

**Отдел образования администрации города Кирсанова
Тамбовской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1»
г. Кирсанова Тамбовской области**

Принята на заседании
Методического совета школы
От 26.08.2022 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор школы
_____ Г.Д. Кондракова

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно- спортивной направленности
«Бадминтон»
(ознакомительный уровень)
Возраст учащихся: 12-15 лет
Срок реализации: 1 год**

Автор-составитель:
Олейник Анна Валериевна,
педагог дополнительного образования,
учитель физической культуры.

г. Кирсанов, 2022

Информационная карта программы

1	Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №1» города Кирсанова
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бадминтон»
3	ФИО должность автора	Олейник Анна Валериевна, педагог дополнительного образования, учитель физической культуры
4	Сведения по программе:	
4.1	Нормативно - правовая база	<ul style="list-style-type: none"> • Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; • Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; • Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГОАУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015;
4.2	Область применения	Дополнительное образование
4.3	Направленность	Физкультурно- спортивная

4.4	Тип программы	Модифицированная
4.5	Вид программы	Общеразвивающая
4.6	Уровень	Ознакомительный
4.7	Возраст учащихся	12- 15 лет
4.8	Продолжительность обучения	1 год

Блок №1

«Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бадминтон» является модифицированной, рассчитанной на 1 год обучения, имеет физкультурно-спортивную направленность, ознакомительный уровень освоения и предназначена для учащихся 12-15 лет, желающих расширить свои теоретические и практические навыки в области бадминтона.

Актуальность программы

Актуальность данной программы в том, что дополнительные занятия по бадминтону повлияют не только на повышение уровня двигательной активности обучающихся, но и повлияют на улучшение их здоровья и целом занятия отразятся на улучшение их психо-эмоционального статуса.

Бадминтон – это активный и впечатляющий вид спорта, одна из разновидностей игры с ракетками. Кроме того, бадминтон является олимпийским видом спорта, он популярен в нашей стране и, что не маловажно является малобюджетным видом спорта.

Программа обеспечивает создание необходимых условий для личностного развития учащихся, их профессионального самоопределения. А также, что не маловажно, программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном развитии, в занятиях физической культурой и спортом.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что у учащихся при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. Игра в бадминтон дает возможность научиться работать в команде, максимально сближая членов команды усиливая и воспитывая дружеские отношения между игроками, способствует профилактике асоциального поведения, создает условия для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укрепления психического и физического здоровья детей.

При отборе содержания и структурирования программы использованы общедидактические принципы: доступности; преемственности; перспективности; развивающей направленности; учета индивидуальных особенностей учащихся; органического сочетания обучения и воспитания; практической направленности; посильности.

Новизна программы

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодежи, являясь

увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Адресат программы

Программа адресована подросткам, девочкам, мальчикам до 15 лет.

Условия набора обучающихся: в объединение принимаются все желающие, независимо от уровня первоначальных знаний.

Состав группы: постоянный, нормы наполнения групп – 10-15 человек.

Объем и срок освоения программы:

Данная программа рассчитана на 1 года обучения:

2 часа в неделю. Всего 72 часа

Формы и режим занятий

Режим занятий для учащихся:

Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа в день.

Продолжительность академического часа – 45 минут, перерыв между академическими часами – 10 минут.

1.2 Цель и задачи данной программы

Целью программы является формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры, а в частности бадминтона, в организации здорового образа жизни.

Задачи

Образовательные:

- приобрести определенные знания, умений и навыков в области физической культуры и спорта;
- обучить основным приемам техники и тактическим действиям игры;
- освоить знания о физической культуре и спорте в целом и, об игре в бадминтон в частности, истории бадминтона и его современном развитии, роли формирования здорового образа жизни средствами бадминтона;
- обучить навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону.

Воспитательные:

- привлечь максимально возможное количество обучающихся к систематическим занятиям спортом;
- воспитывать нравственные и волевые качества личности учащихся;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время; формировать культуры здорового и безопасного образа жизни;
- воспитывать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
-

Развивающие:

- формировать культуру движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с обще-развивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
- развивать общие координационные способности, быстроту реакции и перестроение двигательных действий; способности к согласованию движений в целостные комбинации; развить согласованность работы в команде и т.д.
- укрепить физическое и психологическое здоровье обучающихся; содействовать гармоничному физическому развитию; повысить резистентности организма к различным заболеваниям.

