

Государственное бюджетное образовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2024
ГБОУ СОШ №172

УТВЕРЖДЕНА
Приказом №82 от 30.08.2024г.
И.о директора ГБОУ СОШ №172
Калининского района Санкт-
Петербурга
Сохина Г.К.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат CD 39 6B 51 7F 37 D4 53 1F D2

Владелец Сохина Галина Константиновна

Действителен с 28.12.2023 по 28.12.2028

Дополнительная общеразвивающая программа

«Бадминтон»

Срок освоения: 1 год

Возраст учащихся: 12-15 лет

Разработчик:
Антоненкова О.К.
Педагог дополнительного образования

Пояснительная записка	3
Основные характеристики программы	3
Направленность программы	3
Адресат программы	4
Актуальность программы	4
Уровень освоения программы	5
и объем реализации программы	5
Цель программы	5
Задачи программы	5-6
Планируемые результаты освоения учащимися программы	6-7
Организационно-педагогические условия реализации программы	7-9
Язык реализации программы	7
Форма обучения	7
Особенности реализации	7
Условия набора учащихся	7
Условия формирования групп	8
Форма организации деятельности учащихся на занятиях	8
Материально-техническое оснащение программы	8-9
Кадровое обеспечение	9
Учебный план	9
дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон»	10
Методические и оценочные материалы	11-18
Методические материалы	11-13
Оценочные материалы	14-18
Информационные источники	19-21
Календарный учебный график	22
Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон»	23-30
Особенности программы и организации образовательного процесса	23
Цель программы	23
Планируемые результаты	23-24
Содержание программы	25-27
Календарно-тематический план	28-30
Рабочая программа воспитания	31-33
Цель воспитательной работы	31
План воспитательной работы	31-32
Календарный план воспитательной работы	33
План работы с родителями	33-34
Календарный план работы с родителями	34

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон» (далее по тексту - программа) **физкультурно-спортивная**. Программа разработана в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования, такими как: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей//Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №196; Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года //Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р. Программа скорректирована в 2015 году. Стратегия развития физической культуры и спорта, определяет основные направления развития и значение физической культуры и спорта в стране как создание условий для здорового образа жизни граждан, приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение массовости физической культуры и спорта, обеспечение доступа к развитой спортивной инфраструктуре, повышение конкурентоспособности российского спорта, пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта.

Бадминтон – одна из популярнейших спортивных игр, получившее широкое распространение во всём мире. Входит в программу летних Олимпийских игр с 1992г. Игра в бадминтон весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. Все движения в бадминтоне носят естественный характер, базирующийся на беге, прыжках, метаниях .

Современные медики – биологические и социологические исследования показывают, что систематические занятия бадминтоном вызывают значительные морфофункциональные изменения в деятельности анализаторов, опорнодвигательном аппарате и внутренних органах, и системах. В частности, улучшается глубинное и периферическое зрение, повышается способность нервно мышечного аппарата к быстрому напряжению и расслаблению мышц.

Выполнение прыжков в игре, способствует укреплению мышечносвязочного аппарата нижних конечностей, укрепляется связочный аппарат кистей рук и увеличивается их подвижность: увеличивается обмен веществ, работа органов, кровообращения и дыхания. Обоснована эффективность занятий бадминтоном для коррекции зрения и осанки ребенка.

В процессе игровой деятельности, занимающиеся испытывают положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, инициативу. Благодаря этому игра представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха всех детей.

Адресат программы:

В объединение принимаются дети с 12 до 15 лет, без специальной подготовки. В процессе обучения допускается дополнительный набор учащихся. Кроме того, в объединение могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся в объединении в течение первого полугодия.

Наличие медицинской справки для занятий по программе обязательно.

Актуальность программы:

определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы физкультурно-спортивной направленности. Помимо этого, актуальность программы обусловлена формированием индивидуальности учащегося, позволяет проявить физические способности в спортивной деятельности.

Отличительные особенности программы:

Предлагаемая программа построена так, чтобы дать детям ясные и глубокие знания, умения и навыки игры в бадминтон, о системе взаимодействия физкультуры и спорта с жизнью. В ней подразумевается широкое привлечение жизненного опыта педагога-тренера и живых примеров из окружающего спортивного мира и современной реальности, что является важным условием успешного освоения материала.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы. Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса. Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

Уровень освоения: базовый. Освоение программного материала данного уровня предполагает получение учащимися базовых знаний в области спорта.

Срок и объем реализации программы: образовательная программа рассчитана на 1 год, 144 часа.

Цель программы: Развитие и формирование у учащихся универсальных двигательных способностей, овладение техническими приемами и тактическими действиями в спортивной игре бадминтон.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- Ознакомление детей с историей развития бадминтона в России и в мире.
- Формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей.
- Овладение школой движений в бадминтоне.
- Развитие координационных и кондиционных способностей.
- Развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости.
- Обучение официальным правилам организации и проведения соревнований по бадминтону, технике судейства игр в одиночных и парных матчах.
- Обучение психической саморегуляции.

