

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №2
Василеостровского района Санкт-Петербурга**

Программа принята
на педагогическом совете
протокол № 1
от "30" августа 2018 г.

Утверждена
Директор ГБОУ СОШ № 2
Е.В. Поздняков
Приказ от 30.08.2018 г. № 103



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«БАДМИНТОН»**

Возраст учащихся: 6 -15 лет
Срок реализации программы: 3 года

Разработчик программы:
Ланцева Любовь Олеговна
тренер-преподаватель

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Бадминтон» является модифицированной и имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

По уровню освоения программа является **углублённой**.

Актуальность программы заключается в том, что в ней отражены общие принципы поддержания и преумножения здоровья детей и подростков.

Согласно концепции развития содержания образования в области физической культуры, основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека.

В рамках дополнительного образования активное освоение данной деятельности позволяет обучающимся не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Занятия бадминтоном:

1. способствуют повышению двигательной активности, развитию быстроты реакции, выдержки, а также специальных спортивно-технических навыков.
2. способствуют развитию и совершенствованию у детей основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости, формированию различных навыков, мышления, укрепления внутренних органов и зрения.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Бадминтон», как средство физического воспитания, находит широкое применение в различных звеньях физкультурного движения. Бадминтон - одна из популярных спортивных игр, получившая широкое распространение во всем мире. Главное, что определяет удельный вес бадминтона в системе физического воспитания, заключается в его ценности как комплексного средства физического развития.

Новизна программы:

Бадминтон - лично-командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнера. Различные функции каждого члена команды обязывают играющих постоянно взаимодействуют друг с другом для достижения общей цели, что имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, умения подчинять свои действия интересам коллектива. В тоже время коллективность действий предполагает раскрытие и умение использовать индивидуальные творческие возможности. Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости удара в цель на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

По данной программе могут заниматься обучающиеся, отнесённые к основной, подготовительной группе здоровья и обучающиеся специальной медицинской группы, имеющие медицинский допуск к занятиям по бадминтону. Бадминтон увлекает и мальчиков и девочек, так как:

- 1) способствует повышению двигательной активности;
- 2) способствует развитию двигательных качеств: ловкости, гибкости, быстроты, специальной выносливости, повышает функциональные возможности организма, развивает глазомер, точность, быстроту реакции;
- 3) экипировка и инвентарь не требуют больших материальных затрат.

Адресат программы: Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Бадминтон» разработана для учащихся 1-7 классов, впервые изучающих спортивную игру «Бадминтон». Программа рассчитана на три года обучения.

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей через привитие навыков здорового образа жизни посредством игры в бадминтон, а так же воспитание моральных и волевых качеств воспитанников, содействие развитию чувства товарищества и взаимопомощи.

Задачи программы:

Обучающие

- 1) вооружение знаниями по истории развития бадминтона, правилам игры;
- 2) обучение воспитанников технике игры;
- 3) обучение новым двигательным действиям, для использования их в прикладных целях;
- 4) повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;
- 5) привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям по данному виду спорта, в спортивные секции;
- 6) обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- 7) развивать необходимые физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);
- 8) обучать правильному выполнению упражнений.

Развивающие

- 1) профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- 2) укрепление связок нижних и верхних конечностей;
- 3) повышение резервных возможностей организма.
- 4) способствовать укреплению здоровья;
- 5) содействовать гармоничному физическому развитию;
- 6) развивать двигательных способностей детей;
- 7) создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.п.

Воспитательные

- 1) развитие двигательных физических качеств и способностей: быстроты, ловкости, быстроты реакции, специальной и общей выносливости, гибкости, точности, меткости;
- 2) воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- 3) повышение и воспитание у обучающихся устойчивой мотивации к занятиям по бадминтону;

Условия реализации программы

- ✓ Возраст от 6 до 15 лет;
- ✓ Оптимальная наполняемость групп 15 человек;
- ✓ Учебный процесс предполагает групповые формы учебных занятий;
- ✓ Продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Данная программа направлена на приобретение обучающимися теоретических сведений о бадминтоне, овладение приемами техники и тактики игры, приобретения навыков участия в ней и организации самостоятельных занятий.

