

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДОРОГОЩАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ГРАЙВОРОНСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

<p>«Рассмотрено» Руководитель МС  (Михайлова Л.В.) Протокол № <u>1</u> от «<u>16</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель руководителя МБОУ «Дорогощанская СОШ»  (Бруева Е.А.) от «<u>16</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>	<p>«Утверждаю» Руководитель МБОУ «Дорогощанская СОШ»  (Игнатенко В.И.) Приказ № <u>219</u> от «<u>19</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>
--	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
спортивной секции «Бадминтон»
для учащихся 5-8 классов
Срок реализации: 1 год**

Составитель: учитель физической культуры Архипенко Игорь Евгеньевич

1.Пояснительная записка

Данная рабочая программа **по спортивно-оздоровительному направлению** разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Программа способствует реализации соглашения о развитии бадминтона в школе, заключенного между министром образования и науки А. Фурсенко и Президентом НФБР С.Шахраем в 2011г. Программа направлена на выполнение инициативы Д.А. Медведева о введении бадминтона, как вида спорта в школьные занятия.

Бадминтон — вид спорта, заключающийся в перекидывании через сетку игрового снаряда под названием **волан** с помощью **ракеток**. Олимпийский вид спорта с 1992г.

В бадминтон можно играть везде, он доступен людям любого возраста. Занятия бадминтоном способствуют развитию быстроты, ловкости, гибкости, глазомера, быстроты реакции, выдержки, а также специальных спортивно-технических навыков. Поэтому бадминтон является составной частью физической подготовки российских космонавтов.

Отличительная особенность: Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Актуальность программы состоит в том, что бадминтон становится популярным видом спорта. А через заинтересованность учащихся в бадминтоне есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

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 метод вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Целью реализации 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.

В рамках реализации этой цели рабочая программа способствует решению следующих **задач**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с обще-развивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
- освоение знаний 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;

- обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 5-7 классов

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1 часу; 34 часа в год.

2. Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
1	Основы теоретических знаний	2
2	Технико-тактическая подготовка бадминтониста	15
3.	Общая физическая и специальная подготовка бадминтониста Учебно-тренировочные игры	15
4.	Контрольно-тестирующий комплекс. Соревнования	2
Итого:		34

3. Содержание программы

Раздел «Знания о физической культуре»

Личная гигиена школьника. Режим дня. Реакция организма на различные физические нагрузки. Роль обязательных занятий физической культурой и спортом в жизни человека. Правила игры и ведения счета. Мера безопасности на занятиях физической культурой и спортом. История и развитие бадминтона. Оборудование и инвентарь.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»

Правильное перемещение по площадке. Обучение различным способам хватов ракетки. Имитация упражнений без ракетки и без волана; с ракеткой и без волана; с ракеткой и подвесным воланом. Обучение основной стойке при подаче, при приеме подачи, при ударах. Жонглирование воланом. Обучение подаче. Обучение ударам. Обучение замаху при ударах. Наблюдение за воланом и за противником во время игры. Ознакомление с простыми тактическими комбинациями на 2–3 удара.

Раздел «Физическое совершенствование»

Специальную физическую подготовку следует проводить исходя из конкретных условий, упражнения и комплексы подбирать применительно к особенностям игры, полета волана и связанных с этим перемещений на площадке. В первую очередь следует развивать гибкость – это важнейшее условие для успешного развития остальных специфических качеств юного бадминтониста, – выполняя упражнения для увеличения подвижности плечевого пояса, суставов ног, гибкости туловища.

4. Требования к уровню подготовки обучающихся:

Занимающиеся данного периода обучения должны знать и иметь представление:

1. об особенностях зарождения, истории бадминтона;
2. о физических качествах и правилах их тестирования;
3. основы личной гигиены, причины травматизма при занятии бадминтоном и правила его предупреждения;
4. уметь организовать самостоятельные занятия бадминтоном.

Учащиеся должны уметь:

1. выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2. владеть основами техники бадминтона;
3. знать основы судейства.

В процессе обучения и тренировки, занимающиеся должны приобрести следующие навыки учебной работы и судейства соревнований по бадминтону:

- освоить терминологию, принятую в бадминтоне;
- уметь подготовить в качестве дежурного инвентарь, места проведения занятий и соревнований;
- руководить командой своего класса на общешкольных соревнованиях.

