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

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
протокол от 28.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказ от 28.08.2026 № 139
Директор _____ Е.В. Поздняков

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Бадминтон»

Срок освоения: 1 год (36 недель)
Объём программы: 144 часа
Возраст обучающихся: 6–17 лет

Разработчик:
Ланцева Любовь Олеговна,
тренер-преподаватель

Санкт-Петербург
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Бадминтон» (далее — Программа) разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами и методическими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 № 3894-р);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге» (в редакции распоряжения от 25.03.2025 № 310-р);
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей (Министерство просвещения Российской Федерации, 2023);
- методические рекомендации «Проектирование дополнительных общеразвивающих программ» (Комитет по образованию Санкт-Петербурга, ГБНОУ «СПб ГДТЮ», 2022);
- Устав и локальные нормативные акты ГБОУ средней школы № 2 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

Основные характеристики программы

Направленность программы — физкультурно-спортивная.

Адресат программы. Программа адресована обучающимся в возрасте от 6 до 17 лет, имеющим медицинский допуск к занятиям бадминтоном, и реализуется в четырёх возрастных группах: 6–8 лет, 9–11 лет, 12–14 лет, 15–17 лет. Для каждой группы разработаны отдельная рабочая программа и календарно-тематический план с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Актуальность программы. Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования и детско-юношеского спорта: Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и Концепция развития детско-юношеского спорта до 2030 года определяют приоритетом повышение доступности занятий физической культурой и спортом и развитие школьного спорта. Бадминтон — олимпийский вид спорта, доступный детям любого возраста и уровня подготовленности: экипировка и инвентарь не требуют больших материальных затрат, а занятия возможны в любом школьном спортивном зале.

Программа отвечает социальному заказу общества и запросам семьи: родители заинтересованы в регулярной двигательной активности детей в безопасных условиях школы, в том числе в выходные дни. Программа учитывает региональные потребности Санкт-Петербурга в развитии школьного спорта и физкультурно-массовой работы: обучающиеся участвуют во внутришкольных и районных соревнованиях по бадминтону.

Программа ориентирована на образовательные потребности детей и подростков в движении, игре и общении и решает актуальные проблемы ребёнка: недостаток двигательной активности, низкий уровень развития координации и быстроты реакции, нагрузку на зрение — слежение за летящим воланом тренирует глазные мышцы и расширяет поле зрения. Парная игра учит согласовывать свои действия с действиями партнёра.

Отличительные особенности программы. Программа переработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон» ГБОУ СОШ № 2 (разработчик — Л.О. Ланцева). Содержание трёх лет обучения исходной программы распределено по возрастным группам: группа 9–11 лет осваивает базовые элементы (содержание 1-го года), группа 12–14 лет — продвинутые элементы (2-й год), группа 15–17 лет — игровые стили и тактические схемы (3-й год); для группы 6–8 лет содержание 1-го года адаптировано и дополнено подвижными играми. Каждая группа занимается по своей рабочей программе в течение одного года.

Уровень освоения программы — общекультурный.

Объём и срок освоения программы. Срок освоения — 1 год (36 учебных недель). Объём программы для каждой возрастной группы — 144 академических часа (72 занятия по 2 академических часа, 2 раза в неделю). Продолжительность академического часа — 45 минут.

Цель и задачи программы

Цель программы — освоение обучающимися 6–17 лет техники и тактики игры в бадминтон в соответствии с возрастом и развитие физических качеств средствами бадминтона.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить с историей бадминтона, терминологией технических приёмов, правилами игры и судейства;
- обучить технике подач, перемещений по корту, ударов по волану и игры у сетки в объёме, соответствующем возрасту;
- обучить тактике одиночной и парной игры;
- научить играть в бадминтон по правилам и судить учебные игры.

Развивающие:

- развить быстроту, ловкость, координацию, гибкость и выносливость;
- развить глазомер, точность и быстроту реакции;
- сформировать навыки самоконтроля и профилактики травм.

Воспитательные:

- воспитать дисциплинированность, честность в игре, уважение к сопернику, партнёру и судье;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и потребность в здоровом образе жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы — государственный язык Российской Федерации — русский.

Форма обучения — очная.

Особенности реализации программы. Сетевая форма, модульный принцип и дистанционные образовательные технологии не используются.

Возможность обучения детей с ОВЗ и детей-инвалидов. Программа не является адаптированной. Заниматься по программе могут обучающиеся основной и подготовительной медицинских групп, а также специальной медицинской группы при наличии медицинского допуска к занятиям бадминтоном.

Условия набора на обучение. На обучение принимаются все желающие в возрасте от 6 до 17 лет при наличии медицинской справки (заключения) о допуске к занятиям бадминтоном. Обучающиеся зачисляются в группу в соответствии с возрастом. Предварительный отбор не проводится; в течение года возможен дополнительный набор при наличии свободных мест. Наполняемость группы — 15 человек.

Формы организации и проведения занятий.

- форма организации занятий — аудиторная: занятия проводятся в спортивном зале школы;
- формы проведения занятий: учебно-тренировочное занятие, игровое занятие, круговая тренировка, беседа с просмотром видеозаписей, учебно-тренировочная игра, контрольное занятие, соревнования, мастер-класс, открытое занятие;
- формы организации деятельности обучающихся на занятии: фронтальная, групповая, в парах, индивидуальная, поточная (круговая).

Особенности организации образовательного процесса. Занятия проводятся 2 раза в неделю — в субботу и воскресенье: группа 6–8 лет — 14.30–16.00; группа 9–11 лет — 16.00–17.30; группа 12–14 лет — 17.30–19.00; группа 15–17 лет — 19.00–20.30. Каждое занятие включает подготовительную, основную и заключительную части. Теоретический материал излагается в начале занятия или по ходу практической части в форме короткой беседы, объяснения и показа. В течение года проводятся соревнования внутри групп, школьные соревнования по бадминтону, итоговые открытые занятия, на которые приглашаются родители (законные представители); по желанию обучающиеся участвуют в районных соревнованиях. Занятия, выпадающие на нерабочие праздничные дни, переносятся на дни осенних и весенних школьных каникул (2 дополнительных занятия), что позволяет выполнить объём программы до 31 мая.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель), имеющий высшее или среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта и соответствующий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Материально-техническое оснащение.

Вид оснащения	Перечень
Помещения	игровой спортивный зал с разметкой бадминтонных кортов; подсобное помещение для хранения инвентаря; раздевалки
Оборудование	бадминтонные стойки и сетки с регулируемой высотой; гимнастические скамейки; гимнастические маты
Спортивный инвентарь	бадминтонные ракетки (в том числе облегчённые для группы 6–8 лет); воланы; скакалки; эспандеры кистевые; резиновые мячи; фишки (конусы); обручи
Приборы и инструменты	секундомер, свисток, рулетка, разметка для челночного бега 6×5 м
Технические средства обучения	ноутбук, проектор (экран), аудиосистема
Программное обеспечение и ЭОР	программа для просмотра презентаций и видеозаписей; видеоряд и презентации упражнений по бадминтону; видеозаписи игр

Планируемые результаты

Предметные:

- знание истории бадминтона, терминологии технических приёмов, правил игры и судейства, гигиенических требований к инвентарю и одежде;
- выполнение подач, перемещений, ударов по волану и игры у сетки в объёме, соответствующем возрасту;
- применение тактических действий в одиночной и парной игре;
- умение играть в бадминтон по правилам и судить учебные игры.

Метапредметные:

- прирост показателей физической подготовленности по результатам контрольных нормативов;
- умение оценивать игровую ситуацию и быстро принимать решение;
- умение контролировать своё самочувствие и соблюдать правила профилактики травматизма.

Личностные:

– дисциплинированность, честность в игре, доброжелательность и уважение к партнёру, сопернику и судье;
– бережное отношение к своему здоровью, устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план составлен для каждой возрастной группы. Последовательность и названия разделов едины для всех групп; распределение часов и содержание разделов определяются возрастом обучающихся и раскрываются в рабочих программах.