Развивающие задачи:

- Развитие самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности.
- Выработка навыков здорового образа жизни.
- Развитие игровых, эмоциональных и творческих способностей детей.

- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
- Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки.
- Выработка умений использовать физические упражнения для укрепления
- здоровья и противостояния стрессам.

Воспитательные задачи:

- Формирование общественной активности личности обучаемого.
- Воспитание культуры общения и поведения в коллективе, в команде.
- Воспитание любви к Родине, наследию предыдущих поколений и современников.

Планируемые результаты:

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, к бадминтону.

После окончания обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Личностные результаты:

Подготовка к обучению технике;

- Навыки упражнения с воланом;
- Навыки упражнения с воланом;
- Трудолюбие и ответственность; - Чувство уважения к сопернику.

Метапредметные результаты:

Регулятивные.

Учащийся научится:

- Планировать предстоящую игру с соперником;
- Выполнять приемы, руководствуясь инструкцией или наставлением тренера;
- Осуществлять контроль своих действий, используя многократное повторение упражнений;
- Анализировать и оценивать результаты собственных умений;

Познавательные результаты.

Учащийся научится:

- Анализировать работу, рисунок или схему, свойства материалов, видео урок;
- Сравнивать технику игры, опираясь на наглядный пример других учащихся.

Коммуникативные результаты.

Учащийся научится:

- Владеть специальной терминологией по профилю; - Формировать собственный стиль игры, тактики, приемов; Предметные результаты:

Учащийся будет знать:

- О развитии бадминтона в России;
- О специфике бадминтона как игрового вида спорта;
- Основные правила игры в бадминтон;
- Правила ТБ, организацию рабочего места.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Программа реализуется в очной форме.

Особенности реализации ДОП. В период невозможности организации учебного процесса в очной форме (карантина, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней), учебный процесс может быть организован с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В ходе реализации ДОП возможна организация и проведение культурно -массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования

Условия набора. На обучение по данной программе принимаются учащиеся:

- мальчики и девочки 9-12 лет,
- не имеющие специальной подготовки,
- не имеющие противопоказаний для занятий игровыми видами спорта на основании справки врача,
- без вступительных испытаний.

Условия формирования групп. Группы формируются разновозрастные в возрастном диапазоне 9-12 лет. В течение учебного года при наличии вакантных мест допускается зачисление учащихся по результатам собеседования с педагогом дополнительного образования (тренером-преподавателем).

Количество обучающихся в группе. Количество обучающихся в группах по программе с учетом вида деятельности, санитарных норм и норм наполняемости : первый год обучения- не менее 15 человек. Максимальное количество обучающихся в группах-20-25 человек.

Формы организации деятельности учащихся на занятии. Программой предусмотрены следующие формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная(беседа, показ, объяснение),
- групповая (тренировки),
- в группах (подготовка к соревнованиям)
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков).

Форма организации учебного процесса при реализации программы - учебное занятие.

Режим занятий соответствует требованиям СанПин. Соблюдается режим проветривания, санитарное содержание помещения проведения занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Одно занятие составляет 2 академических часа (с перерывом в соответствии с нормами СанПин).

Формы организации занятий. Занятия по программе проводятся преимущественно всем групповым составом, при необходимости (при подготовке к соревнованиям) могут проводиться в малых группах и индивидуально. Программой предусмотрены аудиторные (в учебном классе) и внеаудиторные(посещение соревнований) занятия, в том числе самостоятельная работа по заданию педагога.

Формы проведения занятий. Формами проведения занятий по программе являются как традиционные, так и другие формы (тренировка, лекция, мастеркласс и др.)

Материально – техническое оснащение:

- большой спортивный зал (не менее 24x12м);

- игровая площадка (корт): длина площадки 13,40м; ширина одиночной площадки 5,18м;
- сетка бадминтонная: шириной 760мм, длиной не менее 6,1 метра;
- стойки для сетки: высотой 1,55м от пола корта;
- Игровой инвентарь:
- ракетки для бадминтона;
- стандартные воланы (перьевые, синтетические); Спортивный инвентарь:
- набивные мячи (весом 1кг,2кг,3кг);
- гимнастические скакалки;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические стенки;
- теннисные мячи;
- аудио – видео аппаратура;
- компьютер;

Кадровое обеспечение программы. Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

Учебный план

№	Раздел	Количество часов		Всего	Формы итоговой аттестации и промежуточного контроля
		теория	практика		
1	Введение, специфика бадминтона как игрового вида спорта. Правила игры в бадминтон. Развитие бадминтона в России.	3	1	4	Устный опрос
2	Инструкция по технике безопасности на занятиях по бадминтону, по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм.	2	-	2	Устный опрос
3	Теоретическая подготовка	2	-	2	Тест
4	Общая физическая подготовка	-	28	28	Практические задания.