5. Ожидаемые результаты

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного «Бадминтон». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия бадминтоном для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам);
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности бадминтона;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с частными задачами по бадминтону, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности обучающихся.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в бадминтоне;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня обучающихся, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;
- умение передвигаться красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Бадминтон», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по бадминтону, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из бадминтона, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по бадминтону.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Бадминтон». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по бадминтону. Предметные результаты также проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории развития бадминтона в олимпийском движении, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития бадминтона в области физической культуры, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте бадминтона в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий по бадминтону, доброжелательное и уважительное отношение к обучающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований по бадминтону.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия по бадминтону разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия по бадминтону, формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о бадминтоне, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

6. Условием реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к своему здоровью

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДОРОГОЩАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ГРАЙВОРОНСКОГО РАЙОНА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

<p align="center">«Рассмотрено» Руководитель МС  (Михайлова Л.В.) Протокол № <u>1</u> от «<u>16</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>	<p align="center">«Согласовано» Заместитель руководителя МБОУ «Дорогощанская СОШ»  (Бруева Е.А.) от «<u>16</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>	<p align="center">«Утверждаю» Руководитель МБОУ «Дорогощанская СОШ»  (Игнатенко В.И.) Приказ № <u>219</u> от «<u>16</u>» <u>08</u> 2022 г.</p>
---	--	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

к рабочей программе дополнительного образования

спортивной секции «Бадминтон»

для учащихся 5-8 классов

Учитель: Архипенко И.Е.

Количество часов по учебному плану:

Всего 34 час; в неделю 1 час.

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	Ознакомление с правилами безопасности на занятиях бадминтоном. Изучение способов хвата ракетки.	1	07.09	
2	Закрепление техники хвата ракетки. Контрольные упражнения по физической подготовленности.	1	.14.09	
3	Изучение основных стоек при подаче, приеме подачи, ударах. Эстафеты с воланом.	1	21.09	
4	Жонглирование на разной высоте с перемещением. Контроль подвижности плечевого пояса.	1	28.09	
5	Изучение способов передвижения по площадке. Контроль оперативного мышления.	1	05.10	
6	Совершенствование техники жонглирования на разной высоте с перемещением. Эстафеты с воланом.	1	12.10	
7	Изучение техники передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой. Парные эстафеты.	1	19.10	
8	Изучение правильной техники выполнения подачи. Изучение техники имитации ударов справа и слева.	1	02.11	
9	Закрепление техники передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой. Контроль быстроты реакции на неожиданно появившийся предмет.	1	09.11	
10	Совершенствование техники передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой, подач. Эстафеты с воланом.	1	16.11	
11	Контроль техники упражнений с ракеткой – «восьмерок», махов. Контроль скорости одиночного движения.	1	23.11	
12	Изучение техники передачи волана в парах. Совершенствование техники челночного бега.	1	30.11	
13	Совершенствование техники имитации ударов	1	07.12	

	справа, слева. Парные эстафеты.			
14	Контроль уровня развития координационных способностей. Изучение игры «Вертушка».	1	14.12	
15	Совершенствование техники подачи волана в парах. Игра «Вертушка».	1	21.12	
16	Объяснение правил выполнения домашних заданий по бадминтону. Эстафеты с воланом.	1	11.01	
17	Совершенствование техники передвижения по площадке без ракетки, с ракеткой, подач. Игра «Вертушка».	1	18.01	
18	Игра «Вертушка». Эстафеты парные, с воланом, с воланом и ракеткой.	1	25.01	
19	Повторение правил выполнения домашних заданий по бадминтону. Совершенствование техники жонглирования.	1	01.02	
20	Изучение техники подачи у стены, в парах. Ознакомление с техникой выполнения высоко-далеких ударов.	1	08.02	
21	Повторение правил безопасности на уроках бадминтона. Совершенствование техники подачи у стены, в парах.	1	15.02	
22	Изучение приема подачи. Эстафета с воланом.	1	22.02	
23	Ознакомление с краткими правилами игры. Парная эстафета.	1	01.03	
24	Совершенствование имитации техники ударов справа, слева. Закрепление техники передвижения по площадке.	1	01.03	
25	Совершенствование техники подачи у стены, в парах. Парная эстафета.	1	15.03	
26	Совершенствование техники приема подачи. Игра «Вертушка».	1	22.03	
27	Контроль скорости передвижения по площадке.	1	05.04	

	Совершенствование техники выполнения высоко-далеких ударов.			
28	Совершенствование техники перекидывания воланов в парах. Игра «Вертушка».	1	12.04	
29	Контроль выполнения подачи. Совершенствование техники выполнения высоко-далеких ударов.	1	19.04	
30	Совершенствование техники приема подачи. Игра «Вертушка».	1	26.04	
31	Совершенствование техники перекидывания воланов в парах. Эстафета с воланом.	1	03.05	
32	Совершенствование техники выполнения высоко-далеких ударов. Парная эстафета.	1	10.05	
33	Совершенствование техники элементов, пройденных на предыдущих уроках. Игра «Вертушка».	1	17.05	
34	Потребности организма для правильного функционирования. Итоговое занятие.	1	24.05	

В соответствии с годовым календарным учебным графиком в рабочей программе произошло уплотнение материала: «Ознакомление с краткими правилами игры. Парная эстафета» и «Совершенствование имитации техники ударов справа, слева. Закрепление техники передвижения по площадке» - 01.03.