

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Саратовской области «Школа-интернат г.Пугачева»

|   |   |
|---|---|
| <p>Принята на заседании<br/>Педагогического совета<br/>от "30" августа 2024 г.<br/>Протокол № 1</p> | <p>Утверждаю:<br/>Директор ГБОУ СО «Школа-интернат<br/>г. Пугачева»<br/><br/>/М.А.Урабасова/<br/>Приказ № 236 от 30 августа 2024</p>  |
|---|---|

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Спортбол»**

**Возраст обучающихся:** 10-13 лет.

**Срок реализации:** 1 год

Автор-составитель:  
Ксенофонтов Юрий Сергеевич,  
педагог дополнительного образования

г. Пугачев 2024

## Оглавление

|   | <b>Стр.</b>  |
|---|--------------|
| <b>1      Комплекс основных характеристик дополнительной<br/>          общеразвивающей программы:</b> | <b>3-11</b>  |
| 1.1.   Пояснительная записка (общая характеристика программы).  | 3-4          |
| 1.2.   Цель и задачи программы.   | 4-5          |
| 1.3.   Содержание программы:  | 5            |
| 1.3.1. Учебный план.  | 5            |
| 1.3.2. Календарный учебный график.  | 5-6          |
| 1.3.3. Содержание учебно-тематического плана.   | 6-7          |
| 1.3.4. Рабочие программы модулей.   | 7-9          |
| 1.4.   Планируемые результаты.  | 10-11        |
| <br>  |              |
| <b>2.      Комплекс организационно-педагогических условий</b>   | <b>11-14</b> |
| <br>  |              |
| 2.1.   Условия реализации программы.  | 11           |
| 2.2.   Формы контроля.  | 12           |
| 2.3.   Оценочные материалы.   | 12           |
| 2.4.   Методические материалы.  | 13-14        |
| <br>  |              |
| <b>3.      Список литературы.</b>   | <b>15</b>    |
| <br>  |              |
| <b>4.      Приложение.</b>  | <b>16</b>    |
| <b>5.      Тематическое планирование</b>  | <b>17-19</b> |

# *1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.*

## *1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы).*

Образовательная программа “Бадминтон” имеет физкультурно-спортивную направленность, предоставляет широкие возможности развития и совершенствования у занимающихся основных физических качеств, формирования различных двигательных навыков, укрепления здоровья.

Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения. Программа рассчитана на один год обучения.

Актуальность программы. Бадминтон доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий бадминтоном.

Занятия бадминтоном способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности бадминтона создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться бадминтоном с «нуля».

Педагогическая целесообразность- позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Бадминтон, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

— Нормативная правовая база на основе, которой разработана программа:

— Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

— Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

— Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));

— СанПиНов 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41.

— объем программы;

— формы обучения и виды занятий по программе;

— режим занятий.

По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем физической подготовки.

Программа рассчитана на один год обучения и предназначена для детей 5-7 классов. Количество часов занятий в течение всего календарного года определено учебным планом, утверждаемым ежегодно. Форма обучения очная.

## **1.2. Цель и задачи программы.**

Цель:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

Задачи:

### Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (бадминтон);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике бадминтона.

### Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

### Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом.  
Программа рассчитана на детей и подростков от 10 до 13 лет.

### **1.3. Содержание программы.**

Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и педагогики, выстроено по принципу развивающего обучения.

#### **1.3.1. Учебный план реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Бадминтон»**

| № п/п | Название модуля   | Количество часов |          |       | Формы контроля  |
|-------|---|------------------|----------|-------|---|
|       |   | теория           | практика | всего |   |
| 1     | <i>Модуль №1.</i> Теоретические сведения по разделу «бадминтон» | 2                | -        | 2     | собеседование с детьми и родителями, анкетирование родителей. |
| 2     | <i>Модуль №2.</i> Общефизическая подготовка                     | -                | 16       | 16    | тестирование, учебная игра                                    |
| 3     | <i>Модуль №3.</i> Специальная физическая подготовка             | -                | 18       | 18    | зачет, тестирование, учебная игра                             |
| 4     | <i>Модуль №4.</i> Техническая подготовка                        | 2                | 10       | 12    | зачет, тестирование, учебная игра, соревнование               |
| 5     | <i>Модуль №5.</i> Тактика игры                                  | 2                | 8        | 10    | зачет, тестирование, учебная игра, соревнование               |
| 6     | <i>Модуль №6.</i> Учебные игры                                  | -                | 14       | 14    | учебная игра, промежуточный отбор, соревнование               |
|       | Общее количество часов в год                                    | 6                | 66       | 72    |   |

#### **1.3.2. Календарный учебный график**

Продолжительность обучения по программе составляет 34 недели: с 1 сентября по 24 мая.