Учебный план. Группа 6–8 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о бадминтоне	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая и специальная физическая подготовка	40	2	38	педагогическое наблюдение
4	Подачи	16	1	15	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
5	Перемещения по корту	20	1	19	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
6	Удары по волану	24	2	22	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Игра у сетки	8	1	7	педагогическое наблюдение
8	Учебно-тренировочные игры и судейство	20	1	19	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**12**	**132**	

Учебный план. Группа 9–11 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о бадминтоне	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая и специальная физическая подготовка	28	2	26	педагогическое наблюдение
4	Подачи	20	1	19	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
5	Перемещения по корту	20	1	19	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
6	Удары по волану	28	2	26	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Игра у сетки	12	1	11	педагогическое наблюдение
8	Учебно-тренировочные игры и судейство	20	1	19	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**12**	**132**	

Учебный план. Группа 12–14 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о бадминтоне	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая и специальная физическая подготовка	24	1	23	педагогическое наблюдение
4	Подачи	16	1	15	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
5	Перемещения по корту	24	1	23	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
6	Удары по волану	32	3	29	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Игра у сетки	12	1	11	педагогическое наблюдение
8	Учебно-тренировочные игры и судейство	20	2	18	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**13**	**131**	

Учебный план. Группа 15–17 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о бадминтоне	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая и специальная физическая подготовка	20	1	19	педагогическое наблюдение
4	Подачи	16	1	15	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
5	Перемещения по корту	24	2	22	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
6	Удары по волану	32	2	30	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Игра у сетки	12	1	11	педагогическое наблюдение
8	Учебно-тренировочные игры и судейство	24	2	22	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**13**	**131**	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Группа	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Учебных недель	Количество занятий	Количество часов	Режим занятий
6–8 лет	19.09.2026	30.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 14.30–16.00
9–11 лет	19.09.2026	30.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 16.00–17.30
12–14 лет	19.09.2026	30.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 17.30–19.00
15–17 лет	19.09.2026	30.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 19.00–20.30

Обучение начинается 15.09.2026; первое занятие — в субботу 19.09.2026, последнее — 30.05.2027. Занятия проводятся в течение учебного года, включая каникулярное время. В нерабочие праздничные дни, приходящиеся на субботу и воскресенье (02.01.2027, 03.01.2027, 01.05.2027, 09.05.2027), занятия не проводятся; для выполнения объёма программы в период школьных каникул проводятся 2 дополнительных занятия в то же время по расписанию каждой группы: 28.10.2026 (среда, осенние каникулы) и 31.03.2027 (среда, весенние каникулы). Промежуточная аттестация — 27.12.2026, итоговая аттестация — 22.05.2027, итоговое открытое занятие — 30.05.2027.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 6–8 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 6–8 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю (суббота, воскресенье, 14.30–16.00) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

С учётом возраста ведущим является игровой метод; в течение занятия предусматриваются смена видов деятельности и динамические паузы, нагрузка дозируется с учётом быстрой утомляемости детей. Используются облегчённые ракетки, пониженная сетка и уменьшенная площадка. Обучающиеся осваивают хват ракетки, подбивание волана, высокую подачу, высокий удар, перемещения по корту и играют в мини-бадминтон по упрощённым правилам.

Структура занятия: подготовительная часть (15 мин) — построение, разминка в игровой форме; основная часть (60 мин) — упражнения с ракеткой и воланом, подвижные игры, учебная игра; заключительная часть (15 мин) — игры малой подвижности, подведение итогов.

Цель и задачи

Цель: Формирование у детей 6–8 лет интереса к занятиям бадминтоном и начальных навыков владения ракеткой и воланом через подвижные игры и игровые упражнения.

Обучающие задачи:

- познакомить в доступной форме с бадминтоном, инвентарём, главными правилами игры и правилами поведения в зале;
- обучить хвату ракетки, подбиванию волана, высокой подаче, высокому удару и удару снизу, подставке у сетки;
- обучить перемещениям по корту;
- научить играть в мини-бадминтон по упрощённым правилам.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию и гибкость;
- развить глазомер, внимание и быстроту реакции.

Воспитательные задачи:

- воспитать дисциплинированность, доброжелательное отношение к партнёрам и соперникам;
- сформировать интерес к занятиям бадминтоном и привычку к режиму дня.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; входная диагностика физической подготовленности и владения ракеткой.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о бадминтоне (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: что такое бадминтон; ракетка и волан, форма для занятий; правила поведения в зале; история бадминтона в доступной форме, бадминтон в России; главные правила игры (корт, сетка, счёт); гигиена и режим дня.

Практика: рассматривание инвентаря, иллюстраций и видеороликов, беседа; викторина «Юный бадминтонист».

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка (40 ч: теория — 2 ч, практика — 38 ч)

Теория: зачем нужна зарядка; как развиваются ловкость и быстрота.

Практика: строевые и общеразвивающие упражнения; ходьба и бег в разных направлениях; прыжки через скакалку, прыжки боком через линию и скамейку; упражнения на гибкость, равновесие и координацию; упражнения для кисти и предплечья; челночный бег, упражнения на реакцию; полоса препятствий; круговая тренировка; подвижные игры «Салки», «Совушка», «Пятнашки», «Два Мороза», «Попади в цель», «День и ночь», «Запрещённое движение»; эстафеты с воланом и мячом; весёлые старты с ракеткой и воланом; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Подачи (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: что такое подача.

Практика: высокая подача открытой стороной ракетки с близкого расстояния, через пониженную сетку, из правой и левой зоны подачи; подача в парах; игровые задания «Попади в зону», «Кто точнее».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 5. Перемещения по корту (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: как правильно двигаться по корту.

Практика: стойка, приставные шаги; перемещения вперёд к сетке, назад, влево и вправо; возвращение в центр корта; перемещения с фишками, с имитацией ударов, в парах «Тень»; эстафеты с перемещениями.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 6. Удары по волану (24 ч: теория — 2 ч, практика — 22 ч)

Теория: хват ракетки; высокий удар открытой стороной ракетки.

Практика: подбивание волана открытой и закрытой стороной ракетки на месте и в движении; удар сверху у стены; удары по волану в парах и через пониженную сетку; высокий удар в заднюю часть корта; удар снизу; игра в паре «Волан не падает».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Игра у сетки (8 ч: теория — 1 ч, практика — 7 ч)

Теория: что такое игра у сетки.

Практика: подставка волана у сетки, в том числе в парах; игровое задание «Перекинь через сетку».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Учебно-тренировочные игры и судейство (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: правила игры в мини-бадминтон.

Практика: игра через пониженную сетку; игра «Волан над сеткой» в парах; учебные игры на уменьшенной площадке, один на один и в парах, с заданиями; соревнования «Весёлый волан»; турнир «Маленький бадминтонист».

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательные игры, турнир группы, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает, что такое бадминтон, главные правила игры и правила поведения в зале;
- правильно держит ракетку, подбивает волан, выполняет высокую подачу, высокий удар и удар снизу, подставку у сетки;
- перемещается по корту приставными шагами и возвращается в центр;
- играет в мини-бадминтон по упрощённым правилам.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных упражнениях;
- выполняет упражнения по показу и инструкции, быстро реагирует на сигналы.

Личностные:

- соблюдает дисциплину, доброжелательно относится к партнёрам и соперникам;
- проявляет интерес к занятиям бадминтоном.