5	Специальная физическая подготовка	-	4	4	Практические задания.
6	Техническая подготовка	-	20	20	Практические задания.
7	Тактическая подготовка	1	3	4	Практические задания.
8	Интегральная подготовка	1	3	4	Практические задания.
9	Зачеты и контрольные испытания.	1	3	4	Практические задания.
	ИТОГО	10	62	72	

Методические и оценочные и материалы Методические материалы.

В результате освоения предметного содержания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Бадминтон» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Показателями реализации образовательной программы являются:

- ✦ положительная динамика индивидуальных показателей физического развития;
- ✦ овладение теоретическими знаниями и базовыми практическими навыками в сфере культуры здоровья и оздоровительной физической культуры.

Входная диагностика проводится в октябре с целью выявления первоначального уровня умений и возможностей детей и определения уровня физической подготовленности.

Формы: педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий педагога.

Диагностика физических качеств - проводится с каждым учащимся индивидуально по тестовым методикам.

Текущий контроль осуществляется в течение учебного года в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности.

Формы: педагогическое наблюдение, анкетирование, опрос на пройденные темы (техника безопасности, здоровье человека, физическая активность, основы здорового питания, закаливание, самоконтроль и психорегуляция, оборудование и инвентарь для оздоровительных занятий), выполнение тестовых заданий, анализ педагогом и учащимися качества выполнения упражнений.

Итоговый контроль – предусмотрен в мае после освоения обучения по программе.

В ходе реализации данной Программы могут быть использованы разнообразные методы обучения: словесный (беседы, брифинг-опрос, устное изложение тренера), наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический (тренировки, соревнования по бадминтону).

Программа предусматривает использование следующих методов в работе с учащимися: беседа; лекция; демонстрация слайдов и фильмов; рассматривание иллюстраций и другие.

В процессе реализации Программы используются следующие формы проведения занятий: групповой урок; игровая практика; индивидуальный урок; занятия по физической и теоретической подготовке; контрольные и официальные соревнования.

Основными формами тренировочной работы по бадминтону являются: теоретические и практические занятия, тренировки, соревнования, тренировочные занятия в спортивных лагерях, тренировочные сборы, профилактические и оздоровительные мероприятия.

Учебные и методические пособия:

включает в себя:

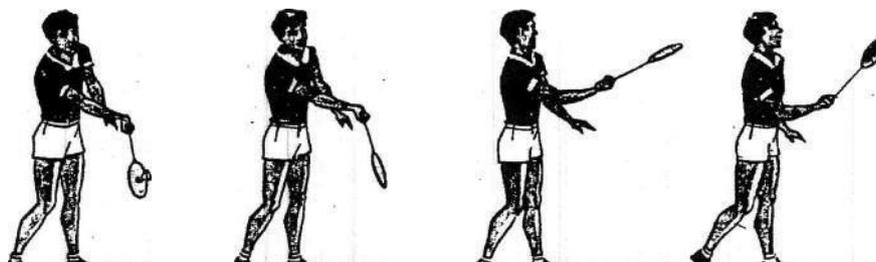
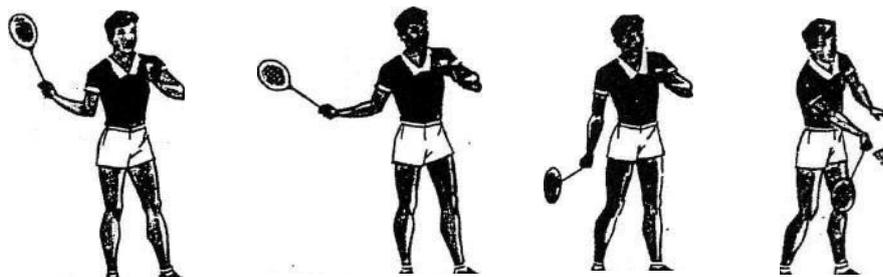
- раздаточный материал
- дидактический материал
- учебные и методические пособия
- наглядный материал
- учебные видеофильмы
- конспекты занятий
- информационный и справочный материалы
- научную, специальную и методическую литературу
- памятки, инструкции, советы
- список наглядно-информационных материалов
- методические рекомендации
- методические разработки
- тематические папки
- тестовые задания
- диагностические методики
- сборники заданий и упражнений
- творческие отчеты
- фотоальбомы
- видеоматериалы

Оценочные материалы
«Бадминтон»