Организация работы по представляемой программе предусматривает проведение 2-х занятий два раза в неделю. Каждое занятие является интегрированным. Занятия имеют продолжительность 45 минут.

Дети могут быть приняты на обучение, как на полный курс обучения, так и на отдельный этап в соответствии с возрастом ребенка.

| № п/п | Месяц    | Дни недели       | Форма занятия  | Место проведения | Форма контроля                      |
|-------|----------|------------------|--|------------------|-------------------------------------|
| 1     | Сентябрь | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая в парах                        | Спортивный зал.  | собеседование с детьми и родителями |
| 2     | Октябрь  | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая коллективно-групповая, в парах | Спортивный зал.  | тестирование, учебная игра          |

|   |         |                  |   |                 |   |
|---|---------|------------------|---|-----------------|---|
| 3 | Ноябрь  | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, в парах                        | Спортивный зал. | соревнование                            |
| 4 | Декабрь | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая поточная, в парах               | Спортивный зал. | учебная игра, зачет                     |
| 5 | Январь  | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, в парах                        | Спортивный зал. | тестирование, учебная игра              |
| 6 | Февраль | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая коллективно-групповая           | Спортивный зал. | учебная игра                            |
| 7 | Март    | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, в парах                        | Спортивный зал. | тестирование, учебная игра, зачет,      |
| 8 | Апрель  | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, в парах                        | Спортивный зал. | а нкетированиерод ителей, учебная игра, |
| 9 | Май     | Пятница, суббота | Индивидуальная, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах | Спортивный зал. | соревнование                            |

### **1.3.3. Содержани учебно-тематического плана.**

Содержание учебно-тематического плана направлено на обучение детей умению владеть своим телом, развивать свою гибкость, силу и выносливость.

| № п/п | Название темы  | Количество часов |          |       | Формы контроля   |
|-------|--|------------------|----------|-------|--|
|       |  | теория           | практика | всего |  |
| 1.    | <b>Модуль №1.</b> Теоретические сведения по разделу «бадминтон»    | 2                | -        | 2     | собеседование с детьми и родителями, анкетирование родителей |
| 1.1.  | <i>Тема № 1.</i> Организационные мероприятия для детей, родителей. | 1                | -        | 1     | инструктаж<br>собеседование с детьми и родителями            |
| 1.2.  | <i>Тема № 2.</i> Вводное занятие                                   | 1                | -        | 1     | собеседование  |
| 2.    | <b>Модуль №2.</b> Общефизическая подготовка                        | -                | 14       | 14    | тестирование, учебная игра                                   |
| 2.1.  | <i>Тема № 1.</i> Подвижные игры. ОРУ                               | -                | 7        | 7     | учебная игра   |
| 2.2.  | <i>Тема № 2.</i> Бег. Прыжки. Метания                              | -                | 7        | 7     | зачет  |
| 3.    | <b>Модуль №3.</b> Специальная физическая подготовка.               | 3                | 15       | 18    | зачет, тестирование, учебная игра                            |
| 3.1.  | <i>Тема № 1.</i> Упражнения для развития прыжковой ловкости и      | 1                | 5        | 6     | учебная игра   |