Календарно-тематический план. Группа 6–8 лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 14.30–16.00. Обучение — с 15.09.2026 по 30.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия 28.10.2026 и 31.03.2027 (среда, школьные каникулы) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале. Знакомство с программой и инвентарём. Входная диагностика	0	2	2	входная диагностика
2	20.09.26		2	Что такое бадминтон. Ракетка и волан, форма для занятий, правила поведения в зале	1	1	2	опрос
3	26.09.26		3	Зачем нужна зарядка. Строевые и общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	27.09.26		6	Как держать ракетку. Хват ракетки, подбивание волана на месте	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	03.10.26		5	Как правильно двигаться по корту. Стойка, приставные шаги	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	04.10.26		8	Правила игры в мини-бадминтон. Игра через пониженную сетку	1	1	2	учебная игра
7	10.10.26		4	Что такое подача. Высокая подача открытой стороной ракетки	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	11.10.26		3	Подвижные игры «Салки», «Совушка»	0	2	2	педагогическое наблюдение
9	17.10.26		3	Ходьба и бег в разных направлениях, с изменением скорости	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	18.10.26		6	Подбивание волана открытой и закрытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	24.10.26		7	Что такое игра у сетки. Подставка волана у сетки	1	1	2	педагогическое наблюдение
12	25.10.26		5	Перемещения вперёд к сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		8	Игра «Волан над сеткой» в парах	0	2	2	учебная игра
14	31.10.26		3	Прыжки на одной и двух ногах, через скакалку	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	01.11.26		4	Высокая подача с близкого расстояния	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	07.11.26		6	Подбивание волана в движении	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	08.11.26		3	Эстафеты с воланом и мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	14.11.26		5	Перемещения назад	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	15.11.26		8	Учебная игра на уменьшенной площадке	0	2	2	учебная игра
20	21.11.26		2	История бадминтона в доступной форме. Бадминтон в России	1	1	2	опрос
21	22.11.26		3	Упражнения на гибкость и равновесие	0	2	2	педагогическое наблюдение
22	28.11.26		6	Удар сверху: имитация и выполнение у стены	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
23	29.11.26		4	Высокая подача через пониженную сетку	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	05.12.26		3	Подвижные игры «Пятнашки», «Два Мороза»	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	06.12.26		5	Перемещения влево и вправо	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	12.12.26		8	Соревнования внутри группы «Весёлый волан»	0	2	2	соревнования
27	13.12.26		3	Упражнения для кисти и предплечья: вращения, упражнения с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	19.12.26		6	Удары по волану в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	20.12.26		7	Подставка волана у сетки в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
30	26.12.26		3	Челночный бег, рывки по сигналу	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	27.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	09.01.27		4	Игровое задание «Попади в зону»	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	10.01.27		5	Возвращение в центр корта	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	16.01.27		8	Учебная игра с заданием на подачу	0	2	2	учебная игра
35	17.01.27		6	Высокий удар открытой стороной ракетки	1	1	2	педагогическое наблюдение
36	23.01.27		3	Как развиваются ловкость и быстрота. Полоса препятствий	1	1	2	педагогическое наблюдение
37	24.01.27		2	Главные правила игры: корт, сетка, счёт	1	1	2	опрос
38	30.01.27		3	Подвижные игры с метанием: «Попади в цель» (метание волана)	0	2	2	педагогическое наблюдение
39	31.01.27		6	Игра в паре «Волан не падает»	0	2	2	педагогическое наблюдение
40	06.02.27		5	Игровые задания на перемещения с фишками	0	2	2	педагогическое наблюдение
41	07.02.27		8	Учебная игра один на один	0	2	2	учебная игра
42	13.02.27		4	Подача в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	14.02.27		3	Прыжки боком через линию и гимнастическую скамейку	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	20.02.27		3	Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
45	21.02.27		6	Удар снизу открытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	27.02.27		7	Игровое задание «Перекинь через сетку»	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	28.02.27		5	Перемещения с имитацией ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
48	06.03.27		8	Учебная игра в парах	0	2	2	учебная игра
49	07.03.27		3	Подвижные игры «День и ночь», «Запрещённое движение»	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	13.03.27		4	Высокая подача из правой и левой зоны подачи	0	2	2	зачёт по технике
51	14.03.27		6	Удары по волану через пониженную сетку	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
52	20.03.27		3	Упражнения на координацию с фишками	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	21.03.27		5	Перемещения в парах «Тень»	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	27.03.27		8	Учебная игра с заданием на перемещения	0	2	2	учебная игра
55	28.03.27		2	Гигиена и режим дня юного спортсмена. Викторина «Юный бадминтонист»	1	1	2	викторина
56	31.03.27		3	Эстафеты с элементами бадминтона	0	2	2	педагогическое наблюдение
57	03.04.27		6	Высокий удар в заднюю часть корта	0	2	2	педагогическое наблюдение
58	04.04.27		4	Подача в игре «Кто точнее»	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	10.04.27		3	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
60	11.04.27		5	Эстафеты с перемещениями по корту	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	17.04.27		8	Турнир внутри группы «Маленький бадминтонист»	0	2	2	соревнования
62	18.04.27		3	Подвижные игры по выбору обучающихся	0	2	2	педагогическое наблюдение
63	24.04.27		6	Подбивание волана на время	0	2	2	зачёт по технике
64	25.04.27		7	Совершенствование игры у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	02.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	08.05.27		4	Совершенствование высокой подачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	15.05.27		5	Совершенствование перемещений	0	2	2	зачёт по технике
68	16.05.27		8	Учебная игра по упрощённым правилам	0	2	2	учебная игра
69	22.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
70	23.05.27		6	Совершенствование ударов в игровых заданиях	0	2	2	педагогическое наблюдение
71	29.05.27		3	Весёлые старты с ракеткой и воланом	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	30.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: турнир группы, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**12**	**132**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 9–11 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 9–11 лет, впервые изучающих бадминтон. Занятия проводятся 2 раза в неделю (суббота, воскресенье, 16.00–17.30) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Содержание соответствует первому году обучения исходной программы: обучающиеся осваивают подачи открытой и закрытой стороной ракетки, перемещения по корту, высокодалёкий, укороченный и плоский удары, знакомятся с игрой на сетке, учатся играть в одиночном и парном разряде и судить учебные игры.

Структура занятия: подготовительная часть (15–20 мин) — построение, разминка, подвижная игра; основная часть (55–60 мин) — техника, учебная игра; заключительная часть (10–15 мин) — восстановительные упражнения, подведение итогов.

Цель и задачи

Цель: Освоение обучающимися 9–11 лет базовых элементов техники игры в бадминтон и развитие физических качеств, необходимых для игры.

Обучающие задачи:

- познакомить с историей бадминтона, терминологией технических приёмов, основными положениями правил игры;
- обучить высокодалёкой и короткой подаче, перемещениям по корту, высокодалёкому, укороченному и плоскому ударам, игре на сетке;
- научить играть в одиночном и парном разряде и судить учебные игры.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию, прыгучесть и выносливость;
- развить глазомер и быстроту реакции;
- сформировать навыки самоконтроля на занятиях.

Воспитательные задачи:

- воспитать дисциплинированность, честность в игре, уважение к сопернику и судье;
- сформировать устойчивый интерес к бадминтону и здоровому образу жизни.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; входная диагностика физической подготовленности и владения ракеткой.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о бадминтоне (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: история бадминтона, развитие бадминтона в России; правила поведения и техника безопасности; понятие о технике и тактике игры, терминология технических

приёмов; основные положения правил игры; гигиена, режим дня, требования к инвентарю и одежде.

Практика: викторина; разбор правил на корте.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка (28 ч: теория — 2 ч, практика — 26 ч)

Теория: влияние физических упражнений на организм; самоконтроль на занятиях.

Практика: общеразвивающие упражнения; бег 30 м, старты; челночный бег 6×5 м; прыжки через скакалку и боком через гимнастическую скамейку; упражнения для кисти и предплечья; акробатические упражнения; метание волана на дальность; подвижные игры и эстафеты; круговая тренировка; упражнения на реакцию и выносливость; спортивные игры; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Подачи (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: техника подачи.

Практика: высокодалёкая подача открытой стороной ракетки в заднюю зону, из правой и левой зоны; короткая подача открытой и закрытой стороной ракетки; подача в заданную зону; сочетание высокой и короткой подачи; приём подачи.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 5. Перемещения по корту (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: основная стойка, хват ракетки, виды шагов.