В ходе изучения предлагаемой программы обучающиеся приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Программа предусматривает изучение избранного вида спорта по следующим разделам:

- 1) Общие основы бадминтона. основы знаний по избранному виду спорта;
- 2) Основы техники и тактики бадминтона. технические приёмы спортивной игры «Бадминтон»;
- 3) Методика обучения технике игры.
- 4) Методика обучения основам тактики игры.
- 5) Основы физической подготовки в бадминтоне.
- 6) Организация и методика проведения занятий по бадминтону. общая физическая подготовка и специальная подготовка бадминтониста.

Ожидаемые результаты в итоге освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Бадминтон»:

Предметные:

учащиеся узнают:

- 1) об истории появления бадминтона, развитие бадминтона в нашей стране;
- 2) о терминологии технических приёмов игры (подач, ударов);
- 3) об официальных правилах бадминтона;
- 4) о гигиенических требованиях, предъявляемых к инвентарю, одежде занимающегося;

учащиеся овладеют:

- 1) основными действиями и приемами игры в бадминтон.

учащиеся научатся:

- 1) соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма во время игры в бадминтон

учащиеся смогут:

- 1) принимать участие во внутришкольных и городских соревнованиях по бадминтону;
- 2) завоевывать призовые места по результатам соревнований по бадминтону;

Метапредметные:

- 1) обучающиеся узнают о бадминтоне как средстве организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек;
- 2) получают представление о понимании культуры движений человека, о постижении жизненно важных двигательных умений.

Личностные:

- 1) научатся бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- 2) научатся проявлять доброжелательность и отзывчивость по отношению к другим при совместной игровой деятельности.
- 3) осознают готовность отвечать за результаты собственной деятельности в процессе обучения.

Формы подведения итогов по результатам освоения программы по годам обучения:

1 год: Участие во внутренних и районных соревнованиях, выполнение юношеских разрядов.

2 год: Участие в районных, городских соревнованиях, выполнение юношеских спортивных разрядов.

3 год: Участие в районных, городских, всероссийских соревнованиях, выполнение юношеских спортивных разрядов.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	0	Техника безопасности в с/зале
	Основы знаний	2	2	0	
2.	Понятие о технике и тактике игры	1	1	0	Устный опрос
3.	Основные положения правил игры в бадминтон	1	1	0	Устный опрос
4.	Поддачи	24	2	22	Контрольные нормативы
5.	Перемещения	30	2	28	Наблюдение
6.	Высокодалёкий удар	24	2	22	Контрольные нормативы
7.	Игра на сетке	12	2	10	Контрольные нормативы
8.	Плоские и укороченные удары	26	2	24	Контрольные нормативы

9.	Учебно-тренировочные игры	20	2	18	Соревнования
10	Судейство игр	3	1	2	Наблюдение
	Итого:	144	18	126	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	1	1	0	Техника безопасности в с/зале
2.	Понятие о различных стилях игры	3	3	0	Устный опрос
3.	Основные положения правил судейства соревнований	1	1	0	Устный опрос
4.	Укороченные подачи	17	1	16	Контрольные нормативы
5.	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	26	2	24	Контрольные нормативы
6.	Шесть точек перемещения по корту	32	2	30	Наблюдение
7.	Силовой атакующий удар (смэш)	22	1	21	Контрольные нормативы
8.	Игра на сетке: подставки и переводы	12	2	10	Контрольные нормативы
9.	Учебно-тренировочные игры	20	0	20	Соревнования
10	Судейство игр	10	2	8	Наблюдение
	Итого:	144	15	129	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	0	Техника безопасности в с/зале
2.	Понятие о тактических схемах игры	3	3	0	Устный опрос
	Основные положения правил организации соревнований	1	1	0	Устный опрос