|      |  |          |           |           |  |
|------|--|----------|-----------|-----------|--|
|      | силы   |          |           |           |  |
| 3.2. | <i>Тема № 2.</i> Упражнения для развития выносливости и гибкости   | 1        | 5         | 6         | учебная игра   |
| 3.3. | <i>Тема № 3.</i> Упражнения для развития внимания и быстроты реакции   | 1        | 5         | 6         | учебная игра зачет                                       |
| 4.   | <b><i>Модуль №4.</i></b><br>Техническая подготовка   | <b>2</b> | <b>10</b> | <b>12</b> | зачет,<br>тестирование,<br>учебная игра,<br>соревнование |
| 4.1. | <i>Тема №1.</i> Поддачи и удары по волану  | 1        | 5         | 6         | учебная игра   |
| 4.2. | <i>Тема №2.</i> Техника приема волана  | 1        | 5         | 6         | учебная игра   |
| 5.   | <b><i>Модуль №5.</i></b> Тактика игры  | <b>2</b> | <b>8</b>  | <b>10</b> | зачет,<br>тестирование,<br>учебная игра,<br>соревнование |
| 5.1. | <i>Тема №1.</i> Тактика приема и подачи волана в нападении   | 1        | 4         | 5         | учебная игра   |
| 5.2. | <i>Тема №2.</i> Удары, отличающиеся по длине и высоте полета волана  | 1        | 4         | 5         | учебная игра   |
| 6.   | <b><i>Модуль №6.</i></b><br>Учебные игры   | -        | <b>12</b> | <b>12</b> | учебная игра,<br>промежуточный<br>отбор,соревнование     |
| 6.1. | <i>Тема №1.</i> Методика обучения тактическим действиям при игре: защитные действия; атакующие действия; тактические действия в парных играх | -        | 7         | 7         | товарищеские<br>встречи,<br>соревнование                 |
| 6.2. | <i>Тема №2.</i> Контрольные игры. Соревнования.  | -        | 5         | 5         | товарищеские<br>встречи, зачет<br>соревнование           |
|      | <b>Итого:</b>  | <b>6</b> | <b>62</b> | <b>68</b> |  |

#### **1.3.4. Рабочие программы модулей.**

##### ***Модуль №1. Теоретические сведения по разделу «бадминтон»***

Цель: создание развивающей среды для раскрытия физических качеств детей.

Задачи: Обеспечение безопасных условий проведения занятий;

Организация взаимодействия с родителями по вопросам сопровождения детей в процессе реализации программы (форма одежды, обуви; организация выполнения упражнений при выполнении утренней гимнастики);

Обучение поведению в коллективе;

Знакомство с основами правилами игры и судейства;  
способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности.

Тема № 1.(1 ч.) Организационные мероприятия для детей, родителей.  
Организационные мероприятия для детей, родителей.

Теория: Знакомство с техникой безопасности. Инструктаж. Знакомство с устройством зала. Родительское собрание.

Тема № 2. (1ч.) Вводное занятие.

Теория: Знакомство с коллективом. Ознакомление детей с программой, правилами поведения с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически).

### **Модуль №2. Общефизическая подготовка.**

Цель: Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

Задачи:

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;

Тема № 1. (7ч.) Подвижные игры. Общие развивающие упражнения.

Практика: Всесторонняя физическая подготовка – необходимое условие успешного освоения техники в начальном периоде обучения. Разучивание общих развивающих упражнений.

Тема № 2.(7 ч.)Бег. Прыжки. Метания.

Практика: Обучение передвижению в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу. Отработка шагов, прыжков.

### **Модуль №3. Специальная физическая подготовка.**

Цель: Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

Задачи:

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике игры бадминтон.
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Тема №1.(6 ч.)Упражнения для развития прыжковой ловкости и силы.

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение правил безопасного выполнения упражнений силовой подготовки и упражнений для специальной выносливости.

Практика: Выполнение упражнений силовой подготовки, для развития прыжковой ловкости и упражнений для специальной выносливости.

Тема № 2. (6 ч.)Упражнения для развития выносливости и гибкости.

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение правил безопасного выполнения упражнений силовой подготовки.

Практика: Выполнение упражнений силовой подготовки.

Тема № 3. (6 ч.)Упражнения для развития внимания и быстроту реакции.

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение правил безопасного выполнения специальных упражнений для развития внимания и быстроту реакции.