Вид контроля	Критерии	Уровень обученности
Уровень владения материалом раздела « Специфика бадминтона как игрового вида спорта»		
1.Текущий контроль	Имеет представление и владеет техникой нижней подачи.	Высокий
	Имеет представление, но допускает ошибки в технике подачи	Средний
	Имеет представление, не владеет техникой	Низкий
Уровень владения материалом раздела «Подготовка к обучению технике»		
2.Текущий контроль	учащийся может правильно исполнить технику удара справа/слева	Высокий
	учащийся допускает незначительные ошибки в технике удара справа/слева	Средний
	учащийся неправильно исполняет технику ударов справа/слева	Низкий
Практическая работа по разделам программы «Техническая подготовка»		
3.Промежуточная аттестация	Учащийся сконцентрирован на упражнении. Хорошая реакция на ловлю мяча.	Высокий
	Учащийся сконцентрирован на упражнении. Слабая реакция на ловлю мяча.	Средний
	Учащийся плохо сконцентрирован на упражнении. Отсутствует реакция на ловлю мяча.	Низкий

Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон»
Год обучения по программе: 1, Текущий контроль. Октябрь ФИО
педагога: Антоненкова О.К.

1. Практическая часть. Нижняя подача на заднюю зону площадки.
Подача



№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	Обучающийся с первого раза подает волан в нужную зону, используя технику нижней подачи.	5 балл
2.	Обучающийся не с первого раза попадает по волану, ошибки в технике, подает волан в нужную зону.	3-4 балл
3.	Обучающийся не может подать волан в нужную зону, ошибки в технике.	1-2 балл

Теоретическая часть. Устный тест-опрос

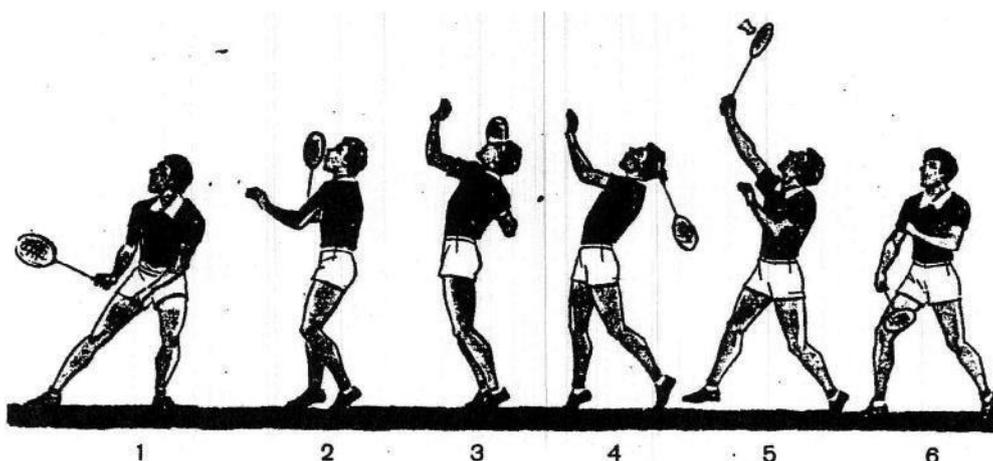
1. В каком году бадминтон стал Олимпийским видом спорта?
2. В какой стране зародилась игра бадминтон?
3. Спортивный инвентарь для игры бадминтон.

№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	Обучающийся дает полный ответ без запинки.	5 балл
2.	Обучающийся дает не полный ответ.	3-4 балл
3.	Обучающийся не может дать ответа, затрудняется в ответе.	1-2 балл

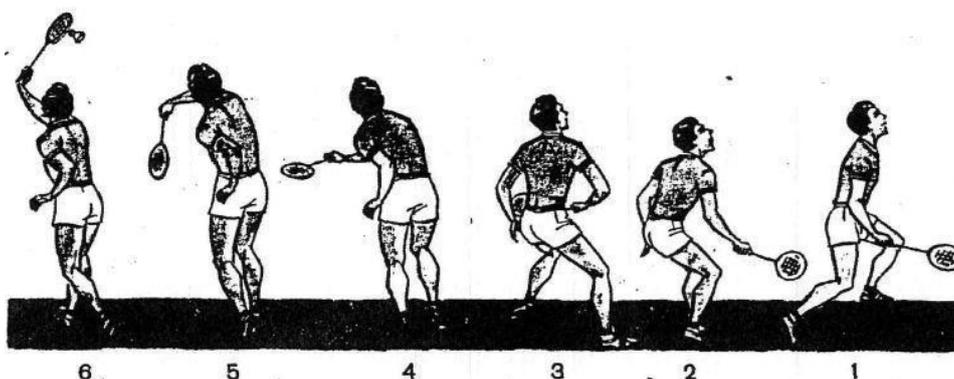
Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон»
Год обучения по программе: 1. Текущий контроль. Декабрь ФИО педагога: Антоненкова О.К.

Практическая часть. Удар справа (форхенд), удар слева (бекхэнд). Из центра площадки отбить воланы с каждой стороны (5 воланов справа, 5 воланов слева).