Личностные результаты

- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности. Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению; и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты освоения физической культуры

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.

Предметные результаты освоения физической культуры

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом

индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением занятий.

1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Общее кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Введение в предмет					
1	Правила ТБ на занятиях. “Вводное занятие”. Знакомство с детьми, выявление их знаний, умений, навыков. Специфика бадминтона как игрового олимпийского вида спорта.	1	1		Входная диагностика уровня физической подготовленности и уровня мотивации
2	Развитие бадминтона в России. Федерация бадминтона России. Правила игры в бадминтон. Основные определения. Корт и его оборудование. Волан. Жеребьёвка. Система счета. Смена сторон. Подача волана и приём волана.	1	1	-	тесты
Раздел 2. Инструкции по ТБ и ОТ					
2.1	Правила поведения учающихся в спортивном зале и на спортивной площадке на занятиях по бадминтону.	1	1	-	
2.2	Общие требования безопасности и охраны труда при проведении занятий по спортивным и продвинутым играм.	1	1	-	тесты
Раздел 3. Теоретическая подготовка					
3.1	Первые шаги на пути к увлекательной игре “бадминтон”. Сущность игры.	1	0,5	0,5	
3.2	Подвижные игры и соревновательные упражнения с воланом и ракеткой.	1	-	1	Викторина
Раздел 4. Общая физическая подготовка					
4.1	Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения для разминки.	2	1	1	
4.2	Подготовительные упражнения для развития быстроты передвижения.	2	-	2	
4.3	Подготовительные упражнения для развития быстроты реакции и ловкости.	2	-	2	
4.4	Подготовительные упражнения для	4	-	4	

	развития гибкости.				
4.5	Подготовительные упражнения для развития силы.	2	-	2	
4.6	Подвижные игры: “Кто первый?”, “Воробы и вороны”, “Салки” для развития быстроты. Подвижные игры: “Слушай сигнал!”, “Подхвати гимнастическую палку”, “Вокруг стульев” для развития быстроты реакции и ловкости.	6	-	2	
4.7	Итоговое занятие: Развитие общей выносливости. Кроссовая подготовка.	2	-	2	Соревнование
Раздел 5. Специальная физическая подготовка					
5.1	Упражнения для рук и плечевого пояса.	1	-	1	
5.2	Упражнения на растяжение мышц.	2	-	2	
5.3	Упражнения для мышц ног и таза.	1	-	1	
5.4	Упражнения на равновесие.	2	-	2	
5.5	Упражнения для мышц туловища и шеи.	2	-	2	
5.6	Упражнения на расслабление.	2	-	2	Зачет
Раздел 6. Техническая подготовка					
6.1	Подготовка к обучению технике.	1	-	1	
6.2	Индивидуальные и парные упражнения с воланом, с двумя воланами	6	-	6	
6.3	Групповые упражнения и эстафеты.	2	-	2	
6.4	Упражнения с ракеткой. Имитационные упражнения с ракеткой Индивидуальные упражнения с ракеткой и воланом. Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих.	2	-	2	
6.5	Разминочные упражнения сразу после удара по волану.(комбинированные упражнения.) Парные жонглирование воланом с выходом вперед.	2	-	2	
6.6	Итоговое занятие	1		1	зачет
Раздел 7. Тактическая подготовка					
7.1	Ознакомление с тактическими действиями в бадминтоне.	2	-	2	Текущий контроль
7.2	Основы тактики для начинающих игроков.	2	-	2	Текущий контроль