**Практика:** Выполнение специальных упражнений силовой подготовки, развития внимания и быстроту реакции.

#### **Модуль №4. Техническая подготовка.**

**Цель:** Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтон.

**Задачи:**

- обучить учащихся технике и тактике игры в бадминтон.
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

#### **Тема № 1. (6 ч.) Поддачи и удары по волану.**

**Теория:** Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение правил подач и ударов в бадминтоне.

**Практика:** Отрабатывать навыки подачи волана, удары по волану. Учебная игра.

#### **Тема № 2. (6 ч.) Техника приема волана.**

**Теория:** Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение техники приема волана.

**Практика:** Отрабатывать технику приёма волана. Учебная игра. Соревнование. Зачет.

#### **Модуль №5. Тактика игры.**

**Цель:** Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

**Задачи:**

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (бадминтон);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике бадминтона.
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

#### **Тема № 1. (5 ч.) Тактика приема и подачи волана в нападении.**

**Теория:** Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение подач ударом и подачи волана в нападении.

**Практика:** Отрабатывать навыки подач ударом, подачи волана в нападении; обучение технико-тактическим действиям при атакующих, защитных и подготовительных ударов. Учебная игра.

Тема № 2. (5 ч.) Удары, отличающиеся по длине и высоте полета волана

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Изучение тактических действий при выполнении ударов, отличающихся по длине и высоте полета волана.

Практика: Отрабатывать навыки тактических действий при выполнении ударов, отличающихся по длине и высоте полета волана. Учебная игра.

#### **Модуль №6 Учебные игры.**

Цель: Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

Задачи:

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике бадминтона.
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма

Тема № 1. (7 ч.) Методика обучения тактическим действиям при игре: защитные действия; атакующие действия; тактические действия в парных играх.

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок.

Практика: Закрепление навыков игры. Учебная игра.

Тема № 2. (5 ч.) Контрольные игры. Соревнования.

Теория: Подготовка мышц и опорно-двигательной системы к правильному восприятию нагрузок. Закрепление навыков игры в защите и нападении.

Практика: Отрабатывать технику игры в защите и нападении. Контрольные игры. Соревнование.

#### **1.4. Планируемые результаты.**

Дети должны знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в бадминтон;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований.

Дети должны уметь:

- Провести специальную разминку для бадминтониста;
- Овладеют основами судейства в бадминтоне;
- Смогут составить график соревнований в личном зачете и определить победителя;
- владеть тактикой нападения и защиты;
- анализировать и оценивать игровую ситуацию;
- самостоятельно применять все виды перемещения;
- самостоятельно осуществлять практическое судейство игры в бадминтон;

- вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях, таблицу учёта результатов;
- уметь управлять своими эмоциями;
- организовывать соревнования в группе, в школе;
- действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы;
- работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;
- постоянно следить за ходом игры, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильные решения;
- уметь доводить дело до конца и добиваться поставленной цели.

Должны быть сформированы:

- навыки правильно распределять свою физическую нагрузку;
- навыки технической подготовки бадминтониста;
- навыки хвата ракетки;
- навыки передвижения;
- навыки подачи волана
- навыки ударов по волану

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий.**

### **2.1. Условия реализации программы.**

Цели и задачи программы определяют систему следующих психолого-педагогических принципов, используемых при реализации программы.

- Принцип развития. Основная задача – это развитие ребенка, и в первую очередь – целостное развитие его личности и готовность личности к дальнейшему развитию.
- Принцип психологической комфортности. Предполагает психологическую защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.
- Принцип овладения культурой. Обеспечивает способность ребенка ориентироваться в мире (или в образе мира) и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей.
- Принцип обучения деятельности. Главное – не передача детям готовых знаний, а организация такой деятельности, в процессе которой они сами делают открытия, узнают что-то новое путем решения доступных проблемных задач. Используемые в процессе обучения игровые моменты, радость познания и открытия нового формируют у детей познавательную мотивацию, а преодоление возникающих в процессе учения интеллектуальных и личностных трудностей развивает волевую сферу.
- Принцип опоры на предшествующее (спонтанное) развитие. Не нужно делать вид, что того, что уже сложилось в голове ребенка до нашего появления, нет, а следует опираться на предшествующее спонтанное (или, по крайней мере, прямо не управляемое), самостоятельное, «жизненное» развитие.
- Принцип креативности. В соответствии со сказанным ранее необходимо переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций.
- Принцип индивидуальности. Развитие ребенка проводится с учетом его индивидуальных особенностей в соответствии с рекомендациями психолога

Занятия проводятся по группам в спортивном зале. Каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия. Перед каждым занятием в зале должна быть проведена влажная уборка, соблюдаться режим проветривания.