4.	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	21	1	20	Контрольные нормативы
5.	Подачи в парной игре	18	1	17	Контрольные нормативы
6.	Плоские и укороченные удары в парной игре	26	1	25	Контрольные нормативы
7.	Игра на сетке: добивки и подреки	12	1	11	Контрольные нормативы
8.	Основные стили перемещения по корту	32	3	29	Наблюдение
9.	Учебно-тренировочные игры	20	0	20	Соревнования
10	Судейство игр	10	1	9	Наблюдение
	Итого:	144	13	132	

4. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01 сентября	30 мая	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01 сентября	30 мая	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
3 год	01 сентября	30 мая	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа 1-го года обучения

Задачи

- владение знаниями о технике базовых элементов;
- достижение физической готовности к выполнению основных элементов игры;

Результаты

- владеть техникой выполнения базовых элементов игры, владеть специальной терминологией;
- обладать определенными физическими качествами (скоростью, выносливостью, ловкостью)

Календарно-тематическое планирование 1-го года обучения

№	Тема занятия	Количес тво часов	Даты занятий	
			План	Факт
п\п				
1	Вводное занятие. Понятие о технике и тактике игры. Основные положения правил игры в бадминтон	2		
2	Высокодалёкий удар	2		
3	Перемещения	2		
4	Высокодалёкий удар	2		
5	Подачи	2		
6	Перемещения	2		
7	Игра на сетке	2		
8	Перемещения	2		
9	Подачи	2		
10	Высокодалёкий удар	2		
11	Подачи	2		
12	Высокодалёкий удар	2		

13	Подачи	2		
14	Перемещения	2		
15	Высокодалёкий удар	2		
16	Перемещения	2		
17	Подачи	2		
18	Перемещения	2		
19	Подачи	2		
20	Плоские и укороченные удары	2		
21	Перемещения	2		
22	Высокодалёкий удар	2		
23	Подачи	2		
24	Перемещения	2		
25	Подачи	2		
26	Учебно-тренировочные игры	2		
27	Подачи	2		
28	Перемещения	2		
29	Плоские и укороченные удары	2		
30	Подачи	2		
31	Высокодалёкий удар	2		
32	Перемещения	2		
33	Плоские и укороченные удары	2		
34	Подачи	2		
35	Высокодалёкий удар	2		
36	Учебно-тренировочные игры	2		
37	Плоские и укороченные удары	2		
38	Подачи	2		

39	Плоские и укороченные удары	2		
40	Перемещения	2		
41	Плоские и укороченные удары	2		
42	Учебно-тренировочные игры	2		
43	Перемещения	2		
44	Учебно-тренировочные игры	2		
45	Перемещения	2		
46	Игра на сетке	2		
47	Плоские и укороченные удары	2		
48	Судейство игр	2		
49	Учебно-тренировочные игры	2		
50	Перемещения	2		
51	Плоские и укороченные удары	2		
52	Перемещения	2		
53	Судейство игр	2		
54	Учебно-тренировочные игры	2		
55	Высокодалёкий удар	2		
56	Перемещения	2		
57	Плоские и укороченные удары	2		
58	Высокодалёкий удар	2		
59	Плоские и укороченные удары	2		
60	Высокодалёкий удар	2		
61	Учебно-тренировочные игры	2		
62	Плоские и укороченные удары	2		
63	Высокодалёкий удар	2		
64	Игра на сетке	2		

65	Плоские и укороченные удары	2		
66	Игра на сетке	2		
67	Плоские и укороченные удары	2		
68	Учебно-тренировочные игры	2		
69	Игра на сетке	2		
70	Учебно-тренировочные игры	2		
71	Игра на сетке	2		
72	Учебно-тренировочные игры	2		

Содержание первого года обучения

1. Подачи

- техника выполнения подачи открытой стороной ракетки;
- техника выполнения подачи закрытой стороной ракетки;

2. Перемещения

- перемещения вперёд с выходом на сетку;
- перемещения влево и вправо;
- перемещения назад;
- возвращение в центр, восстановительный шаг.

3. Высоко далёкий удар

- техника выполнения высокодалёкого удара;

4. Игра на сетке

- ознакомление с техникой игры на сетке: подставки, переводы, добивки.