Практика: перемещения вперёд с выходом к сетке, влево и вправо, назад; возвращение в центр, восстановительный шаг; перемещения с имитацией ударов, по сигналу, в парах «Тень», в игровых упражнениях.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 6. Удары по волану (28 ч: теория — 2 ч, практика — 26 ч)

Теория: техника высокодалёкого удара; техника укороченного удара.

Практика: высокодалёкий удар у стены, в парах, через сетку, после перемещения назад, в заднюю зону; укороченный удар на сетку; плоский удар по линии; удары снизу открытой и закрытой стороной ракетки; сочетание ударов в игровых упражнениях.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Игра у сетки (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: игра на сетке: подставки, переводы, добивки (ознакомление).

Практика: подставка, перевод, добивание волана у сетки; сочетание подставки и перевода.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Учебно-тренировочные игры и судейство (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: правила учебной игры.

Практика: учебная одиночная и парная игра, взаимодействие партнёров; учебная игра с заданием на подачу; судейство учебных игр; соревнования внутри группы в одиночном и парном разряде.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательные игры, турнир группы, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает историю бадминтона, терминологию технических приёмов, основные правила игры, гигиенические требования к инвентарю и одежде;
- выполняет высокодалёкую и короткую подачу, перемещения по корту, высокодалёкий, укороченный и плоский удары, подставку и перевод у сетки;
- играет в одиночном и парном разряде, судит учебную игру.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- оценивает игровую ситуацию и выбирает удар;
- контролирует своё самочувствие.

Личностные:

- соблюдает дисциплину, честно играет, уважает соперника и судью;
- проявляет интерес к бадминтону.

Календарно-тематический план. Группа 9–11 лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 16.00–17.30. Обучение — с 15.09.2026 по 30.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия 28.10.2026 и 31.03.2027 (среда, школьные каникулы) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале. Знакомство с программой и инвентарём. Входная диагностика	0	2	2	входная диагностика
2	20.09.26		2	История бадминтона, развитие бадминтона в России. Правила поведения и техника безопасности	1	1	2	опрос
3	26.09.26		3	Влияние физических упражнений на организм. Общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	27.09.26		6	Техника высокодалёкого удара	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	03.10.26		4	Техника подачи. Высокодалёкая подача открытой стороной ракетки	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	04.10.26		5	Основная стойка, хват ракетки. Перемещения по корту: виды шагов	1	1	2	педагогическое наблюдение
7	10.10.26		8	Правила учебной игры. Одиночная игра	1	1	2	учебная игра
8	11.10.26		7	Игра на сетке: подставки, переводы, добивки — ознакомление	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	17.10.26		3	Развитие быстроты: бег 30 м, старты	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	18.10.26		6	Высокодалёкий удар у стены и в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	24.10.26		4	Высокодалёкая подача в заднюю зону	0	2	2	педагогическое наблюдение
12	25.10.26		5	Перемещения вперёд с выходом к сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		8	Учебная одиночная игра	0	2	2	учебная игра
14	31.10.26		3	Челночный бег 6×5 м	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	01.11.26		6	Высокодалёкий удар через сетку	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	07.11.26		3	Прыжки через скакалку, прыжки боком через гимнастическую скамейку	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	08.11.26		4	Подача из правой и левой зоны	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	14.11.26		5	Перемещения влево и вправо	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	15.11.26		6	Высокодалёкий удар после перемещения назад	0	2	2	педагогическое наблюдение
20	21.11.26		7	Подставка у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
21	22.11.26		8	Учебная парная игра: взаимодействие партнёров	0	2	2	учебная игра
22	28.11.26		2	Понятие о технике и тактике игры. Терминология технических приёмов	1	1	2	опрос

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
23	29.11.26		3	Упражнения для кисти и предплечья, упражнения с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	05.12.26		6	Высокодалёкий удар в заднюю зону	0	2	2	зачёт по технике
25	06.12.26		4	Короткая подача открытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	12.12.26		5	Перемещения назад	0	2	2	педагогическое наблюдение
27	13.12.26		8	Соревнования внутри группы (одиночный разряд)	0	2	2	соревнования
28	19.12.26		3	Самоконтроль на занятиях. Развитие гибкости	1	1	2	педагогическое наблюдение
29	20.12.26		6	Укороченный удар на сетку: техника выполнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
30	26.12.26		7	Перевод у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	27.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	09.01.27		4	Короткая подача закрытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	10.01.27		5	Возвращение в центр, восстановительный шаг	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	16.01.27		8	Учебная игра с заданием на подачу	0	2	2	учебная игра
35	17.01.27		3	Развитие ловкости: акробатические упражнения	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	23.01.27		6	Укороченный удар в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
37	24.01.27		2	Основные положения правил игры в бадминтон: корт, подача, счёт	1	1	2	опрос
38	30.01.27		3	Метание волана на дальность	0	2	2	педагогическое наблюдение
39	31.01.27		6	Плоский удар по линии	0	2	2	педагогическое наблюдение
40	06.02.27		4	Подача в заданную зону	0	2	2	педагогическое наблюдение
41	07.02.27		5	Перемещения с имитацией ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	13.02.27		8	Судейство учебных игр	0	2	2	учебная игра
43	14.02.27		7	Добивание волана у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	20.02.27		3	Подвижные игры и эстафеты	0	2	2	педагогическое наблюдение
45	21.02.27		6	Сочетание высокодалёкого и укороченного ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	27.02.27		4	Сочетание высокой и короткой подачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	28.02.27		5	Перемещения по сигналу педагога	0	2	2	педагогическое наблюдение
48	06.03.27		8	Учебная парная игра	0	2	2	учебная игра
49	07.03.27		3	Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	13.03.27		6	Удары открытой и закрытой стороной ракетки снизу	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
51	14.03.27		3	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
52	20.03.27		4	Подачи на точность	0	2	2	зачёт по технике
53	21.03.27		5	Перемещения в парах «Тень»	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	27.03.27		6	Плоские удары в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
55	28.03.27		7	Сочетание подставки и перевода	0	2	2	педагогическое наблюдение
56	31.03.27		8	Соревнования внутри группы (парный разряд)	0	2	2	соревнования
57	03.04.27		2	Гигиена, режим дня, требования к инвентарю и одежде. Викторина	1	1	2	викторина
58	04.04.27		3	Развитие выносливости	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	10.04.27		6	Укороченный удар на точность	0	2	2	зачёт по технике
60	11.04.27		4	Приём подачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	17.04.27		5	Перемещения в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
62	18.04.27		8	Учебная игра с судейством обучающимися	0	2	2	учебная игра
63	24.04.27		3	Спортивные игры по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
64	25.04.27		6	Сочетание ударов в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	02.05.27		7	Совершенствование игры на сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	08.05.27		4	Совершенствование подач	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	15.05.27		5	Совершенствование перемещений	0	2	2	зачёт по технике
68	16.05.27		8	Учебная игра по правилам	0	2	2	учебная игра
69	22.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
70	23.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
71	29.05.27		6	Совершенствование ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	30.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: турнир группы, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**12**	**132**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 12–14 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 12–14 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю (суббота, воскресенье, 17.30–19.00) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Содержание соответствует второму году обучения исходной программы: укороченные подачи, шесть точек перемещения по корту, силовой атакующий удар (смэш), кистевая игра (плоские и укороченные удары), игра на сетке (подставки и переводы), тактика одиночной и парной игры, судейство. Для обучающихся без опыта игры в начале года проводится повторение базовых элементов.

Структура занятия: подготовительная часть (15–20 мин) — разминка, подвижная игра; основная часть (60 мин) — техника, тактика, учебная игра; заключительная часть (10–15 мин) — восстановительные упражнения, разбор игры.

Цель и задачи

Цель: Совершенствование техники и освоение продвинутых элементов игры в бадминтон обучающимися 12–14 лет, развитие физических качеств, необходимых для игры.