Коллективная форма проведения занятий даёт возможность более продуктивно влиять на выработку у детей норм и правил высоконравственного поведения, добиваться сплочения коллектива, наладить дружбу, здоровые отношения между членами коллектива чему способствует дружеская атмосфера совместного занятия спортом, делового содружества, взаимопонимания и полного доверия между педагогами и детьми.

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности. Постепенно, от занятия к занятию, уровень упражнений усложняется. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в спортивной секции и только потом переходить к целенаправленному формированию определенных умений и навыков.

## **2.2. Формы контроля.**

Эффективность проводимой работы с детьми в рамках деятельности по реализации программы определяется с помощью диагностического комплекса, который предусматривает как психологическую, так и педагогическую оценку развития навыков и умений.

Этот комплекс включает:

- собеседование с детьми и родителями (по мере необходимости);
- анкетирование родителей (2 раза в год)
- товарищеские встречи;
- участие в школьных и районных соревнованиях.

## **2.3. Оценочные материалы.**

Главным экспертом в оценке личностного роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в спортивную деятельность.

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся спортсменов регулярно проводить комплексное тестирование юных спортсменов.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. С этой целью используются варианты тестов и контрольных упражнений, одним из методов контроля эффективности занятий в секции является участие учеников в учебных, товарищеских и календарных играх, которые проводятся согласно плану игр районного и городского уровня.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как происходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Для анкетирования родителей разработана анкета, которая представлена в приложении данной программы

## **2.4. Методические материалы.**

### **2.4.1. Методы обучения:**

По способу организации занятия:

- словесный (беседа, объяснение материала, опрос, обсуждение);
- наглядный (просмотр видеоматериалов);
- практический (выполнение заданий)
- фронтальный, круговой;
- метод целостного упражнения;
- метод подводящих упражнений

#### **2.4.2. *Формы организации деятельности воспитанников на занятии:***

- групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы,
- фронтальная;
- индивидуальная;
- групповая;
- подгрупповая;
- коллективно-групповая;
- в парах.

#### **2.4.3. *Приемы и методы организации образовательного процесса:***

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения);
- упражнения в парах;
- тренировки;
- учебная игра;
- практические занятия.

Подготовка юного бадминтониста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются воспитанниками в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую физическую

подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия, в соответствии с этим происходит распределение учебного времени по видам подготовки при разработке текущего планирования.

#### **2.4.4. Методические рекомендации**

- Рекомендации по организации подвижных игр.
- Инструкции по охране труда.

Методическое обеспечение программы

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

### **3. Список литературы.**

1. Бадминтон – наглядное пособие под ред. Бутакова Л.В.
2. Бадминтон. Правила соревнований.-2009.
3. Галицкий А., Лившиц В. Доступный, как бег трусцой. – М,ФиС,2005.
4. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона.-М, ФиС, 1967.
5. Глебович Б, Постников А. – ФиС, 2004.
6. Лавшиц В., Голицкий А. Бадминтон-М, ФиС, 2004.
- 7.Лившиц В.Я., Штильман М.М. Бадминтон для всех.- 2004.
8. Рыбаков Д.Л., Штильман М.М. Основы спортивного бадминтона.-М.,ФиС,1978.
9. Марков Д.М. Бадминтон- 2000.
10. Смирнов Ю.П. Бадминтон/ Уч-к для ИФК. – 1990
11. Спортивные игры/ Уч-к под ред. Портных Ю.М.-ФиС, 2000.
12. Программа для ДЮСШ, ДЮШ Олимпийского резерва и ШВСМ./Комитет по ФК и спорту.-М., 2007.
13. Спортивные игры/ Уч-к под ред. Чумякова Л.А.-М., ФиС, 1966.
- 14.Окунев О. Р. "БАДМИНТОН. Спортивная игра" 2009 г.