Раздел 8. Интегральная подготовка					
8.1	Учебная двусторонняя игра с индивидуальными заданиями.	2	-	2	
8.2	Целостно –игровые занятия с заданиями на переключение	2	-	2	
8.3	Игровые тренировки.	2	-	2	зачет
Раздел 9. Зачёты и контрольные испытания					
9.1	Основы правил игры в бадминтон.	1	-	1	Текущий контроль
9.2	Основы правил для начинающих игроков.	1	-	1	Текущий контроль
9.3	Правила поведения начинающих игроков в спортивном зале и на спортивной площадке.	2	-	2	Текущий контроль
9.4	Нормативные требования по физической подготовленности: (Мальчики и девочки). 1) Бег 30м. с высокого старта, в сек. 2) Бег с изменением направления, 6х5м., в сек. 3) Прыжок в длину с места, в см. 4)Метание набивного мяча(1кг) из-за головы двумя руками сидя и стоя, в метрах. 5) Отжимания от пола, кол-во раз. 6)Поднимания туловища за 30 сек. 7) Гибкость, наклоны вперёд сидя, см. 8) Прыжки со скакалкой за 30 сек. 9) Кросс 1000 м, мин. сек.	6	-	6	Тестирование общей физической подготовленности, оценка техники исполнения элементов бадминтона, оценка морфофункционального состояния, оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации
9.5	Итоговое занятие	2		2	Зачет
ИТОГО		72ч	6ч	66ч	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Введение в предмет.

Тема 1. “Вводное значение”. Знакомство с детьми, выявление их знаний, умений , навыков.

Тема 2. Специфика бадминтона как игрового олимпийского вида спорта.

Тема 3. Развитие бадминтона в России. Федерация бадминтона России.

Тема 4. Правила игры в бадминтон. Основные определения. Корт и его оборудование. Волан. Жеребьёвка. Система счета. Смена сторон. Подача волана и приём волана.

Раздел 2. Инструкции по ТБ и ОТ.

Тема 1. Правила поведения обучающегося в спортивном зале и на спортивной площадке на занятиях по бадминтону.

Тема 2. Общие требования безопасности и охраны труда при проведении занятий по спортивным и продвинутым играм.

Раздел 3. Теоретическая подготовка.

Тема 1. Первые шаги на пути к увлекательной игре “бадминтон”. Сущность игры.

Тема 2. Подвижные игры и соревновательные упражнения с воланом и ракеткой.

Раздел 4. Общая физическая подготовка.

Тема 1. Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения для разминки.

Тема 2. Подготовительные упражнения для развития быстроты передвижения.

Тема 3. Подготовительные упражнения для развития быстроты реакции и ловкости.

Тема 4. Подготовительные упражнения для развития гибкости.

Тема 5. Подготовительные упражнения для развития прыгучести.

Тема 6. Подготовительные упражнения для развития силы.

Тема 7. Подвижные игры: “Кто первый?”, “Воробьи и вороны”, “Салки” для развития быстроты.

Тема 8. Подвижные игры: “Слушай сигнал!”, “Подхвати гимнастическую палку”, “Вокруг стульев” для развития быстроты реакции и ловкости.

Тема 9. Подвижные игры: “Удочка”, “Прыжки по кочкам”, “Бой петухов” для развития прыгучести.

Тема 10. Подвижные игры: “Тяни в круг”, “Гонка тачек”, “Кто сильнее?” для развития силы.

Тема 11. Развитие общей выносливости. Кроссовая подготовка.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка.

Тема 1. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Тема 2. Упражнения на растяжение мышц.

Тема 3. Упражнения для мышц ног и таза.

Тема 4. Упражнения на равновесие.

Тема 5. Упражнения для мышц туловища и шеи.

Тема 6. Упражнения на расслабление.

Раздел 6. Техническая подготовка.

Тема 1. Подготовка к обучению технике.

Тема 2. Индивидуальные упражнения с воланом.

Тема 3. Индивидуальные упражнения с двумя воланами.

Тема 4. Парные упражнения с воланом.

Тема 5. Парные упражнения с двумя воланами.

Тема 6. Групповые упражнения и эстафеты.

Тема 7. Упражнения с ракеткой.

Тема 8. Имитационные упражнения с ракеткой.

Тема 9. Упражнения с воланом.

Тема 10. Индивидуальные упражнения с ракеткой и воланом.

Тема 11. Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих.

Тема 12. Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих.

Тема 13. Разминочные упражнения сразу после удара по волану.(комбинированные упражнения.)

Тема 14. Парные жонглирование воланом с выходом вперёд.

