котором по определенным правилам сопоставляются моторные, координационные, психические и интеллектуальные качества спортсменов.

Новизна педагогического опыта определяется несколькими обстоятельствами:

- цель и содержание программы на основе вида спорта - гольф являются новыми, ранее не рассматриваемыми в системе общего образования, по той причине, что гольф как вид спорта и досуговой деятельности еще не получил широкого развития в нашей стране;
- гольф как вид спорта включен в программу Олимпийских игр, что требует развития массовости при занятиях этим видом спорта и, с другой стороны, популярностью этого вида спорта как части общемировой физической культуры во многих государствах;
- сопряженность с содержанием основной части предмета физическая культура и содержанием с другими обязательными предметами школьного курса: биология, физика, история и обществоведение также является новой в этой учебной программе.

Цель программы на основе вида спорта – мини-гольф: формирование физической культуры личности учащегося, включая физическую культуру здоровья, физическую культуру тела и физическую культуру движений. Достижение цели должно обеспечивать необходимый уровень физического совершенства и здоровья учащихся общеобразовательных учреждений для активного их включения в разнообразные формы здорового образа жизни, использовании ценностей физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Задачи программы на основе вида спорта-мини-гольф:

1) понимание роли и значения занятий гольфом в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития спортивных игр, спорта и олимпийского движения;

3) освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

4) формирование первичных навыков совершения игровых действий в гольфе, расширение и углубление знаний об истории, цели и правилах игры.

Эти задачи должны решаться через вовлечение в процесс оздоровления детей как можно больше учащихся, учителей, родителей, медицинских работников, а также администрацию, привлечение внешних партнеров; грамотное и профессиональное решение задач по организации и реализации учебного процесса, внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Программа «Мини-гольф» является адаптированной и основана на учебной программе по предмету «Физическая культура» для общеобразовательных учреждений на основе вида спорта-гольф. Авторы: Корольков А.Н., Жеребко Д.С., Яковлев Б.А.

Особенностью данной программы является то, что она является **общедоступной** для детей любого возраста. Занятия мини-гольфом **не имеют медицинских противопоказаний**, к ним допускаются учащиеся с подготовительной и специальными группами здоровья. Организовать занятия по мини-гольфу можно в **любое время учебного процесса** (как на перемене, в качестве физкультминутки, так и во внеурочной деятельности).

Как показывает практика и данные проведённых опросов занимающихся, внедрение мини-гольфа вызывает положительную мотивацию к спортивно-оздоровительной деятельности, большой интерес и желание заниматься физкультурой и спортом. Привлекают школьников не только занятия в рамках внеурочной деятельности, но также и занятия в клубе выходного дня «Здоровье-это мы!», где ребята вместе со своими родителями наращивают свои профессиональные способности в мини-гольфе. Включение в образовательный процесс новых технологий – это и новизна, и успех, для тех ребят, кто не нашел себя пока в других видах спорта. За последние два года у школьников ГБОУ ООШ № 12 накопилось 5 побед в областных чемпионатах по мини-гольфу и 14 побед на уровне города.

Таким образом, можно сделать вывод, что новый вид спорта - мини-гольф содействуют изменению негативного отношения к спортивно-оздоровительной деятельности; способствуют сохранению и укреплению здоровья молодёжи, являются действенным средством повышения уровня физической активности.