Уважаемые родители!

Ваш ребенок в этом учебном году посещал спортивную секцию «Бадминтон». С целью изучения вашего мнения и улучшения деятельности работы спортивной секции предлагаем вам ответить на следующие вопросы:

1. Изменилось ли поведение вашего ребенка и как?
  2. Как он реагирует на обиды, проявляет ли озлобленность?
  3. Настойчив или пассивен во взаимоотношениях с окружающими?
  4. Есть ли у вашего ребенка друзья в группе?
  5. Стремиться ли он к самостоятельности?
  6. Много ли времени ребенок проводит дома?
  7. Есть ли у ребенка устойчивые интересы (рисование, музыка и т.д.)?
  8. Рассказывает ли ваш ребенок о том, что происходит на занятиях в спортивной секции?
  9. Нравятся ли ребенку принимать участие в соревнованиях?
  10. Как ведет себя ребенок дома перед соревнованиями?
  11. Ваши пожелания относительно работы спортивной секции.
- Спасибо за сотрудничество.

### Тематическое планирование

| №   | Тема занятия   | Кол-во часов | Дата по плану | Дата по факту |
|-----|--|--------------|---------------|---------------|
| 1.  | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство обучающихся друг с другом.   | 1            |               |               |
| 2.  | Развитие бадминтона в России. Популярность бадминтона.   | 1            |               |               |
| 3.  | Способы держания ракетки. Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Жонглирование открытой стороной ракетки. Подвижная игра «Воздух, вода, земля».                     | 1            |               |               |
| 4.  | Правила игры в бадминтон. Общеразвивающие упражнения в парах. Жонглирование закрытой стороной ракетки. Игра на внимание «День и ночь».   | 1            |               |               |
| 5.  | Способы перемещения в бадминтоне. Общеразвивающие упражнения с короткой скакалкой. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки поочередно. Подвижная игра «Перестрелка». | 1            |               |               |
| 6.  | Способы выполнения подачи. Общеразвивающие упражнения с теннисным мячом. Жонглирование с перемещением. Подвижные эстафеты.   | 1            |               |               |
| 7.  | Общеразвивающие упражнения у гимнастической стенки. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки поочередно. Подвижная игра «Вратарь».                                    | 1            |               |               |
| 8.  | Общеразвивающие упражнения в движении. Жонглирование с перемещением. Подвижная игра «Вызов номеров».   | 1            |               |               |
| 9.  | Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки поочередно. Подвижная игра «Меткий стрелок».                             | 1            |               |               |
| 10. | Общеразвивающие упражнения в парах. Жонглирование с перемещением. Подвижная игра «Кто быстрее».  | 1            |               |               |
| 11. | Специальные беговые упражнения. Прыжки со скакалкой. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.                                 | 1            |               |               |
| 12. | Прыжки со скакалкой. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.   | 1            |               |               |
| 13. | Метание теннисного мяча в цель. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.  | 1            |               |               |
| 14. | Специальные беговые упражнения. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.  | 1            |               |               |
| 15. | Прыжки на гимнастическую скамейку. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.   | 1            |               |               |
| 16. | Метание теннисного мяча на дальность. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.  | 1            |               |               |
| 17. | Специальные беговые упражнения. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.  | 1            |               |               |
| 18. | Прыжки через горизонтальные препятствия. Передвижения в стойке бадминтониста с изменением направления движения по звуковому сигналу.   | 1            |               |               |