Удар справа (форхенд)



Удар слева (бекхэнд)



№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	Обучающийся с первого раза отбивает воланы с каждой стороны.	5 балл
2.	Обучающийся отбивает воланы с промахами (не менее 50%)	3-4 балл
3.	Обучающийся не успевает отбить воланы. Отбил менее 50%	1-2 балл

1. Теоретическая часть. Письменный опрос

Основные виды ударов бадминтоне:

- подача: короткая, плоская, высоко-далекая
- высоко-далекие удары сверху: открытой и закрытой стороной ракетки
- удары «смеш» и принятие «смеш»
- плоские удары открытой и закрытой стороной ракетки
- укороченный удар на сетку
- подставка волана на сетку
- перевод волана вдоль сетки - обманные удары и движения

№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	Обучающийся дает полный ответ без запинки.	5 баллов
2.	Обучающийся дает не полный ответ.	3-4 балла
3.	Обучающийся не может дать ответа, затрудняется в ответе.	1-2 балла

Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон»
Год обучения по программе: 1. Промежуточная аттестация. ФИО педагога: Антоненкова О.К.

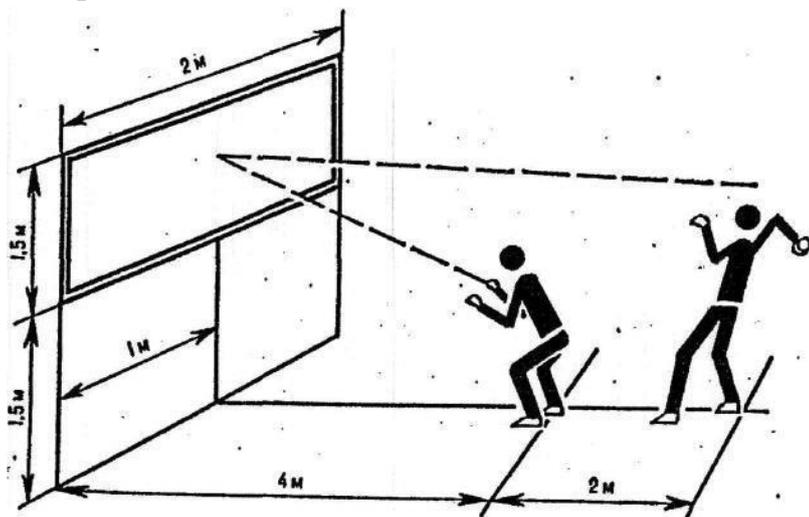
Практическая часть. Тестирование

Тестирование необходимо для определения уровня подготовки юношей и девушек. По результатам тестов получают статические данные, на основании которых выявляют и оценивают качества обучающихся.

Перед выполнением теста обучающиеся должны провести разминку.

Тест. Быстрота реакции на неожиданность появления предмета.

Преподаватель или партнер, стоя за спиной испытуемого, бросает теннисные мячи в стену с максимальной силой. Броски направляются в разные точки. При отскоке испытуемый должен поймать мячи одной рукой. Количество бросков -10.



№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	8-10 пойманных мячей – отлично	5 балл
2.	7-4 пойманных мячей – хорошо	3-4 балл
3.	3 и менее пойманных мячей – удовлетворительно	1-2 балл

1. Теоретическая часть. Устный опрос

- Правила игры в бадминтон;
- Основные определения.

№ п/п	Требования выполнения практического материала	Количество баллов
1.	Обучающийся дает полный ответ без запинки.	5 баллов
2.	Обучающийся дает не полный ответ.	3-4 балла
3.	Обучающийся не может дать ответа, затрудняется в ответе.	1-2 балла

**Перечень учебно-методического комплекса для реализации дополнительной
общеразвивающей программы «Бадминтон»**

Педагог дополнительного образования – Антоненкова О.К.

Нормативно-правовой блок:

1. Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012.

2. Об образовании в Санкт-Петербурге //Закон Санкт-Петербурга от 17.07.2013 года № 461-83.

3. Стратегия действий в интересах детей в Санкт-Петербурге на 2012-2017 годы // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 16.08.2012 № 864

4. Программа «Развитие образования в Санкт-Петербурге на 2013-2020 годы»// Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 10 сентября 2013 № 66-рп.

5. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р.

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р.

7. Государственная программа "Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы" //Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. № 1493

8. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №196.

9.СанПиН2.4.4.3172-14«Санитарно-эпидемиологические требования устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей» // Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41

Информационные источники.

Список литературы, для использования педагогом:

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.

Перечень Интернет-ресурсов

1. <http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации
2. <http://www.badm.ru/> - Национальная федерация бадминтона России
3. <http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России
4. <http://www.olympic.org/> - Международный Олимпийский Комитет

Список литературы в адрес учащихся и родителей:

1. Азбука бадминтона – М, ФиС, 1999.
2. Бадминтон – М., ФиС, 2004.
3. Бадминтон – М., ФиС, 2006.