Обучающие задачи:

- познакомить со стилями игры, правилами игры в одиночном и парном разряде и основными положениями правил судейства;
- обучить укороченной подаче, перемещениям по шести точкам корта, смэшу, кистевой игре, игре на сетке и приёму смэша;
- обучить тактике одиночной и парной игры, судейству учебных игр.

Развивающие задачи:

- развить скоростно-силовые качества, «хлёсткость» удара, быстроту и выносливость;
- развить умение оценивать игровую ситуацию и выбирать удар;
- сформировать навыки самоконтроля и профилактики травм.

Воспитательные задачи:

- воспитать волевые качества, честность в игре, уважение к сопернику и судье;
- сформировать устойчивый интерес к бадминтону и здоровому образу жизни.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; входная диагностика физической подготовленности и владения ракеткой.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о бадминтоне (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: бадминтон в России и мире; понятие о различных стилях игры (атакующий, защитный, универсальный); техника безопасности; правила игры в одиночном и парном разряде; основные положения правил судейства соревнований.

Практика: викторина; просмотр и разбор видеозаписей игр.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка (24 ч: теория — 1 ч, практика — 23 ч)

Теория: самоконтроль и профилактика травм.

Практика: общеразвивающие упражнения; бег 30 м, старты; челночный бег 6×5 м; прыжки боком через гимнастическую скамейку, прыжки со скакалкой, многоскоки; упражнения для развития «хлёсткости» удара (эспандер, мяч); метание волана; круговая тренировка; упражнения на гибкость, ловкость, реакцию; спортивные игры; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Подачи (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: техника укороченной подачи открытой и закрытой стороной ракетки.

Практика: укороченная подача открытой и закрытой стороной ракетки, в заданную зону; приём укороченной подачи; сочетание укороченной и высокой подачи.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 5. Перемещения по корту (24 ч: теория — 1 ч, практика — 23 ч)

Теория: шесть точек перемещения по корту.

Практика: перемещения вперёд влево и вправо с выходом к сетке, влево и вправо, назад влево и вправо; возвращение в центр, восстановительный шаг; перемещения по шести точкам по сигналу и на время, с имитацией ударов, с ударами по волану, в игровых упражнениях.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 6. Удары по волану (32 ч: теория — 3 ч, практика — 29 ч)

Теория: техника силового атакующего удара (смэша); кистевая игра; приём смэша.

Практика: смэш с подброса, после высокой передачи партнёра, после перемещения назад, в заданную зону; укороченный удар на сетку; плоский удар по линии; кистевая игра в парах; плоские удары в быстром темпе; приём смэша; сочетание смэша и укороченного удара; совершенствование высокодалёкого удара.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Игра у сетки (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: игра на сетке: подставки и переводы.

Практика: подставки, переводы, добивки у сетки и их сочетание.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Учебно-тренировочные игры и судейство (20 ч: теория — 2 ч, практика — 18 ч)

Теория: тактика одиночной игры; тактика парной игры, взаимодействие партнёров.

Практика: учебная одиночная и парная игра, с заданием на смэш; судейство учебных игр обучающимися; соревнования внутри группы в одиночном и парном разряде; школьные соревнования по бадминтону.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательные игры, турнир группы, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает стили игры, правила игры в одиночном и парном разряде, основные положения правил судейства;
- выполняет укороченную подачу, перемещения по шести точкам, смэш, плоские и укороченные удары, подставки и переводы у сетки, приём смэша;
- применяет тактику одиночной и парной игры, судит учебные игры.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- выбирает удар в зависимости от игровой ситуации;
- контролирует самочувствие, соблюдает меры профилактики травм.

Личностные:

- проявляет волевые качества, уважает соперника и судью;
- проявляет интерес к бадминтону, участвует в соревнованиях.

Календарно-тематический план. Группа 12–14 лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 17.30–19.00. Обучение — с 15.09.2026 по 30.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия 28.10.2026 и 31.03.2027 (среда, школьные каникулы) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале. Знакомство с программой и инвентарём. Входная диагностика	0	2	2	входная диагностика
2	20.09.26		2	Бадминтон в России и мире. Понятие о различных стилях игры. Техника безопасности	1	1	2	опрос
3	26.09.26		6	Техника силового атакующего удара (смэша)	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	27.09.26		3	Самоконтроль и профилактика травм. Общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	03.10.26		5	Шесть точек перемещения по корту	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	04.10.26		8	Тактика одиночной игры. Учебная игра	1	1	2	учебная игра
7	10.10.26		4	Техника укороченной подачи открытой и закрытой стороной ракетки	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	11.10.26		7	Игра на сетке: подставки и переводы	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	17.10.26		6	Смэш: имитация и выполнение с подброса	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	18.10.26		3	Развитие быстроты: бег 30 м, старты	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	24.10.26		5	Перемещения вперёд влево и вправо с выходом к сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
12	25.10.26		8	Учебная одиночная игра	0	2	2	учебная игра
13	28.10.26		6	Смэш после высокой передачи партнёра	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	31.10.26		4	Укороченная подача открытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	01.11.26		3	Челночный бег 6×5 м	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	07.11.26		5	Перемещения влево и вправо	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	08.11.26		6	Смэш после перемещения назад	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	14.11.26		7	Подставки у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	15.11.26		8	Тактика парной игры: взаимодействие партнёров	1	1	2	учебная игра
20	21.11.26		2	Стили игры: атакующий, защитный, универсальный	1	1	2	опрос
21	22.11.26		6	Смэш в заданную зону	0	2	2	зачёт по технике
22	28.11.26		3	Прыжки боком через гимнастическую скамейку, прыжки со скакалкой	0	2	2	педагогическое наблюдение
23	29.11.26		5	Перемещения назад влево и вправо	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
24	05.12.26		4	Укороченная подача закрытой стороной ракетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	06.12.26		6	Кистевая игра: плоские и укороченные удары	1	1	2	педагогическое наблюдение
26	12.12.26		8	Соревнования внутри группы (одиночный разряд)	0	2	2	соревнования
27	13.12.26		3	Упражнения для развития «хлёсткости» удара: упражнения с эспандером и мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	19.12.26		5	Возвращение в центр, восстановительный шаг	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	20.12.26		6	Укороченный удар на сетку	0	2	2	педагогическое наблюдение
30	26.12.26		7	Переводы у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	27.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	09.01.27		4	Укороченная подача в заданную зону	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	10.01.27		8	Учебная парная игра	0	2	2	учебная игра
34	16.01.27		3	Метание волана на дальность	0	2	2	педагогическое наблюдение
35	17.01.27		5	Перемещения по шести точкам по сигналу	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	23.01.27		6	Плоский удар по линии	0	2	2	педагогическое наблюдение
37	24.01.27		2	Правила игры в одиночном и парном разряде	1	1	2	опрос
38	30.01.27		6	Кистевая игра в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
39	31.01.27		3	Развитие выносливости: круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
40	06.02.27		5	Перемещения с имитацией ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
41	07.02.27		8	Судейство учебных игр	0	2	2	учебная игра
42	13.02.27		4	Приём укороченной подачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	14.02.27		7	Добивки у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	20.02.27		6	Сочетание смэша и укороченного удара	0	2	2	педагогическое наблюдение
45	21.02.27		3	Развитие гибкости и ловкости	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	27.02.27		5	Перемещения по шести точкам на время	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	28.02.27		8	Учебная игра с заданием на смэш	0	2	2	учебная игра
48	06.03.27		6	Приём смэша	1	1	2	педагогическое наблюдение
49	07.03.27		4	Сочетание укороченной и высокой подачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	13.03.27		3	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
51	14.03.27		5	Перемещения с ударами по волану	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
52	20.03.27		6	Плоские удары в быстром темпе	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	21.03.27		7	Сочетание подставки, перевода и добивки	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	27.03.27		8	Соревнования внутри группы (парный разряд)	0	2	2	соревнования
55	28.03.27		2	Основные положения правил судейства соревнований. Викторина	1	1	2	викторина
56	31.03.27		6	Укороченный удар на точность	0	2	2	зачёт по технике
57	03.04.27		3	Скоростно-силовые упражнения: прыжки, многоскоки	0	2	2	педагогическое наблюдение
58	04.04.27		5	Перемещения в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	10.04.27		4	Подачи на точность	0	2	2	зачёт по технике
60	11.04.27		6	Сочетание ударов в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	17.04.27		8	Школьные соревнования по бадминтону	0	2	2	соревнования
62	18.04.27		3	Спортивные игры по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
63	24.04.27		5	Перемещения по шести точкам	0	2	2	зачёт по технике
64	25.04.27		6	Высокодалёкий удар: совершенствование	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	02.05.27		7	Совершенствование игры на сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	08.05.27		4	Совершенствование подач	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	15.05.27		8	Учебная игра с судейством обучающимися	0	2	2	учебная игра
68	16.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	22.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
70	23.05.27		5	Совершенствование перемещений	0	2	2	педагогическое наблюдение
71	29.05.27		6	Совершенствование ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	30.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: турнир группы, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**13**	**131**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА 15–17 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 15–17 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю (суббота, воскресенье, 19.00–20.30) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Содержание соответствует третьему году обучения исходной программы: подачи в парной игре, основные стили перемещения по корту (шаговый, скрестный, прыжковый), высокодалёкий удар закрытой стороной ракетки (бэкхенд), плоские и укороченные удары в парной игре, игра на сетке (добивки и подрезки), тактические схемы, организация и судейство соревнований. Для обучающихся без опыта игры в начале года проводится повторение базовых элементов.