Раздел 7. Тактическая подготовка.

Тема 1. Ознакомление с тактическими действиями в бадминтоне.

Тема 2. Основы тактики для начинающих игроков.

Раздел 8. Интегральная подготовка.

Тема 1. Учебная двусторонняя игра с индивидуальными заданиями.

Тема 2. Целостно –игровые занятия с заданиями на переключение.

Тема 3. Игровые тренировки.

Раздел 9. Зачёты и контрольные испытания.

Тема 1. Основы правил игры в бадминтон.

Тема 2. Основы правил для начинающих игроков.

Тема 3. Правила поведения начинающих игроков в спортивном зале и на спортивной площадке.

Тема 4. Нормативные требования по физической подготовленности: (Мальчики и девочки).

1) Бег 30м. с высокого старта, в сек.

2) Бег с изменением направления, 6х5м., в сек.

3) Прыжок в длину с места, в см.

4) Метание набивного мяча(1кг) из-за головы двумя руками сидя и стоя, в метрах.

5) Отжимания от пола, кол-во раз.

6) Поднимания туловища за 30 сек.

7) Гибкость, наклоны вперёд сидя, см.

8) Прыжки со скакалкой за 30 сек.

9) Кросс 1000 м, мин. сек.

1.4 Планируемые результаты

Образовательные результаты:

- сформированы базовые знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта;

- занимающийся обучен основным приемам техники игры в бадминтон.

Результаты в воспитании:

- привлечено большее количество обучающихся для занятий в секции;
- проведена работа по воспитанию нравственные и волевые качества личности учащихся;
- сформировалась привычка к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывалась культура здорового и безопасного образа жизни.

Результаты в формировании двигательных действий:

- развитие общих координационных способностей;
- развитие и формирование точности дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений (повышен уровень перемещений с изменением направления движений);
- развитие быстроты реакции и перестроение двигательных действий (обучение работы в парах, обучение работы в группе);
- развитие согласованности работы в команде (обучение работы в команде, командные действия).

Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

2.1 Календарный учебный график

Количество учебных недель – 36

Начало занятий групп – с 1 сентября, окончание занятий – 31 мая.
Продолжительность каникул– с 1 июня по 31 августа.

2.2 Условия реализации программы

Методическое обеспечение программы

В зависимости от поставленных задач на учебном занятии используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), чаще всего их комплексное сочетание. Основные формы проведения занятий – учебно-тренировочное занятие.

В качестве дидактического материала используются:

- наглядные пособия;
- сведения из интернета (спортивные информационные платформы)
- книги, брошюры, газетные материалы;
- фото и видеоматериалы;
- тесты, кроссворды по темам;
- компьютерные презентации по темам;

Методическое обеспечение

В зависимости от поставленных задач на учебном занятии используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), чаще всего их комплексное сочетание. Основные формы проведения занятий – учебно-тренировочное занятие.

В качестве дидактического материала используются:

- наглядные пособия;
- сведения из интернета (спортивные информационные платформы)
- книги, брошюры, газетные материалы;
- фото и видеоматериалы;
- тесты, кроссворды по темам;
- компьютерные презентации по темам;

Материально-техническое обеспечение программы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования
2. Примерная программа основного общего образования по физической культуре
3. Рабочие программы
4. Сетка бадминтонная
5. Ракетки
6. Воланы
7. Табло перекидное
8. Спортивный зал игровой
9. Подсобное помещение для хранения инвентаря

Технологии, формы и методы обучения

В образовательном процессе используются следующие педагогические технологии:

- информационно-коммуникативного обучения;
- дифференцированного обучения,
- игровые технологии (общие и расширенные формы),
- обучение в сотрудничестве,
- здоровьесберегающие технологии.

Формы занятий, методы и приемы обучения и воспитания используются с учетом возрастных особенностей.

Для реализации программы используются следующие методы:

В процессе спортивной тренировки используются две большие группы методов: общепедагогические, включающие словесные и наглядные методы, и практические, включающие методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

Все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспособливают к конкретным требованиям, обусловленным особенностями спортивной практики.