5. Плоские и укороченные удары

- укороченный на сетку;
- плоский по линии;

6. Учебно-тренировочные игры

- отработка навыков одиночной игры;
- отработка взаимодействия в парной игре.

7. Судейство игр

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

Контрольные упражнения (тесты)

Развиваемое физическое качество	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 6 с)	Бег на 30 м (не более 6,5 с)
Координация	Челночный бег 6х5 (не более 12 с)	Челночный бег 6х5 (не более 13,5 с)

Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 165 см)	Прыжок в длину с места (не менее 152 см)
	Метание волана (не менее 5 м)	Метание волана (не менее 4 м)

Рабочая программа 2-го года обучения

Задачи

- владение знаниями о технике продвинутых элементов;
- достижение физической готовности к выполнению продвинутых элементов игры;

Результаты

- владеть техникой выполнения продвинутых элементов игры, владеть специальной терминологией;
- обладать определенными физическими качествами (скоростью, выносливостью, хлесткостью)

Календарно-тематическое планирование 2-го года обучения

№	Тема занятия	Количество часов	Даты занятий	
			План	Факт
п\п				
1	Вводное занятие. Учебно-тренировочные игры	2		
2	Укороченные подачи	2		
3	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
4	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
5	Учебно-тренировочные игры	2		
6	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
7	Учебно-тренировочные игры	2		
8	Шесть точек перемещения по корту	2		

9	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
10	Шесть точек перемещения по корту	2		
11	Укороченные подачи	2		
12	Шесть точек перемещения по корту	2		
13	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
14	Шесть точек перемещения по корту	2		
15	Укороченные подачи	2		
16	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
17	Укороченные подачи	2		
18	Понятие о различных стилях игры	2		
19	Шесть точек перемещения по корту	2		
20	Судейство игр	2		
21	Учебно-тренировочные игры	2		
22	Шесть точек перемещения по корту	2		
23	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
24	Судейство игр	2		
25	Укороченные подачи	2		
26	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
27	Шесть точек перемещения по корту	2		
28	Учебно-тренировочные игры	2		
29	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
30	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
31	Шесть точек перемещения по корту	2		
32	Судейство игр	2		
33	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
34	Шесть точек перемещения по корту	2		

35	Учебно-тренировочные игры	2		
36	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
37	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
38	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
39	Шесть точек перемещения по корту	2		
40	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
41	Учебно-тренировочные игры	2		
42	Шесть точек перемещения по корту	2		
43	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
44	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
45	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
46	Укороченные подачи	2		
47	Шесть точек перемещения по корту	2		
48	Судейство игр	2		
49	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
50	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
51	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
52	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
53	Шесть точек перемещения по корту	2		
54	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
55	Учебно-тренировочные игры	2		
56	Судейство игр	2		
57	Основные положения правил судейства соревнований. Учебно-тренировочные игры	2		
58	Игра на сетке: подставки и переводы	2		
59	Силовой атакующий удар (смэш)	2		

60	Учебно-тренировочные игры	2		
61	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
62	Укороченные подачи	2		
63	Шесть точек перемещения по корту	2		
64	Учебно-тренировочные игры. Понятие о различных стилях игры	2		
65	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
66	Силовой атакующий удар (смэш)	2		
67	Укороченные подачи	2		
68	Укороченные подачи	2		
69	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
70	Шесть точек перемещения по корту	2		
71	Плоские и укороченные удары: кистевая игра	2		
72	Шесть точек перемещения по корту	2		

Содержание обучения

1. Укороченные подачи

- техника выполнения подачи открытой стороной ракетки;
- техника выполнения подачи закрытой стороной ракетки;

2. Шесть точек перемещения по корту

- перемещения вперёд влево и вправо с выходом на сетку;
- перемещения влево и вправо;
- перемещения назад влево и вправо;
- возвращение в центр, восстановительный шаг.

3. Силовой атакующий удар (смэш)

- техника выполнения силового атакующего удара;

4. Игра на сетке: подставки и переводы

- совершенствование техники игры на сетке: подставки, переводы, добивки.