Структура занятия: подготовительная часть (15–20 мин) — разминка; основная часть (60 мин) — техника, тактика, учебная игра; заключительная часть (10–15 мин) — восстановительные упражнения, разбор игры.

Цель и задачи

Цель: Совершенствование техники и тактики игры в бадминтон в разных стилях обучающимися 15–17 лет, формирование опыта соревновательной и судейской деятельности.

Обучающие задачи:

- познакомить с тактическими схемами игры, правилами организации соревнований и обязанностями судей;
- обучить подачам в парной игре, стилям перемещения по корту, бэкхенду, плоским и укороченным ударам в парной игре, добивкам и подрезкам у сетки;
- обучить тактике парной игры, организации и судейству соревнований.

Развивающие задачи:

- развить скорость, точность и «хлёсткость» удара, специальную выносливость;
- развить тактическое мышление, умение анализировать игру соперника;
- сформировать навыки самоконтроля и восстановления.

Воспитательные задачи:

- воспитать ответственность, лидерские качества, уважение к сопернику и судье;
- сформировать потребность в систематических занятиях спортом.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; входная диагностика физической подготовленности и владения ракеткой.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о бадминтоне (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: бадминтон — олимпийский вид спорта; понятие о тактических схемах игры в одиночном и парном разряде; техника безопасности; основные положения правил организации соревнований; обязанности судей, судейская терминология.

Практика: викторина; просмотр и разбор видеозаписей игр.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая и специальная физическая подготовка (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: самоконтроль, восстановление, профилактика травм.

Практика: общеразвивающие упражнения; бег 30 м, челночный бег 6×5 м; прыжки боком через скамейку, прыжки со скакалкой; упражнения для развития «хлёсткости» удара (эспандер, мяч); метание волана; круговая тренировка; упражнения на гибкость, ловкость; скоростно-силовые упражнения; спортивные игры; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Подачи (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: подачи в парной игре: короткая и высокая.

Практика: короткая и высокая подача в парной игре, в заданную зону; приём подачи в передней зоне; сочетание подач.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 5. Перемещения по корту (24 ч: теория — 2 ч, практика — 22 ч)

Теория: основные стили перемещения по корту (шаговый, скрестный, прыжковый); вспомогательные шаги (стартовый, восстановительный).

Практика: шаговый стиль, скрестный шаг, прыжковый стиль; перемещения по шести точкам в разных стилях, с ударами по волану, в парной игре, на время, с изменением темпа.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 6. Удары по волану (32 ч: теория — 2 ч, практика — 30 ч)

Теория: техника высокодалёкого удара закрытой стороной ракетки (бэкхенд); плоские и укороченные удары в парной игре.

Практика: бэкхенд с подброса, в парах, после перемещения назад, в заднюю зону; укороченный удар на сетку в центр; плоский удар «по карманам»; смэш и приём смэша в задней и передней зоне; плоские удары в быстром темпе; сочетание ударов в парной игре.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Игра у сетки (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: игра на сетке: добивки и подрезки.

Практика: добивки и подрезки у сетки; игра на сетке в парной игре; сочетание подставки, перевода, добивки и подрезки.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Учебно-тренировочные игры и судейство (24 ч: теория — 2 ч, практика — 22 ч)

Теория: тактика парной игры; организация и судейство соревнований.

Практика: учебная парная игра в расстановках «сторона — сторона» и «вперёд — назад»; учебная одиночная и смешанная парная игра; учебная игра с тактическим заданием; судейство учебных игр и школьных соревнований; соревнования внутри группы в одиночном и парном разряде; школьные соревнования по бадминтону.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательные игры, турнир группы, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает тактические схемы игры, правила организации соревнований, обязанности судей и судейскую терминологию;
- выполняет подачи в парной игре, перемещения в разных стилях, бэкхенд, плоские и укороченные удары, добивки и подрезки у сетки, смэш и приём смэша;
- применяет тактические схемы в одиночной и парной игре, организует и судит соревнования.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- анализирует игру соперника и выбирает тактику;
- применяет приёмы самоконтроля и восстановления.

Личностные:

- ответственно выполняет обязанности судьи и партнёра по паре;
- проявляет устойчивый интерес к бадминтону, участвует в соревнованиях.