Педагогические методы

- **Словесный метод** - применяемым в спортивной тренировке, относятся рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение и др. Эти формы наиболее часто используют в лаконичном виде, особенно при подготовке квалифицированных спортсменов, чему способствует специальная терминология, сочетание словесных методов с наглядными.
- **Наглядный метод**, используемые в спортивной практике, многообразны и в значительной степени обуславливают действенность процесса тренировки. В последние годы широко применяются вспомогательные средства демонстрации - учебные фильмы, видео записи, макеты игровых площадок и полей для демонстрации тактических схем, электронные игры.

Методы спортивной тренировки

- **Методы строго регламентированного упражнения.** Основная черта данных методов заключается в строгой упорядоченности действий выполняющего упражнения и достаточно четком регулировании воздействующих факторов.

Среди методов, направленных преимущественно на освоение спортивной техники, следует выделять методы разучивания упражнений в целом (целостно-конструктивные) и по частям (расчленено-конструктивные).

- **Непрерывные методы** тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, в основном используются для повышения аэробных возможностей, воспитания специальной выносливости к работе средней и большой длительности. Возможности непрерывных методов тренировки в условиях переменной работы значительно многообразнее.

В случае применения варьирующего варианта могут чередоваться части упражнения, выполняемые с различной интенсивностью или же с различной интенсивностью и изменяющейся продолжительностью.

- **Интервальные методы** тренировки (в том числе повторные и комбинированные) широко применяются в практике спортивной тренировки. Выполнение серии упражнений одинаковой и разной продолжительности с постоянной и переменной интенсивностью и

строго регламентированными произвольными паузам-и является типичным для данных методов.

- **Игровой метод** - основной метод, реализуется в виде общепринятых подвижных и спортивных игр, однако, его нельзя осуществлять с какой-либо конкретной игрой. В принципе, он может быть использован на материале самых разнообразных двигательных действий при условии, что они поддаются организации в соответствии с требованиями игрового метода.

Не менее важна его роль как средства активного отдыха и переключения занимающихся на иной вид двигательной активности.

- **Соревновательный метод** предполагает специально организованную соревновательную деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения эффективности тренировочного процесса. Применение данного метода связано с высокими требованиями к технико-тактическим, физическим и психическим возможностям спортсмена, вызывает глубокие сдвиги в деятельности важнейших систем организма и тем самым стимулирует адаптационные процессы, обеспечивает интегральное совершенствование различных сторон подготовленности спортсмена. Соревнования могут проводиться в усложненных или облегченных условиях по сравнению с официальными.

2.3 Формы аттестации

1. Анкетирование – для выяснения мнения о проведенном мероприятии, мотивов поведения, оценки окружающей действительности, уровня информированности, уточнения жизненных планов (для предпрофессиональной подготовки) и так далее;
2. Тестирование уровня теоретической подготовленности
3. Тестирование уровня физической подготовленности обучающихся (приложение 1).

2.4 Оценочные материалы

Опрос учащихся по пройденному теоретическому материалу.

- Мониторинг результатов физподготовленности по окончании курса обучения.
- Мониторинг результатов технической подготовленности по окончании курса обучения.
- Оценка морфофункционального состояния и психоэмоционального состояния и уровня мотивации
- Соревнования на различных уровнях

2.5 Методические материалы

№ п\п	Раздел программы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
1	Введение в общеобразовательную программу. Техника безопасности.	Таблицы, плакаты, видеоматериалы	<i>Словесные:</i> рассказ, беседа, <i>Практические:</i> пробные учебные игры в бадминтон	Беседа, начальная диагностика ЗУН
2	Теоретическая подготовка	Спортивный инвентарь, видеоматериалы	<i>Словесные:</i> рассказ, беседа, пояснение Видеопоказ	тестирование
3	Общая физическая подготовка	Таблицы, плакаты, видеоматериалы	<i>Словесные:</i> рассказ, беседа, пояснение.	Зачет
4	Специальная физическая подготовка	Спортивный инвентарь,	<i>Практические:</i>	зачет
5	Техническая подготовка	Спортивный инвентарь,	<i>Словесные:</i> рассказ, беседа, пояснение. Видео показ	зачет
6	Тактическая подготовка	Спортивный инвентарь,	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материалов. Видеопоказ	зачет

