

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Батыр»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании
педагогического совета протокол №1
от « 02 » сентября 2024 г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДООЦ «Батыр»
/ Н.С. Зиятдинов /
Приказ №78
от «02» сентября 2024 г.



Рабочая программа объединения

«Бадминтон»

Возраст обучающихся: 7 -15 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Гилаев Рашид Мубаракovich

с. Манзарас

Кукморский муниципальный район Республики Татарстан, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа по бадминтону составлена для группы ОФП – 2 года обучения. Запланировано в неделю 9 часов, в год 342 часа.

Цель: формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств бадминтона в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

обеспечивать разностороннюю физическую подготовку спортсменов; прививать интерес к систематическим занятиям бадминтоном; выявлять перспективных детей и подростков для последующего совершенствования их спортивного мастерства; привлекать к занятиям наиболее одаренных детей, перспективных спортсменов для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих в дальнейшем войти в сборные района и республики; изучать основы техники и правила бадминтона, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры; прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены; воспитывать черты спортивного характера.

Учебное планирование

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	12
2	Практика	206
3	Техника тактического мастерства	118
4	Контрольные нормативы	6
	Итого:	342

Требования к уровню подготовки.

Знать:

- . влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья;
- . способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- . гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме;
- . зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям;
- . основы методики обучения и тренировки по бадминтону;
- . правила игры;
- . технику и тактику игры в бадминтон; методику судейства учебно-тренировочных игр.

Уметь:

- . выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств-быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;
- . выполнять индивидуальные, командные тактические и технические действия;
- .использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Календарный учебный график 2 года обучения

№ п/п	Название тем	Кол-во часов	дата проведения	
			календарная	фактическая
1-3	Техника безопасности на занятиях секции бадминтона. Правила и судейство игр по бадминтону.	3	02.09	
4-6	Разучивание техники хвата ракетки, положение кисти. Учебная игра с заданием.	3	03.09	
7-9	Совершенствование техники хвата ракетки. Учебная игра с заданием.	3	04.09	
10-12	Совершенствование техники хвата ракетки. Учебная игра с заданием.	3	09.09	
13-15	Игровые стойки. Учебная игра с заданием.	3	10.09	
16-18	Разучивание техники игровых стоек.	3	11.09	
19-21	Совершенствование и повторение техники игровых стоек. Учебная игра с заданием.	3	16.09	
22-24	Способы перемещения вперед и назад по площадке. Учебная игра с заданием.	3	17.09	
25-27	Разучивание способов перемещений вперед и назад по площадке.	3	18.09	
28-30	Совершенствование техники выполнения перемещений вперед и назад по площадке. Учебная игра с заданием.	3	23.09	
31-33	Разучивание техники жонглирования закрытой и открытой стороной ракетки. ОФП.	3	24.09	
34-36	Совершенствование техники жонглирования закрытой и открытой стороной ракетки. ОФП.	3	25.09	
37-39	Разучивание жонглирования поочередно, открытой и закрытой стороной ракетки.	3	30.09	
40-42	Закрепление техники жонглирования поочередно, открытой и закрытой стороной ракетки.	3	01.10	
43-45	Совершенствование техники жонглирования поочередно, открытой и закрытой стороной ракетки.	3	02.10	
46-48	Разучивание техники выполнения короткой подачи.	3	07.10	
49-51	Закрепление и совершенствование техники короткой подачи. Учебная игра с заданием.	3	08.10	
52-54	Разучивание техники выполнения высокодалеких ударов подачи.	3	9.10	
55-57	Закрепление и совершенствование техники высокодалеких ударов подачи. Учебная игра с заданием.	3	14.10	
58-60	Разучивание техники мягких ударов перед собой. Учебная игра с заданием.	3	15.10	
61-63	Закрепление техники мягких ударов перед собой.	3	16.10	
64-66	Совершенствование техники мягких ударов перед собой.	3	21.10	
67-69	Повторение техники мягких ударов перед собой. Учебная игра с заданием.	3	22.10	
70-72	Разучивание техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки стоя на месте.	3	23.10	
73-75	Закрепление техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки стоя на месте.	3	28.10	
76-78	Совершенствование техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки стоя на месте.	3	29.10	
79-81	Разучивание техники мягких ударов слева закрытой стороной ракетки стоя на месте.	3	30.10	
82-84	Закрепление техники мягких ударов слева закрытой	3	04.11	