4. Бадминтон – М., ФиС, 2007.
5. Бадминтон – наглядное пособие под ред. Бутакова Л.В., 2001г.
6. Жбанков О.В. СФП в бадминтоне. – М.П., 1997.
7. Бадминтон. Правила соревнований. – 2003г.
8. Основы спортивного бадминтона – М., ФиС, 2005.
9. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
10. Лившиц В., Голицкий А. Бадминтон. Азбука спорта. 1984.
15. Рыбаков Д.Л., Штильман М.М. Основы спортивного бадминтона. – 1999г.
16. Программа для ДЮСШ, ДЮШ Олимпийского резерва и школ ВСМ.
17. Спортивные игры /Учебник под ред. Л.А.Чумякова – М., ФиС, 2006.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 172 Калининского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом

Протокол № _____ От _____

ГБОУ СОШ №172

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № _____ от _____ 20__ г.

И.о директора ГБОУ СОШ №172

Калининского района Санкт-

Петербурга

Сохина Г.К.

**Календарный учебный график
дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон» на
2024-2025 учебный год**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2024	25.05.2025	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

1 учебный час-45 минут.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 172 Калининского района
Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № _____ От _____
ГБОУ СОШ №172

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № _____ от _____ 20__ г.
И.о директора ГБОУ СОШ №172
Калининского района Санкт-
Петербурга
Сохина Г.К.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА дополнительной общеразвивающей
программы «Бадминтон»**

Особенности программы и организации образовательного процесса в 2024/2025 учебном году:

Акцент данной программы делается на создание ситуации успеха, использования личностно-развивающих воспитательных технологий в процессе работы с детьми, а также на психологическую и восстановительную подготовку бадминтонистов.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы. Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса. Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое

внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

Цель программы: гармоничное развитие обучающихся, всестороннее совершенствование их двигательных способностей, совершенствованием психических познавательных процессов, укрепление здоровья, обеспечение творческого долголетия посредством фехтования

Планируемые результаты:

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, к бадминтону.

После окончания обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- Подготовка к обучению технике;
- Навыки упражнения с воланом;
- Навыки упражнения с воланом; - Трудолюбие и ответственность; -
Чувство уважения к сопернику.

Метапредметные результаты:

Регулятивные.

Учащийся научится:

- Планировать предстоящую игру с соперником;
- Выполнять приемы, руководствуясь инструкцией или наставлением тренера;
- Осуществлять контроль своих действий, используя многократное повторение упражнений;
- Анализировать и оценивать результаты собственных умений; *Познавательные результаты.*

Учащийся научится:

- Анализировать работу, рисунок или схему, свойства материалов, видео урок;
- Сравнивать технику игры, опираясь на наглядный пример других учащихся.

Коммуникативные результаты.

Учащийся научится:

- Владеть специальной терминологией по профилю; - Формировать собственный стиль игры, тактики, приемов; **Предметные результаты:**

Учащийся приобретёт знания:

- О развитии бадминтона в России;
- О специфике бадминтона как игрового вида спорта;
- Основные правила игры в бадминтон;
- Правила ТБ, организацию рабочего места.

Содержание программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	<p>Введение, специфика бадминтона как игрового вида спорта.</p> <p>Правила игры в бадминтон. Развитие бадминтона в России.</p> <p>Тема 1. —Вводное значение. Знакомство с детьми, выявление их знаний, умений, навыков.</p> <p>Тема 2. Специфика бадминтона как игрового олимпийского вида спорта.</p> <p>Тема 3. Развитие бадминтона в России. Федерация бадминтона России.</p> <p>Тема 4. Правила игры в бадминтон. Основные определения. Корт и его оборудование. Волан. Жеребьёвка. Система счета. Смена сторон. Подача волана и приём волана.</p>	4	3	1
2.	<p>Инструкция по технике безопасности на занятиях по бадминтону, по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм.</p> <p>Тема 1. Правила поведения, обучающегося в спортивном зале и на спортивной площадке на занятиях по бадминтону.</p> <p>Тема 2. Общие требования безопасности и охраны труда при проведении занятий по спортивным и продвинутым играм.</p>	2	2	-
3.	<p>Теоретическая подготовка.</p> <p>Тема 1. Первые шаги на пути к увлекательной игре —бадминтон. Сущность игры.</p> <p>Тема 2. Подвижные игры и соревновательные упражнения с воланом и ракеткой.</p>	2	2	-
4.	<p>Общая физическая подготовка.</p> <p>Тема 1. Общеразвивающие упражнения на все группы мышц.</p> <p>Упражнения для разминки.</p>	28	-	28