7	Интегральная подготовка	Спортивный инвентарь,	<p><i>Словесные:</i> рассказ, беседа,</p> <p><i>Практический:</i> использование батареи тестов для определения уровня физической подготовленности.</p>	зачет
8	Контрольные испытания	Спортивный инвентарь,	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материалов. Видеопоказ	зачет
9	Итоговое занятие	Спортивный инвентарь,		соревнование

Список литературы

Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательного процесса:

1. Горячев А.Н., Ивашин А.А. /Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ШВСМ/ - М.; Советский спорт, 2010г.;
2. Лепешкин В.А. /Бадминтон для всех/ - Ростов н/Д, изд-во «Феникс», 2007 г.;
3. Лившиц В.Я. Бадминтон для всех / В.Я. Лившиц. – М.: ФиС, 1988.
4. Рыбаков Д. Основы спортивного бадминтона / Д. Рыбаков, М. Штильман. – М.: ФиС, 1982.
5. Скрипко А.В., В.С.Шульман. В игре стремительный волан. - Минск: «Полымя», 1990 г.
6. Смирнов Ю.Н. Бадминтон учебное пособие для институтов физической культуры / Ю.Н. Смирнов. –М.: 1989.
7. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2003. - 464 с.
8. Турманидзе В.Г. /Бадминтон/ (5-11кл, рабочая программа для учителей общеобразовательных учреждений) - ,изд-во Омск Гос.ун-т, 2011 г.
9. Турманидзе, В.Г. Физическая культура. Бадминтон. 5–11 класс: рабочая программа (для учителей общеобразовательных учреждений) / Турманидзе В. Г., Л.В. Харченко, А.М. Антропов. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2011. – 76 с.
10. Физическая культура: Программа дополнительного образования детей 11-15 лет в условиях санаторно-оздоровительного образовательного учреждения. / Под ред. В.Т. Чичикина. - Нижний Новгород: НГЦ, 2004. – 103 с.
11. Чичикин В.Т. Контроль эффективности физического воспитания в образовательных учреждениях. - Нижний Новгород: НГЦ, 2001. – 131 с.
12. Щербаков А.В. Бадминтон. Спортивная игра: учебно-методическое пособие / А.В. Щербаков. –М.: 2010.
13. Холодов Ж.К. , Кузнецов В.С. “Теория и методика физического воспитания и спорта”, - М.; “Спорт”, 2012г.
14. Лях В.И., Зданевич А.А. ФГОС, “Комплексная программа физического воспитания учащихся”, - Волгоград; “Учитель”, 2012г.
15. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. “Физиология человека”. Общая, спортивная, возрастная. – М., “Спорт”, 2012г.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе:

1. Галицкий А. Азбука бадминтона: учебное пособие / А. Галицкий, О.Мар-ков. – М.: ФиС, 1987.
2. Лепешкин В.А. /Бадминтон для всех/ - Ростов н/Д, изд-во «Феникс», 2007 г.;
3. Лившиц В.Я. Бадминтон для всех / В.Я. Лившиц. – М.: ФиС, 1988.

Критерии оценки

Контрольные нормативы для определения технической подготовленности в бадминтоне

№	Контрольные упражнения	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет
1.	Набивание волана (кол-во раз).	8-10	11-15	16-20	21-25
2.	Передвижение в 4 точки из центра площадки приставным, крестным, простым шагом перенося воланы в каждый угол площадки.	22	22	18	16
3.	Выполнение короткой передачи из правой передней зоны в левую переднюю. (кол-во раз).	4-6	6-8	8-10	10-12
4.	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки по 5 ударов из двух квадратов(кол-во раз).	2	3-4	4-6	5-7
5.	Выполнение короткой передачи закрытой стороной ракетки по 5 ударов из 2-х квадратов (кол-во раз).	2	3-4	4-6	5-7
6.	Выполнение высокой-далекой подачи на заднюю линию площадки (кол-во раз).	1-3	2-4	3-5	4-6
7.	Выполнение атакующего удара "смеш" по прямой линии в среднюю зону площадки (кол-во раз)	-	-	-	4-5