	стороной ракетки стоя на месте.			
85-87	Совершенствование техники мягких ударов слева закрытой стороной ракетки стоя на месте.	3	05.11	
88-90	Разучивание техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки с выпадом вправо.	3	06.11	
91-93	Закрепление техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки с выпадом вправо.	3	11.11	
94-96	Совершенствование техники мягких ударов справа открытой стороной ракетки с выпадом вправо.	3	12.11	
97-99	Разучивание техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки стоя на месте.	3	13.11	
100-102	Закрепление техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки стоя на месте.	3	18.11	
103-105	Совершенствование техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки стоя на месте.	3	19.11	
106-108	Разучивание техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки с выпадом вперед – вправо.	3	20.11	
109-111	Закрепление техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки с выпадом вперед – вправо.	3	25.11	
112-114	Совершенствование техники мягких ударов снизу закрытой стороной ракетки с выпадом вперед – вправо.	3	26.11	
115-117	Разучивание техники ударов над головой справа открытой стороной ракетки.	3	27.11	
118-120	Закрепление техники удара над головой справа открытой стороной ракетки. Учебная игра с заданием.	3	02.12	
121-123	Совершенствование техники удара над головой справа открытой стороной ракетки.	3	03.12	
124-126	Повторение техники удара над головой справа открытой стороной ракетки.	3	04.12	
127-129	Разучивание техники ударов над головой слева закрытой стороной ракетки.	3	09.12	
130-132	Закрепление техники удара над головой слева закрытой стороной ракетки.	3	10.12	
133-135	Совершенствование техники удара над головой слева закрытой стороной ракетки.	3	11.12	
136-138	Повторение техники удара над головой слева закрытой стороной ракетки. Учебная игра с заданием.	3	16.12	
139-141	Разучивание техники выполнения плоской подачи. Учебная игра.	3	17.12	
142-144	Закрепление техники плоской подачи. Учебная игра.	3	18.12	
145-147	Совершенствование техники плоской подачи.	3	23.12	
148-150	Повторение техники плоской подачи. Учебная игра.	3	24.12	
151-153	Разучивание техники выполнения плоских ударов. Учебная игра.	3	25.12	
154-156	Закрепление техники плоских ударов.	3	30.12	
157-159	Совершенствование техники плоских ударов.	3	31.01	
160-162	Повторение техники плоских ударов. Учебная игра.	3	08.01	
163-165	Разучивание техники нападающего удара над головой справа.	3	13.01	
166-168	Закрепление техники нападающего удара над головой справа. Учебная игра с заданием.	3	14.01	
169-171	Совершенствование техники нападающего удара над головой справа.	3	15.01	
172-174	Повторение техники нападающего удара над головой	3	20.01	

