

государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Завьяловская школа-интернат»

Принято
На заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.23

Утверждено
Приказом директора школы
№ 78 от 31.08.23
Директор школы И.А. Селиверстова



Рабочая программа

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Бадминтон»

физкультурно-спортивной направленности

для детей 13-14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор: Орлов Л. Л.
педагог дополнительного образования

Завьялово, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования «Бадминтон» рассчитана на воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Формы и методы обучения определены возрастными и психофизическими особенностями учащихся с ограниченными возможностями здоровья. При проведении занятий используются ракетки, воланчики, конусы, фишки. Теоретическая работа чередуется с практической, а также используются интерактивные формы обучения.

Формы проведения занятий: беседы, игры, практические занятия, самостоятельная работа и игровая подготовка. Использование метода игровой подготовки позволяет развития у ребят всех физических качеств, игрового мышления, креативности.

Цель: Оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности; формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.
2. Развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания.
3. Развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности.
4. Развитие оперативного мышления (умение наблюдать анализировать, размышлять, сопоставлять);

Календарно-тематическое планирование

месяц	номер недели	количество часов	Наименование темы	Форма занятия		
				Т	П	К
сентябрь	1	1	Вводное занятие. Охрана труда и ТБ	Т	П	
	2	2	Подготовка места к занятиям бадминтоном. Размеры игровой площадки. Способы держания (хватки) ракетки.	Т	П	
	3	2	спортивные подвижные игры. Игровая подготовка		П	К
	4	2	Организация и проведение занятий по бадминтону. Выбор ракетки и волана.		П	К
октябрь	1	2	Способы самоконтроля на занятиях бадминтоном.	Т	П	
	2	2	Хватка для ударов открытой и закрытой стороной ракетки.	Т	П	
	3	2	Универсальная хватка. Европейская хватка.		П	К
	4	2	Упражнения с различными видами жонглирования с воланом.		П	К
ноябрь	1	4	Игровые стойки в бадминтоне.	Т	П	
	2	4	Стойки при выполнении подачи: открытой и закрытой стороной ракетки.	Т	П	
	3	4	Игровые: основная стойка; высокая, средняя, низкая; правосторонняя, левосторонняя стойка.	Т	П	
	4	4	Передвижения: приставным шагом; с крестным шагом.		П	К
декабрь	1	2	Передвижения: выпады вперед, в сторону.	Т	П	К
	2	2	Техника выполнения ударов: сверху сбоку, снизу.		П	К
	3	2	Техника выполнения ударов: сверху сбоку, снизу.		П	К
	4	2	Техника выполнения ударов: открытой и закрытой стороной ракетки.	Т	П	
январь	1	2	Техника выполнения ударов: высокий удар сверху открытой стороной ракетки.		П	К
	2	2	Техника выполнения короткой подачи открытой и закрытой стороной ракетки.		П	К
	3	2	Техника выполнения высоко-далекой подачи.		П	К
февраль	1	1	Техника передвижений в различных зонах площадки с выполнением ударов		П	К
	2	1	Передвижения: из высокой стойки игрока приставным шагом вправо, влево в передней зоне площадки с отбиванием волана открытой стороной ракетки на заднюю линию.		П	К
	3	2	Игровая подготовка 1x1, 2x2		П	К
	4	2	Передвижения: из средней стойки игрока приставным шагом в передней зоне площадки с отбиванием волана открытой стороной ракетки на заднюю линию.	Т	П	
март	1	2	Передвижения: из высокой стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу открытой стороной		П	К

			ракетки.			
	2	2	Передвижения: из низкой стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу открытой стороной ракетки.		П	К
	3	2	Передвижения: из средней стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу закрытой стороной ракетки.	Т	П	
апрель	1	1	Передвижения: из высокой стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу закрытой стороной ракетки.		П	К
	2	1	Передвижения: из низкой стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу закрытой стороной ракетки		П	К
	3	1	Передвижения: из средней стойки игрока с крестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу закрытой стороной ракетки.		П	К
	4	1	Передвижения: из высокой стойки игрока выпадами вперед в передней зоне площадки с выполнением короткого удара на сетке.		П	К
май	1	2	Передвижения: из низкой стойки игрока выпадами вправо- влево в передней зоне площадки с выполнением короткого удара на сетке.		П	
	2	2	Передвижения: из средней стойки игрока выпадами вперед в передней зоне площадки с выполнением короткого удара на сетке.		П	
	3	1	Передвижения: из высокой стойки игрока выпадами вправо- влево в передней зоне площадки с выполнением короткого удара на сетке.		П	К
	4	2	Контрольные нормативы		П	К

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Форма и название мероприятия	Срок проведения
1. Формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых учащихся		
1	Участие в республиканском турнире по мини – футболу	Сентябрь
2	Первенство школы по мини – футболу	Сентябрь, Май
2. Духовно – нравственное, гражданско – патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся, профилактика экстремизма и радикализма		
1	Я – гражданин России	Декабрь
2	Ролевая игра «Большие и маленькие»	Март

3. Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация учащихся		
1	Беседа «Выбираем профессию»	Ноябрь
2	Игра «Будущее»	Январь
4. Формирование культуры и здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы		
1	Проведение инструктажа по ТБ	Сентябрь
2	Оздоровительные игра «Будь здоров»	Февраль
	Проведение мастер класса по здоровому образу жизни	Апрель

Список литературы.

- 1 Бадминтон – наглядное пособие под ред. Бутакова Л.В.
2. Бадминтон. Правиласоревнований. -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.