	<p>Тема 2. Подготовительные упражнения для развития быстроты передвижения.</p> <p>Тема 3. Подготовительные упражнения для развития быстроты реакции и ловкости.</p> <p>Тема 4. Подготовительные упражнения для развития гибкости.</p> <p>Тема 5. Подготовительные упражнения для развития прыгучести.</p> <p>Тема 6. Подготовительные упражнения для развития силы. Тема 7. Подготовительные игры: —Кто первый?!, —Воробьи и вороны!, —Салки! для развития быстроты.</p> <p>Тема 8. Подвижные игры: —Слушай сигнал!!, —Подхвати гимнастическую палку!, —Вокруг стульев! для развития быстроты реакции и ловкости.</p> <p>Тема 9. Подвижные игры: —Удочка!, —Прыжки по кочкам!, —Бой петухов! для развития прыгучести.</p> <p>Тема 10. Подвижные игры: —Тяни в круг!, —Гонка тачек!, —Кто сильнее?! для развития силы.</p> <p>Тема 11. Развитие общей выносливости. Кроссовая подготовка.</p>			
5.	<p>Специальная физическая подготовка.</p> <p>Тема 1. Упражнения для рук и плечевого пояса.</p> <p>Тема 2. Упражнения на растяжение мышц.</p> <p>Тема 3. Упражнения для мышц ног и таза.</p> <p>Тема 4. Упражнения на равновесие.</p> <p>Тема 5. Упражнения для мышц туловища и шеи.</p> <p>Тема 6. Упражнения на расслабление.</p>	4	-	4
6.	<p>Техническая подготовка.</p> <p>Тема 1. Подготовка к обучению технике.</p> <p>Тема 2. Индивидуальные упражнения с воланом.</p> <p>Тема 3. Индивидуальные упражнения с двумя воланами.</p> <p>Тема 4. Парные упражнения с воланом.</p> <p>Тема 5. Парные упражнения с двумя воланами.</p> <p>Тема 6. Групповые упражнения и эстафеты.</p> <p>Тема 7. Упражнения с ракеткой.</p> <p>Тема 8. Имитационные упражнения с ракеткой.</p> <p>Тема 9. Упражнения с воланом.</p> <p>Тема 10. Индивидуальные упражнения с ракеткой и воланом.</p> <p>Тема 11. Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих.</p> <p>Тема 12. Парные упражнения с одной ракеткой и воланом на двоих.</p> <p>Тема 13. Разминочные упражнения сразу после удара по волану.(комбинированные упражнения.)</p> <p>Тема 14. Парные жонглирование воланом с выходом вперед.</p>	20	-	20
7.	<p>Тактическая подготовка</p> <p>Тема 1. Ознакомление с тактическими действиями в бадминтоне.</p> <p>Тема 2. Основы тактики для начинающих игроков.</p>	4	1	3
8.	<p>Интегральная подготовка</p> <p>Тема 1. Учебная двусторонняя игра с индивидуальными заданиями.</p> <p>Тема 2. Целостно –игровые занятия с заданиями на переключение.</p> <p>Тема 3. Игровые тренировки.</p>	4	1	3

9.	Зачёты и контрольные испытания. Тема 1. Основы правил игры в бадминтон.	4	1	3
	Тема 2. Основы правил для начинающих игроков. 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.			
	Итого	72	10	62

УТВЕРЖДЕН

Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Бадминтон» на 2023-2024 учебный год для
группы №1
Педагога **Цветинского Игоря Анатольевича**

Дата проведения занятия	Дата проведения занятия	Название раздела, темы	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика

(по плану)	(по факту)				
05.09		Введение, специфика бадминтона как игрового вида спорта. Правила игры в бадминтон. Развитие бадминтона в России	2	1	1
07.09		Специфика бадминтона как игрового вида спорта. Правила игры в бадминтон. Развитие бадминтона в России	2		2
12.09		Инструкция по технике безопасности на занятиях по бадминтону, по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм	2	2	
14.09		Теоретическая подготовка.	2	2	
19.09		Общая физическая подготовка	2		2
21.09		Общая физическая подготовка	2		2
05.10		Зачёты и контрольные испытания.	2	1	1
10.10		Общая физическая подготовка	2		2
12.10		Общая физическая подготовка	2		2
17.10		Общая физическая подготовка	2		2
19.10		Общая физическая подготовка	2		2
24.10		Общая физическая подготовка	2		2
26.10		Общая физическая подготовка	2		2
31.10		Общая физическая подготовка	2		2
		Общая физическая подготовка	2		2
		Общая физическая подготовка	2		2
02.11		Общая физическая подготовка	2		2
07.11		Общая физическая подготовка	2		2