5. Плоские и укороченные удары: кистевая игра

- укороченный на сетку;
- плоский по линии;

6. Учебно-тренировочные игры

- отработка навыков одиночной игры;
- отработка взаимодействия в парной игре.

7. Судейство игр

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

Контрольные упражнения (тесты)

Развиваемое физическое качество	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,1 с)	Бег на 30 м (не более 5,9 с)
Координация	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с (не менее 16 раз)	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с (не менее 12 раз)
	Челночный бег 6х5 (не более 11 с)	Челночный бег 6х5 (не более 12 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 195 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
	Метание волана (не менее 6,5 м)	Метание волана (не менее 5,5 м)
Скоростная выносливость	Бег 400 м (не менее 1мин.20с.)	Бег 400 м (не менее 1мин.50с.)
Техническое мастерство	Обязательная техническая подготовка	
Количество точно выполненных технических приемов	Высокая подача, 9	
	Короткая подача, 8	
	Укороченный удар, 9	
	Высокий удар, 8	
	Смэш, 7	
	Прием подачи в передней зоне, 6	
	Прием смэша в задней зоне, 6	
	Прием смэша в передней зоне, 6	

Рабочая программа 3-го года обучения

Задачи

- владение знаниями о различных игровых стилях;
- достижение физической готовности к игре во всех стилях;

Результаты

- владеть техникой реализации основных стилей игры, владеть специальной терминологией;
- обладать определенными физическими качествами (скоростью, точностью, хлесткостью)

Календарно-тематическое планирование 3-го года обучения

№	Тема занятия	Количество во часов	Даты занятий	
			План	Факт
п\п				
1	Учебно-тренировочные игры	2		
2	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
3	Основные стили перемещения по корту	2		
4	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
5	Учебно-тренировочные игры	2		
6	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
7	Учебно-тренировочные игры	2		
8	Игра на сетке: добивки и подреки	2		
9	Основные стили перемещения по корту	2		
10	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
11	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
12	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		

13	Игра на сетке: добивки и подреки	2		
14	Подачи в парной игре	2		
15	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
16	Подачи в парной игре	2		
17	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
18	Понятие о тактических схемах игры	2		
19	Судейство игр	2		
20	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
21	Учебно-тренировочные игры	2		
22	Основные стили перемещения по корту	2		
23	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
24	Игра на сетке: добивки и подреки	2		
25	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
26	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
27	Основные стили перемещения по корту	2		
28	Судейство игр	2		
29	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
30	Учебно-тренировочные игры	2		
31	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
32	Основные стили перемещения по корту	2		
33	Судейство игр	2		
34	Основные стили перемещения по корту	2		
35	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		

36	Учебно-тренировочные игры	2		
37	Основные стили перемещения по корту	2		
38	Подачи в парной игре	2		
39	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
40	Основные стили перемещения по корту	2		
41	Учебно-тренировочные игры	2		
42	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
43	Основные стили перемещения по корту	2		
44	Подачи в парной игре	2		
45	Основные стили перемещения по корту	2		
46	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
47	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
48	Судейство игр	2		
49	Подачи в парной игре	2		
50	Основные стили перемещения по корту	2		
51	Подачи в парной игре	2		
52	Основные стили перемещения по корту	2		
53	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		
54	Основные стили перемещения по корту	2		
55	Учебно-тренировочные игры	2		
56	Судейство игр	2		
57	Основные положения правил организации соревнований	2		
58	Основные стили перемещения по корту	2		
59	Игра на сетке: добивки и подреки	2		

60	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
61	Учебно-тренировочные игры	2		
62	Игра на сетке: добивки и подреки	2		
63	Подачи в парной игре	2		
64	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
65	Игра на сетке: добивки и подреки	2		
66	Учебно-тренировочные игры	2		
67	Основные стили перемещения по корту	2		
68	Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)	2		
69	Подачи в парной игре	2		
70	Основные стили перемещения по корту	2		
71	Подачи в парной игре	2		
72	Плоские и укороченные удары в парной игре	2		