Календарно-тематический план. Группа 15–17 лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); суббота, воскресенье, 19.00–20.30. Обучение — с 15.09.2026 по 30.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия 28.10.2026 и 31.03.2027 (среда, школьные каникулы) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	19.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале. Знакомство с программой и инвентарём. Входная диагностика	0	2	2	входная диагностика
2	20.09.26		2	Бадминтон: олимпийский вид спорта. Понятие о тактических схемах игры. Техника безопасности	1	1	2	опрос
3	26.09.26		6	Техника высокодалёкого удара закрытой стороной ракетки (бэкхенд)	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	27.09.26		5	Основные стили перемещения по корту: шаговый, скрестный, прыжковый	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	03.10.26		8	Тактика парной игры. Учебная игра	1	1	2	учебная игра
6	04.10.26		3	Самоконтроль, восстановление, профилактика травм. Общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
7	10.10.26		4	Подачи в парной игре: короткая и высокая	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	11.10.26		7	Игра на сетке: добивки и подрезки	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	17.10.26		6	Бэкхенд: имитация и выполнение с подброса	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	18.10.26		5	Шаговый стиль перемещения	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	24.10.26		8	Учебная парная игра: расстановка «сторона — сторона»	0	2	2	учебная игра
12	25.10.26		3	Скоростная подготовка: бег 30 м, челночный бег 6×5 м	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		6	Бэкхенд в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	31.10.26		4	Короткая подача в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	01.11.26		5	Скрестный шаг	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	07.11.26		8	Учебная парная игра: расстановка «вперёд — назад»	0	2	2	учебная игра
17	08.11.26		6	Бэкхенд после перемещения назад	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	14.11.26		3	Прыжки боком через скамейку, прыжки со скакалкой	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	15.11.26		7	Добивки у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
20	21.11.26		2	Тактические схемы в одиночной и парной игре	1	1	2	опрос
21	22.11.26		6	Высокий удар закрытой ракеткой в заднюю зону	0	2	2	зачёт по технике
22	28.11.26		5	Прыжковый стиль перемещения	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
23	29.11.26		8	Соревнования внутри группы (одиночный разряд)	0	2	2	соревнования
24	05.12.26		4	Высокая подача в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	06.12.26		6	Плоские и укороченные удары в парной игре	1	1	2	педагогическое наблюдение
26	12.12.26		3	Упражнения для развития «хлёсткости» удара: эспандер, мяч	0	2	2	педагогическое наблюдение
27	13.12.26		5	Вспомогательные шаги: стартовый, восстановительный	1	1	2	педагогическое наблюдение
28	19.12.26		8	Учебная одиночная игра	0	2	2	учебная игра
29	20.12.26		6	Укороченный удар на сетку в центр	0	2	2	педагогическое наблюдение
30	26.12.26		7	Подрезки у сетки	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	27.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	09.01.27		4	Подача в заданную зону в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	10.01.27		3	Метание волана на дальность	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	16.01.27		5	Перемещения по шести точкам в разных стилях	0	2	2	педагогическое наблюдение
35	17.01.27		8	Организация и судейство соревнований	1	1	2	учебная игра
36	23.01.27		6	Плоский удар «по карманам»	0	2	2	педагогическое наблюдение
37	24.01.27		2	Основные положения правил организации соревнований	1	1	2	опрос
38	30.01.27		6	Смэш: совершенствование	0	2	2	педагогическое наблюдение
39	31.01.27		5	Перемещения с ударами по волану	0	2	2	педагогическое наблюдение
40	06.02.27		8	Учебная игра с судейством обучающимися	0	2	2	учебная игра
41	07.02.27		3	Развитие выносливости: круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	13.02.27		4	Приём подачи в передней зоне	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	14.02.27		7	Игра на сетке в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	20.02.27		6	Приём смэша в задней и передней зоне	0	2	2	педагогическое наблюдение
45	21.02.27		5	Перемещения в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	27.02.27		8	Соревнования внутри группы (парный разряд)	0	2	2	соревнования
47	28.02.27		3	Развитие гибкости и ловкости	0	2	2	педагогическое наблюдение
48	06.03.27		6	Сочетание ударов в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
49	07.03.27		4	Сочетание подач в парной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	13.03.27		5	Перемещения в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
51	14.03.27		8	Учебная смешанная парная игра	0	2	2	учебная игра
52	20.03.27		6	Плоские удары в быстром темпе	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	21.03.27		3	Скоростно-силовые упражнения	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	27.03.27		7	Сочетание подставки, перевода, добивки и подрезки	0	2	2	педагогическое наблюдение
55	28.03.27		2	Судейство: обязанности судей, судейская терминология. Викторина	1	1	2	викторина
56	31.03.27		6	Укороченный удар на точность	0	2	2	зачёт по технике
57	03.04.27		5	Перемещения на время	0	2	2	зачёт по технике
58	04.04.27		8	Школьные соревнования по бадминтону	0	2	2	соревнования
59	10.04.27		4	Подачи на точность	0	2	2	зачёт по технике
60	11.04.27		6	Смэш на точность	0	2	2	зачёт по технике
61	17.04.27		3	Спортивные игры по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
62	18.04.27		5	Перемещения с изменением темпа	0	2	2	педагогическое наблюдение
63	24.04.27		8	Учебная игра с тактическим заданием	0	2	2	учебная игра
64	25.04.27		6	Сочетание ударов в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	02.05.27		7	Совершенствование игры на сетке	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	08.05.27		4	Совершенствование подач	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	15.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
68	16.05.27		5	Совершенствование перемещений	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	22.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
70	23.05.27		8	Судейство школьных соревнований	0	2	2	учебная игра
71	29.05.27		6	Совершенствование ударов	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	30.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: турнир группы, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**13**	**131**	**144**	

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Описание методов, приёмов, технологий и практик

Принципы работы: целенаправленность и систематичность учебного процесса, постепенность и доступность, учёт возрастных возможностей обучающихся, комфортная эмоциональная среда на занятиях. При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесные — объяснение, рассказ, беседа, разбор ошибок, анализ видеозаписей игр;
- наглядные — показ движений и технических приёмов педагогом, работа по образцу, демонстрация схем, плакатов, видеоматериалов;
- практические — непосредственное выполнение упражнений и комбинаций, метод целостного и расчленённого разучивания, подводящие и имитационные упражнения, метод повторного выполнения, круговая тренировка;
- игровой метод — подвижные игры и игровые задания с воланом; является ведущим в группе 6–8 лет;
- соревновательный метод — учебно-тренировочные игры, соревнования внутри группы, школьные соревнования, сдача нормативов.

По уровню деятельности обучающихся применяются репродуктивный, объяснительно-иллюстративный и частично-поисковый методы (совместный с педагогом поиск технических и тактических решений поставленной задачи).

Используемые педагогические технологии:

- здоровьесберегающие технологии — дозирование нагрузки с учётом возраста, динамические паузы для младшей группы, профилактика травм, обучение самоконтролю;
- игровые технологии — подвижные игры и игровые задания с ракеткой и воланом;
- технология дифференцированного обучения — разноуровневые задания, подбор пар с учётом подготовленности;
- технология сотрудничества — работа в парах, взаимооценка, судейство учебных игр обучающимися; оценочная деятельность включает оценку педагога, совместную оценку обучающегося и педагога, самооценку.

Методы воспитания: убеждение и личный пример педагога, поощрение, требование соблюдать правила игры, традиции коллектива (приветствие соперника, рукопожатие после игры, итоговый турнир группы, открытое занятие для родителей). Работа с родителями: родительские собрания в начале и в конце учебного года, индивидуальные консультации, приглашение на соревнования и открытые занятия.

Перечень дидактических средств и электронных образовательных ресурсов

№	Наименование	Вид	Раздел программы
1	Презентация «Бадминтон: история и правила»; видеозаписи игр	ЭОР (презентация, видео)	раздел 2
2	Вопросы викторины и опроса по правилам бадминтона	раздаточный материал	раздел 2
3	Презентации общеразвивающих упражнений для разминки; карточки-задания для круговой тренировки; картотека подвижных игр	ЭОР, раздаточный материал	раздел 3

№	Наименование	Вид	Раздел программы
4	Схемы и плакаты «Хват ракетки», «Подачи», «Удары по волану», «Игра у сетки»; видеоряд упражнений	наглядный материал, ЭОР	разделы 4, 6, 7
5	Схема «Шесть точек перемещения по корту», схемы стилей перемещения	наглядный материал	раздел 5
6	Правила игры в бадминтон, правила судейства; положение о школьном турнире; протоколы игр	методический материал	раздел 8
7	Тесты по физической и технической подготовленности; протоколы сдачи нормативов; диагностические карты	методический материал	раздел 9
8	Инструкция по охране труда на занятиях бадминтоном; сценарий итогового открытого занятия	методический материал	разделы 1, 10

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Галицкий, А. Азбука бадминтона : учебное пособие / А. Галицкий, О. Марков. – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – Текст : непосредственный.

2. Киселёв, П. А. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам / П. А. Киселёв, С. Б. Киселёва. – Москва : Глобус, 2008. – Текст : непосредственный.

3. Рыбаков, Д. Основы спортивного бадминтона / Д. Рыбаков, М. Штильман. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – Текст : непосредственный.

4. Смирнов, Ю. Н. Бадминтон : учебное пособие для институтов физической культуры / Ю. Н. Смирнов. – Москва, 1989. – Текст : непосредственный.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Лившиц, В. Я. Бадминтон для всех / В. Я. Лившиц. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – Текст : непосредственный.

Интернет-источники

1. Национальная федерация бадминтона России : официальный сайт. – Москва. – URL: https://www.badm.ru (дата обращения: 20.10.2026). – Текст : электронный.

2. Всемирная федерация бадминтона (BWF) : официальный сайт. – URL: https://bwfbadminton.com (дата обращения: 20.10.2026). – Текст : электронный.

3. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) : официальный сайт. – URL: https://www.gto.ru (дата обращения: 20.10.2026). – Текст : электронный.