	справа. Учебная игра с заданием.			
175-177	Разучивание техники перемещения вперед к сетке с возвращением в центральную позицию. Учебная игра с заданием.	3	21.01	
178-180	Закрепление техники перемещений вперед к сетке с возвращением в центральную позицию.	3	22.01	
181-183	Совершенствование техники перемещений вперед к сетке с возвращением в центральную позицию.	3	27.01	
184-186	Повторение техники перемещений вперед к сетке с возвращением в центральную позицию.	3	28.01	
187-189	Разучивание техники перемещения назад при ударе над головой справа.	3	29.01	
190-192	Закрепление техники перемещения назад при ударе над головой справа. Учебная игра с заданием.	3	03.02	
193-195	Совершенствование техники перемещения назад при ударе над головой справа. Учебная игра с заданием.	3	04.02	
196-198	Повторение техники перемещения назад при ударе над головой справа.	3	05.02	
199-201	Разучивание техники перемещения назад при ударе над головой слева.	3	10.02	
202-204	Закрепление техники перемещения назад при ударе над головой слева.	3	11.02	
205-207	Совершенствование техники перемещения назад при ударе над головой слева.	3	12.02	
208-210	Повторение техники перемещения назад при ударе над головой слева.	3	17.02	
211-213	Разучивание техники высокодалекого и нападающего удара над головой справа.	3	18.02	
214-216	Закрепление техники высокодалекого и нападающего удара над головой справа. Учебная игра с заданием.	3	19.02	
217-219	Совершенствование техники высокодалекого и нападающего удара над головой справа.	3	24.02	
220-222	Повторение техники высокодалекого и нападающего удара над головой справа. Учебная игра с заданием.	3	25.02	
223-225	Разучивание техники ударов перед собой и перемещения вперед.	3	26.02	
226-228	Закрепление техники ударов перед собой и перемещений вперед. Учебная игра с заданием.	3	03.03	
229-231	Совершенствование техники ударов перед собой и перемещений вперед.	3	04.03	
232-234	Повторение техники ударов перед собой и перемещений вперед. Учебная игра с заданием.	3	05.03	
235-237	Разучивание комбинации: высокодадекая подача, нападающий удар, мягкий удар (подставка).	3	10.03	
238-240	Закрепление комбинации: высокодадекая подача, нападающий удар, мягкий удар (подставка).	3	11.03	
241-243	Совершенствование комбинации: высокодадекая подача, нападающий удар, мягкий удар (подставка).	3	12.03	
244-246	Разучивание техники укороченного (мягкий) удара. Учебная игра.	3	17.03	
247-249	Закрепление техники укороченного удара.	3	18.03	
250-252	Совершенствование техники укороченного (мягкого) удара. Учебная игра с заданием.	3	19.03	
253-255	Закрепление техники мягких и плоских ударов.	3	24.03	
256-258	Совершенствование техники мягких и плоских ударов.	3	25.03	

259-261	Повторение техники мягких и плоских ударов.	3	26.03	
262-264	Разучивание техники передвижения при имитации удара слева, справа. Учебная игра с заданием.	3	31.03	
265-267	Закрепление техники передвижения при имитации удара слева, справа. Учебная игра с заданием.	3	01.04	
268-270	Совершенствование техники передвижения при имитации удара слева, справа.	3	02.04	
271-273	Разучивание правил одиночной и парной игры. Игра с заданием.	3	07.04	
274-276	Закрепление и совершенствование правил одиночной и парной игр.	3	08.04	
277-279	Совершенствование и повторение правил одиночной и парной игр. Учебная игра с заданием.	3	09.04	
280-282	Разучивание техники замаха и удара при выполнении удара над головой. Учебная игра с заданием.	3	14.04	
283-285	Закрепление и совершенствование техники замаха и удара при выполнении удара над головой.	3	15.04	
286-288	Совершенствование и повторение техники замаха и удара при выполнении удара над головой.	3	16.04	
289-291	Совершенствование и повторение техники плоских ударов. Игра с заданием. ОФП.	3	21.04	
292-294	Совершенствование и повторение техники перемещений вперед. ОФП. Игра с заданием.	3	22.04	
295-297	Совершенствование и повторение техники высокодалеких ударов. Игра с заданием.	3	23.04	
298-300	Совершенствование и повторение техники укороченных ударов.	3	28.04	
301-303	Совершенствование техники выполнения мягких ударов (подставок) и откидок. Игра с заданием.	3	29.04	
304-306	Совершенствование техники выполнения укороченного (быстрого) удара. Учебная игра с заданием.	3	30.04	
307-309	Разбор правил одиночной игры. Игра с заданием.	3	05.05	
310-312	Разбор правил парной игры. Игра с заданием.	3	06.05	
313-315	Разбор правил парной игры.	3	07.05	
316-318	Разбор правил микс-игры. Игра с заданием.	3	12.05	
319-321	Разбор правил микс-игры.	3	13.05	
322-324	Совершенствование техники замаха и удара при выполнении удара над головой. Игра с заданием.	3	14.05	
325-327	Совершенствование техники замаха и удара при выполнении удара над головой.	3	19.05	
328-330	Совершенствование техники высокодалекой подачи до задней линии площадки. Игра с заданием.	3	20.05	
331-333	Совершенствование техники высокодалекой подачи до задней линии площадки.	3	21.05	
334-336	Совершенствование техники замаха и удара при выполнении удара над головой.	3	26.05	
337-339	Совершенствование техники выполнения мягких и плоских ударов. Игра с заданием.	3	27.05	
340-342	Совершенствование техники выполнения передвижений по точкам на площадке. Игра с заданием.	3	28.05	