Содержание 3-го года обучения

1. Подачи в парной игре
 - техника выполнения короткой подачи в парной игре;
 - техника выполнения высокой подачи в парной игре;
2. Основные стили перемещения по корту
 - шаговый стиль;
 - скрестный шаг;
 - прыжковый стиль;
 - вспомогательные шаги (стартовый, восстановительный).
3. Высокодалёкий удар закрытой ракеткой (бэкхенд)
 - техника выполнения высокодалёкого удара закрытой ракеткой;
4. Игра на сетке: добивки и подреки
 - совершенствование техники игры на сетке: подставки, переводы, добивки.
5. Плоские и укороченные удары в парной игре
 - укороченный на сетку в центр;
 - плоский по «карманам»;
5. Учебно-тренировочные игры
 - отработка навыков одиночной игры;

- отработка взаимодействия в парной игре.
- 6. Судейство игр
- отработка навыков судейства школьных соревнований.

Контрольные упражнения (тесты)

Развиваемое физическое качество	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,1 с)	Бег на 30 м (не более 5,9 с)
Координация	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с (не менее 16 раз)	Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с (не менее 12 раз)
	Челночный бег 6х5 (не более 11 с)	Челночный бег 6х5 (не более 12 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 195 см)	Прыжок в длину с места (не менее 185 см)
	Метание волана (не менее 6,5 м)	Метание волана (не менее 5,5 м)
Скоростная выносливость	Бег 400 м (не менее 1мин.20с.)	Бег 400 м (не менее 1мин.50с.)
Техническое мастерство	Обязательная техническая подготовка	
Количество точно выполненных технических приемов	Высокая подача, 9	
	Короткая подача, 8	
	Укороченный удар, 9	
	Высокий удар, 8	
	Смэш, 7	
	Прием подачи в передней зоне, 6	
	Прием смэша в задней зоне, 6	
	Прием смэша в передней зоне, 6	

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Каждое занятие должно быть интересным, увлекательным и полезным, для этого на занятиях педагог использует разные средства обучения. Также педагог чередует различные двигательные виды деятельности, такие как: ходьба, бег, прыжки, кувырки, приседания, отжимания. Упражнения подбираются в соответствии с оздоровительными и воспитательными задачами. Применяются игровые ситуации.

1. Физическая подготовка.

Специализированный процесс совершенствования двигательных способностей, направленных на повышение уровня функциональных возможностей занимающихся. Общая физическая подготовка (ОФП) направлена на разностороннее физическое развитие обучающихся.

2. Игровые уроки.

Игровой способ проведения упражнений, подвижные игры и эстафеты - прекрасное средство повышения эмоционального состояния учащихся, развитие физических качеств, проверки степени овладения теми или иными двигательными навыками. Игры и эстафеты можно успешно проводить на занятиях с группами различной технической подготовленности.

материально-технического обеспечения

1. Рабочие программы
2. Сетка бадминтонная
3. Ракетки
4. Воланы
5. Спортивный зал игровой
6. Подсобное помещение для хранения инвентаря

Принципы работы педагогического коллектива:

Каждый ребенок требует индивидуального подхода, повышенного количества тепла и внимания, поэтому реализация этой программы возможна на основе следующих принципов:

- целенаправленность учебного процесса ;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность развития природных данных;

- доступность учебного материала;
- учет возрастных физических и технологических возможностей;
- результативность обучения;
- комфортная эмоциональная среда на занятиях.

Формы и методы обучения

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- практический (непосредственно выполнение движений и комбинаций учениками)
- наглядный (показ движений и комбинаций педагогом)
- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.)
- работа по образцу (ученики стараются исполнить движения, так как это показал педагог).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания
- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию

- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске новых технических и тактических приемов и комбинаций, решение поставленной задачи совместно с педагогом
- исследовательский – самостоятельная работа учащихся

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях.

- в качестве основного метода используется групповой метод работы
- в некоторых случаях (как то отработка технических элементов) приходится обращаться к индивидуальному методу работы

Наиболее распространенные *формы* проведения занятий:

- занятие
- учебно-тренировочные игры
- соревнования
- мастер-класс

Работа с родителями

Наши родители - безусловные помощники и единомышленники. Невозможно организовывать результативный образовательный процесс без поддержки родителей. Раз в год проводится общее родительское собрание. Инициатива родителей всегда приветствуется и не остается без внимания.