21.11		Специальная физическая подготовка.	2		2
23.11		Специальная физическая подготовка.	2		2
28.11		Техническая подготовка.	2		2
30.11		Техническая подготовка.	2		2
05.12		Зачёты и контрольные испытания.	2	1	1
07.12		Техническая подготовка.	2		2
12.12		Техническая подготовка.	2		2
14.12		Техническая подготовка.	2		2
19.12		Техническая подготовка.	2		2
21.12		Техническая подготовка.	2		2
26.12		Техническая подготовка.	2		2
28.12		Техническая подготовка.	2		2
09.01		Техническая подготовка.	2		2
11.01		Техническая подготовка.	2		2
18.01		Техническая подготовка.	2		2
20.01		Техническая подготовка.	2		2
25.01		Тактическая подготовка	2	1	1

27.01		Тактическая подготовка	2		2
30.01		Общая физическая подготовка	2		2
01.02		Общая физическая подготовка	2		2
06.02		Общая физическая подготовка	2		2
08.02		Общая физическая подготовка	2		2
13.02		Общая физическая подготовка	2		2
15.02		Зачёты и контрольные испытания.	2	1	1
20.02		Общая физическая подготовка	2		2
22.02		Общая физическая подготовка	2		2
27.02		Общая физическая подготовка	2		2
29.02		Общая физическая подготовка	2		2
05.03		Общая физическая подготовка	2		2
07.03		Общая физическая подготовка	2		2
12.03		Общая физическая подготовка	2		2
14.03		Общая физическая подготовка	2		2
19.03		Общая физическая подготовка	2		2
21.03		Техническая подготовка.	2		2
26.03		Техническая подготовка.	2		2
28.03		Техническая подготовка.	2		2
02.04		Техническая подготовка.	2		2
04.04		Зачёты и контрольные испытания.	2	1	1
09.04		Техническая подготовка.	2		2
11.04		Техническая подготовка.	2		2
16.04		Техническая подготовка.	2		2
18.04		Техническая подготовка.	2		2
23.04		Техническая подготовка.	2		2
25.04		Техническая подготовка.	2		2
02.05		Техническая подготовка.	2		2
07.05		Техническая подготовка.	2		2
14.05		Техническая подготовка.	2		2
16.05		Интегральная подготовка.	2	1	1
21.05		Интегральная подготовка.	2		2
23.05		Интегральная подготовка.	2		2
28.05		Зачеты и контрольные испытания.	2	1	1
итого			144	11	133

Согласован:

Заведующий ОДОД _____ /Щербак В.А.

Дата: «_» «_____» 2024 года

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 203
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 203
от 29 августа 2023 г. № 513-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «бадминтон» на 2024 - 2025 учебный год

*педагога дополнительного образования – Антоненкова Ольга
Константиновна*

Главной целью воспитательной работы является содействие формированию качеств личности гражданина, отвечающих национально-государственным интересам Российской Федерации, и создание условий для самореализации личности. Напряженная тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятием бадминтона, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой бадминтониста.

Воспитательную работу нельзя выделить как отдельный, относительно обособленный от других видов профессиональной деятельности тренера процесс. Вся деятельность тренера - и в ходе тренировочных занятий, и при совместном с учениками проведении досуга, и на соревнованиях - это все есть воспитательная работа.

I. Основные направления воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

1. Единство воспитательных воздействий, направленных на формирование личности юного спортсмена – итог комплексного влияния факторов социальной системы воспитания, в том числе: семьи, школы, коллектива педагогов.

2. Воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия.

3. Интеллектуальное воспитание, основными задачами которого является: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

4. Выражение положительной оценки действий спортсмена и поступков. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

5. Воспитание волевых качеств. Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена.

6. Формирование принципов здорового образа жизни.

II. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Индивидуальные консультации по вопросам обучения в объединении	В течение учебного года	ГБОУ СОШ №172	
2	Оформление и пополнение информационного стенда для учащихся	Предметная неделя	Стенды отделения «Физическая культура»	
3	Показательные выступления	Январь февраль	ГБОУ СОШ №172	
4	Учебно-тренировочные сборы, аттестация	Май	Санкт-Петербург	

III. План работы с родителями

№ п/ п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание: О задачах спортивной секции в новом учебном году, планирование совместной работы. Обсуждение организационных моментов	Сентябрь	ГБОУ СОШ №172	
2	Индивидуальные беседы: Беседы по дисциплине посещений тренировок	В течение года	ГБОУ СОШ №172	
3	Индивидуальные беседы: Беседы по корректировки режима дня, питания, отдыха	В течение года	ГБОУ СОШ №172	
4	Индивидуальные беседы: Здоровый образ жизни родителей, как пример ребёнку	В течение года	ГБОУ СОШ №172	
5	Спортивные праздники и соревнования	В течение года	ГБОУ СОШ №172	организации спортивных мероприятий и праздников
6	Спортивные соревнования	В течение года	По назначению	Помощь родителей в судействе соревнований

7	Родительское собрание: Подведение итогов работы.	Май	ГБОУ СОШ №172	
---	---	-----	---------------	--