4. Министерство спорта Российской Федерации : официальный сайт. – Москва. – URL: https://www.minsport.gov.ru (дата обращения: 20.10.2026). – Текст : электронный.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Виды контроля и их периодичность

Вид контроля	Сроки	Содержание и формы
Входной	сентябрь (вводное занятие, 19.09.2026)	определение исходного уровня физической подготовленности и владения ракеткой: тестирование, педагогическое наблюдение
Текущий	на каждом занятии и по завершении изучения темы	педагогическое наблюдение, опрос, викторина, зачёт по технике, учебная игра, соревнования
Промежуточный	декабрь (27.12.2026)	промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике
Итоговый	май (22.05.2027, 30.05.2027)	итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП и СФП, зачёт по технике; итоговое открытое занятие

Формы и методы отслеживания результатов, формы фиксации

Предметные результаты выявляются через опрос, викторину, зачёт по технике, учебную игру, соревнования, сдачу контрольных нормативов и открытое занятие. Метапредметные результаты выявляются по динамике результатов контрольных нормативов и методом педагогического наблюдения в учебной игре; личностные результаты — методом педагогического наблюдения на занятиях и соревнованиях. Используются оценка педагога, совместная оценка обучающегося и педагога, самооценка.

Формы фиксации результатов: журнал учёта работы педагога, протоколы сдачи контрольных нормативов и зачётов по технике, диагностические карты обучающихся, протоколы соревнований, видеозаписи игр.

Критериальный аппарат

Результаты оцениваются по трём уровням: высокий, средний, низкий. Итоговый уровень освоения программы определяется по совокупности результатов: высокий — по большинству форм контроля показан высокий уровень; средний — по большинству форм контроля показан средний уровень; низкий — по большинству форм контроля показан низкий уровень.

1. Педагогическое наблюдение (входная диагностика, личностные и метапредметные результаты)

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Дисциплина и соблюдение техники безопасности	соблюдает постоянно, без напоминаний	соблюдает, иногда требуется напоминание	часто нарушает, требуется постоянный контроль
Взаимодействие с партнёром	согласует действия с партнёром, поддерживает его	взаимодействует с подсказкой педагога	не согласует действия, конфликтует
Ориентирование в игровой ситуации	быстро и верно выбирает удар и позицию	выбирает действие с запаздыванием	теряется в игровой ситуации
Самоконтроль (эмоции, самочувствие)	сдерживает эмоции, контролирует самочувствие	иногда не сдерживает эмоции	не контролирует эмоции и самочувствие
Интерес к занятиям	активен, регулярно посещает занятия, участвует в соревнованиях	посещает занятия без выраженной инициативы	пассивен, пропускает занятия без причины

2. Опрос и викторина

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Знание истории бадминтона, терминологии, правил игры и судейства	80–100 % правильных ответов	50–79 % правильных ответов	менее 50 % правильных ответов

Примерные вопросы: до скольких очков ведётся партия; сколько партий нужно выиграть для победы в матче; из какой зоны выполняется подача при чётном и нечётном счёте; на какой высоте должен находиться волан в момент удара при подаче; какие удары называют высокодалёким, укороченным, плоским, атакующим; чем отличается расстановка «сторона — сторона» от расстановки «вперёд — назад». Для группы 6–8 лет опрос проводится устно с использованием иллюстраций.

3. Учебная игра и соревнования

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Применение изученной техники в игре	уверенно выполняет подачи и удары, редко ошибается	применяет основные приёмы с ошибками	часто ошибается при подаче и приёме
Тактические действия	выбирает удар и позицию, взаимодействует с партнёром	выполняет тактические задания с подсказкой	не выполняет тактические задания
Соблюдение правил	знает и соблюдает правила, уважает соперника и судью	допускает отдельные нарушения	систематически нарушает правила

4. Зачёт по технике

Зачёт проводится по контрольным упражнениям; учитывается количество точно выполненных технических приёмов из 10 попыток и качество техники (хват ракетки, работа кисти, положение тела).

Группа 6–8 лет

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Подбивание волана ракеткой на месте, раз подряд	15 и более	6–14	5 и менее
Высокая подача через сетку (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Игра в паре «Волан не падает», ударов подряд	10 и более	5–9	4 и менее

Группа 9–11 лет

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Высокодалёкая подача в заднюю зону (из 10 попыток)	7 и более	4–6	3 и менее
Короткая подача (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Высокодалёкий удар в заднюю зону (из 10 попыток)	7 и более	4–6	3 и менее
Укороченный удар (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее

Группа 12–14 лет

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Короткая (укороченная) подача (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Укороченный удар (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Высокодалёкий удар (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Смэш (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Приём подачи в передней зоне (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее

Группа 15–17 лет

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Высокая подача (из 10 попыток)	9 и более	6–8	5 и менее
Короткая подача (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Укороченный удар (из 10 попыток)	9 и более	6–8	5 и менее
Высокий удар, в том числе закрытой стороной ракетки (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Смэш (из 10 попыток)	7 и более	4–6	3 и менее
Приём подачи в передней зоне (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Приём смэша в задней и передней зоне (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее

5. Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке

Нормативы разработаны на основе контрольных упражнений исходной программы с учётом возрастных показателей физической подготовленности. Для времени (с) указан результат «не более», для остальных показателей — «не менее». Оценивается также индивидуальный прирост результата по сравнению с входной диагностикой. Нормативы применяются для обучающихся основной медицинской группы; для обучающихся подготовительной и специальной медицинских групп педагог корректирует их с учётом рекомендаций врача.

Группа 6–8 лет

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	6,6	6,7–7,5	7,6 и более	6,9	7,0–7,8	7,9 и более
Челночный бег 6×5 м, с	13,5	13,6–15,0	15,1 и более	14,0	14,1–15,5	15,6 и более
Прыжок в длину с места, см	130	110–129	109 и менее	125	105–124	104 и менее
Метание волана, м	4,0	3,0–3,9	2,9 и менее	3,5	2,5–3,4	2,4 и менее
Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с, раз	10	6–9	5 и менее	9	5–8	4 и менее

Группа 9–11 лет

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	6,0	6,1–6,7	6,8 и более	6,5	6,6–7,1	7,2 и более
Челночный бег 6×5 м, с	12,0	12,1–13,0	13,1 и более	13,5	13,6–14,5	14,6 и более
Прыжок в длину с места, см	165	145–164	144 и менее	152	135–151	134 и менее
Метание волана, м	5,0	4,0–4,9	3,9 и менее	4,0	3,0–3,9	2,9 и менее
Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с, раз	13	9–12	8 и менее	11	7–10	6 и менее

Группа 12–14 лет

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	5,4	5,5–6,0	6,1 и более	5,9	6,0–6,5	6,6 и более
Челночный бег 6×5 м, с	11,5	11,6–12,4	12,5 и более	12,5	12,6–13,4	13,5 и более
Прыжок в длину с места, см	185	165–184	164 и менее	170	150–169	149 и менее
Метание волана, м	6,0	5,0–5,9	4,9 и менее	5,0	4,0–4,9	3,9 и менее
Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с, раз	15	11–14	10 и менее	12	9–11	8 и менее

Группа 15–17 лет

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	5,1	5,2–5,7	5,8 и более	5,9	6,0–6,5	6,6 и более
Челночный бег 6×5 м, с	11,0	11,1–11,9	12,0 и более	12,0	12,1–12,9	13,0 и более
Прыжок в длину с места, см	195	175–194	174 и менее	185	160–184	159 и менее
Метание волана, м	6,5	5,5–6,4	5,4 и менее	5,5	4,5–5,4	4,4 и менее
Прыжки боком через гимнастическую скамейку за 30 с, раз	16	12–15	11 и менее	12	9–11	8 и менее

6. Итоговое открытое занятие

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Демонстрация освоенных умений в показательных играх и турнире группы	уверенно выполняет приёмы, применяет тактику	выполняет приёмы с отдельными ошибками	выполняет отдельные приёмы с помощью педагога

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Идентификатор: a87bb12f-8009-435d-82eb-a9770795b93c

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Поздняков Егор Владимирович, Директор

29.08.26 13:09 (MSK)

Сертификат 0080627F3BBC077BB076F226F9F1F67585