|     |   |   |  |  |
|-----|---|---|--|--|
| 19. | Прыжки с места, касаясь коленями груди. Бег с одновременным жонглированием волана ракеткой и выпадами. Ловля волана в воздухе открытой и закрытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 20. | Лёгкий бег по спортивному залу на носках. Прыжки с места, касаясь коленями груди. Игра об стенку с воланом открытой и закрытой стороной ракетки.                      | 1 |  |  |
| 21. | Выпрыгивания из приседа и многоскоки. ОРУ в движении. Ловля волана в воздухе открытой и закрытой стороной ракетки.  | 1 |  |  |
| 22. | Выпрыгивания вверх с приземлением в исходное положение. ОРУ на месте.   | 1 |  |  |
| 23. | Приседания с отягощением и без. ОРУ на гимнастической скамейке.   | 1 |  |  |
| 24. | Попеременная смена положения ног прыжком. ОРУ в парах.  | 1 |  |  |
| 25. | Приседания на одной ноге с опорой о стену. Ловля волана в воздухе открытой и закрытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 26. | Прыжки с касанием коленями груди. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки поочередно.   | 1 |  |  |
| 27. | Прыжок в длину с приземлением в полный присед.  | 1 |  |  |
| 28. | Выпрыгивание вверх до полного выпрямления ноги со сменой положения ног. Жонглирование закрытой стороной ракетки.  | 1 |  |  |
| 29. | Бег с подскоком через каждые три шага: при третьем касании пола энергично оттолкнуться вверх с махом ноги согнутой в колене. Жонглирование открытой стороной ракетки. | 1 |  |  |
| 30. | Бросок мяча (предмета) из-за головы вперед и бег с ускорением за ним. Жонглирование открытой стороной ракетки.  | 1 |  |  |
| 31. | Упражнения на развитие гибкости. Ловля волана в воздухе открытой и закрытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 32. | Упражнения на развитие гибкости. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки поочередно.  | 1 |  |  |
| 33. | Упражнения на развитие внимания. Жонглирование открытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 34. | Упражнения на развитие внимания. Жонглирование закрытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 35. | Упражнения на развитие быстроты реакции. Ловля волана в воздухе открытой и закрытой стороной ракетки.   | 1 |  |  |
| 36. | Правила подачи и ударов. Подача короткая. Прием короткой подачи. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 37. | Подача плоская. Прием плоской подачи. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 38. | Подача высоко-далекая. Прием высоко-далекой подачи. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 39. | Высоко-далекий удар сверху открытой стороной ракетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 40. | Высоко-далекий удар сверху закрытой стороной ракетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 41. | Плоский удар открытой стороной ракетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 42. | Плоский удар закрытой стороной ракетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 43. | Укороченный удар на сетку. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 44. | Подставка волана на сетку. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 45. | Перевод волана вдоль сетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 46. | Обманные удары и движения. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 47. | Удары «смеш» и принятие «смеш». Учебная игра.   | 1 |  |  |

|     |  |   |  |  |
|-----|--|---|--|--|
| 48. | Комбинация - подача, укороченный удар на сетку, подставка, выбивание волана на заднюю линию, укороченный удар и т.д. Учебная игра. | 1 |  |  |
| 49. | Упражнения «укороченный через подставку». Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 50. | «Смеш» через подставку. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 51. | Игра высоко-далёкими ударами на заднюю линию площадки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 52. | Игра в один угол площадки. Игра на сетке в пределах нейтральной зоны. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 53. | Отработка добивания волана на сетке. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 54. | Подача, удар, «смеш» по линии площадки. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 55. | Подача, высоко-далёкий удар по линии площадки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 56. | Игра на счет, сдача контрольных нормативов, тестирование.  | 1 |  |  |
| 57. | Удары справа, слева различной траектории. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 58. | Далёкие удары с замаха по заданию. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 59. | Подача открытой, закрытой стороной ракетки. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 60. | Противодействие одного игрока против двух игроков. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 61. | Добивание волана на сетке справа открытой стороной ракетки слева закрытой стороной ракетки. Учебная игра.                          | 1 |  |  |
| 62. | Подставка закрытой стороной ракетки в передней зоне. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 63. | Откидка волана от сетки справа и слева. Учебная игра.  | 1 |  |  |
| 64. | Удары над головой закрытой стороной ракетки. Учебная игра.   | 1 |  |  |
| 65. | Приём короткого удара слева и справа на сетку и с отбросом на заднюю линию площадки. Контрольные игры.                             | 1 |  |  |
| 66. | Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой стороной ракетки. Контрольные игры.   | 1 |  |  |
| 67. | Атакующие действия. Защитные действия. Контрольные игры.   | 1 |  |  |
| 68. | Соревнования.  | 1 |  |  |