Результативность освоения данной программы осуществляется через использование разнообразных способов проверки:

- текущий контроль знаний, умений и навыков в процессе практической работы на занятиях;
- тематический контроль умений и навыков;
- итоговый контроль умений, знаний и навыков при анализе итоговой работы.

Формы подведения итогов: сдача контрольных нормативов по физической, специальной и технико-тактической подготовке, контрольные игры, соревнования различного уровня и турниры.

На протяжении всего процесса обучения юные бадминтонисты учатся правильно анализировать и оценивать свою работу. Их оценочная деятельность предусматривает следующие этапы:

- оценка педагога;
- совместная оценка обучающегося и педагога;
- самооценка.

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия.	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса.	Вид и форма контроля, форма предъявления результата.
1	Общие основы бадминтона, ПП и ТБ Правила игры и методика судейства	Групповая, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Входной зачетные игры внутри группы, команды тестирование по правилам игры
2	Физическая культура и спорт в России.	Групповая, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, тесты викторина объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Зачет, зачетные игры внутри группы, команды тестирование по двигательным возможностям организма у ребят, физических способностей
3	Общефизическая подготовка.	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, группах тренировки	Тестирование, карточки судьи, протоколы
4	Специальная подготовка.	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, команде	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, группах, командное взаимодействие тренировки, наглядный показ педагогом.	Зачет, тестирование, контрольные игры
5	Техническая подготовка волейболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, в команде	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в группе, команде тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная	Зачет, тестирование, учебная игра, контрольные игры, соревнование

			игра.	
6	Тактическая подготовка волейболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах,	Словесный, объяснение, беседа, практические и теоретические занятия, упражнения в группе, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Зачет, тестирование, учебная игра, контрольные игры, соревнование
7	Игровая подготовка	В группах, в команде	практические занятия, упражнения в группах. Учебная игра.	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование
8	Участие в соревнованиях по бадминтону	В команде	практические занятия, игры Судейство в школьных соревнованиях по бадминтону.	Итоговые игры на результат. Классификация соревнований и турниров по бадминтону.

Обеспечение программы методической продукцией

I. Теоретические материалы - разработки

- Инструкции по охране труда на занятиях бадминтоном.
- Положение о проведении школьного турнира по бадминтону.
- Тесты по физической, технической подготовленности, по ОФП

II. Дидактические материалы

- Видео ряд и презентации упражнений по бадминтону.
- Презентации общеразвивающих упражнений для разминки
- Схемы и плакаты освоения технических приемов по бадминтону.
- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»
- «Правила игры в бадминтон».
- Видеозаписи выступлений учащихся.

- «Правила судейства по бадминтону».
- Регламент проведения турниров по бадминтону различных уровней.

III. Методические рекомендации

- Рекомендации по организации безопасного ведения игры бадминтон
- Рекомендации по организации подвижных игр.
- Рекомендации по организации турниров по бадминтону.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, РЕСУРСОВ

I. Для учителей

1. Галицкий А. Азбука бадминтона: учебное пособие / А. Галицкий, О.Мар-ков. – М.: ФиС, 1987.
2. Киселёв П.А. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам / П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – М.: Глобус, 2008.
3. Рыбаков Д. Основы спортивного бадминтона / Д. Рыбаков, М. Штильман. – М.: ФиС, 1982.
4. Смирнов Ю.Н. Бадминтон: учебное пособие для институтов физической культуры / Ю.Н. Смирнов. – М.: 1989.
5. <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/6642163/> Приказ Министерства образования и науки РФ.
6. <http://www.obadmintone.ru>.
7. <http://spo.1september.ru/urok/index.php?SubjectID=240170>.

II. Для учащихся

1. Лившиц В.Я. Бадминтон для всех / В.Я. Лившиц. – М.: ФиС, 1988.