

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Балтасинская гимназия» Балтасинского муниципального района

«Рассмотрено»
на заседании
педагогического
совета протокол № 1
от 31 августа 2023 г.

«Согласовано»
Зам. Директора по ВР
 /Р.В. Шакирова/

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Балтасинская гимназия»

 /А.Р. Миннемуллин/
приказ №249 от 31 августа 2023
г.



Рабочая программа
дополнительной общеразвивающей деятельности
физкультурно-спортивного направления
«Бадминтон»
Возраст детей: 9-10 лет

Составитель: Хакимова Наргиза Ниязовна
учитель начальных классов

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовой и документальной базой программы по формированию культуры здоровья школьников на ступени начального общего образования являются:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 "О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей";

Планируемые результаты

Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД
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, так же как и метапредметные, 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	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	Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». 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,

бадминтона в организации здорового образа жизни. <i>В области нравственной культуры:</i> — 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. <i>В области трудовой культуры:</i> — способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; — способность организовывать	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.	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. <i>В области нравственной культуры:</i> • 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
--	--	--

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

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

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.

решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических и тактических действий в бадминтоне, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по бадминтону.

Структура программы курса кружковой деятельности.

Название раздела	Краткое содержание
Раздел 1. Основы теоретических знаний	Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по бадминтону. Санитарно – гигиенические требования и требования безопасности к одежде и инвентарю. Знакомство с бадминтоном, история возникновения и развития. Знакомство со знаменитыми бадминтонистами. Олимпийское движение в бадминтоне. Знакомство с правилами игры в бадминтон.
Раздел 2. Знакомство с техникой игры	Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная подготовка бадминтониста (СФП). Упражнения для развития гибкости, прыгучести, быстроты . Игры на развитие скоростных качеств . Основные стойки и перемещения в них (при подаче, приеме подачи, удара). Хват бадминтонной ракетки, держание волана. Способы перемещения. Упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи. Подача. Жонглирование на разную высоту с перемещением. Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки. Имитация техники ударов справа, слева, снизу. Изучение и совершенствование техники выполнения ударов слева, слева, сверху открытой стороной.
Раздел 3. Игры с элементами бадминтона	Парные игровые упражнения. Перекидывание волана в парах. Совершенствование техники бросков по разным траекториям. Совершенствование техники парных игровых упражнений. Парные и групповые игровые упражнения с ракеткой и воланом. Парные эстафеты с ракеткой и воланом. Игры: «Гонка волана подачей», «Гонка волана ракеткой», «Парная гонка волана», «Гонка волана с упражнениями», «Бой с тенью», «Убег от водящего», «Унеси волан», «Четные и нечетные», «Кто выше и быстрее?», «Кто выше и быстрее с ракеткой?», «Охота на волка», «Падающий волан», «Учебные игры с круговой сменой».

Календарно тематическое планирование.

№	Тема	Дата		Примечание
		План	Факт	
1	Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по бадминтону. Требование к одежде и инвентарю. Ознакомление учащихся с размерами площадки, с правилами игры на счет.	05.09.2023 07.09.2023		
2	Хват ракетки, положение кисти. Упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи. Обучение игровым стойкам. Основная стойка при подаче, приеме подачи, ударах. Подача. Знакомство с упражнениями для развития гибкости.	12.09.2023 14.09.2023		
3	Знакомство с упражнениями для развития прыгучести. Выполнение упражнений для развития выносливости	19.09.2023 21.09.2023		
4	Ознакомление со способами перемещения вперед и назад по площадке.	26.09.2023 28.09.2023		
5	Обучение короткой подаче. Игра в бадминтон.	03.10.2023 05.10.2023		
6	Ознакомление со способами перемещения вперед и назад по площадке. Обучение короткой подаче. Игра в бадминтон.	10.10.2023 12.10.2023		
7	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	17.10.2023 19.10.2023		
8	Обучение высоко-далеким ударом. Правила игры. Игра в бадминтон.	24.10.2023 26.10.2023		
9	Обучение мягким ударом перед собой. Игра в бадминтон	07.11.2023 09.11.2023		
10	Обучение высоко-далекой подаче. Игра в бадминтон	14.11.2023 16.11.2023		
11	Обучение перемещению назад при ударе над головой справа. Игра в бадминтон	21.11.2023 23.11.2023		
12	Использование технических приёмов в учебной игре.	28.11.2023 30.11.2023		
13	Игра бадминтон.	05.12.2023 07.12.2023		

14	Ознакомление со способами перемещения вперед и назад по площадке.	12.12.2023 14.12.2023		
15	Обучение короткой подаче. Игра в бадминтон.	19.12.202 21.12.2023		
16	Обучение короткой подаче. Игра в бадминтон.	26.12.2023 28.12.2023		
17	Ознакомление со способами перемещения вперед и назад по площадке. Обучение короткой подаче. Игра в бадминтон.	09.01.2024 11.01.2024		
18	Техника и тактика парной игры.	16.01.2024 18.01.2024		
19	Парные эстафеты с ракеткой и воланом. Парные упражнения с двумя воланами.	23.01.2024 25.01.2024		
20	Игра «Гонка волана с упражнениями».	30.01.2024 01.02.2024		
21	Выполнение парных и групповых игровых упражнений.	06.02.2024 08.02.2024		
22	Игра в бадминтон. Игра «Делай, как я, с ракетками».	13.02.2024 15.02.2024		
23	Имитация техники ударов справа. Игра «Имитационный бадминтон»	20.02.2024 22.02.2024		
24	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	27.02.2024 29.02.2023		
25	Перекидывание в парах двумя воланами	05.03.2024 07.03.2024		
26	Перекидывание вдвоем, вчетвером одним, двумя воланами	12.03.2024 14.03.2023		
27	Совершенствование техники основных сеточных ударов.	19.03.2024 21.03.2024		
28	Жонглирование с применением ударов из-за спины и между ногами и перемещением	02.04.2024 04.04.2024		
29	Перекидывание вдвоем, вчетвером одним, двумя воланами	09.04.2024 11.04.2024		
30	Перекидывание волана в парах одним, двумя воланами. Игра в парах бадминтон.	16.04.2024 18.04.2024		
31	Игра в парах бадминтон.	23.04.2024 25.04.2024		
32	Подача. Приём подачи. Игра «вертушка»	30.04.2024 07.05.2024		
33	Парные эстафеты с воланом.	14.05.2024		

	Соревнования между девочками и между мальчиками.	16.05.2024		
34	Соревнования между девочками и между мальчиками.	21.05.2024 23.05.2025		