

Государственное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 464
Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 464 Пушкинского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 7 от 24.06 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 43 от 26.06 2025 г.
Директор ГБОУ школы № 464
Пушкинского района Санкт-Петербурга


/ А.С. Теплякова



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивные игры. Бадминтон»**

**Возраст обучающихся: 7-14 лет
Срок освоения: 4 дня**

Разработчики:

Овчинников Максим Сергеевич,
педагог дополнительного образования
Русина Екатерина Юрьевна,
методист

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные игры. Бадминтон» (далее по тексту – ДОП), разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ СОШ № 464 Пушкинского района Санкт – Петербурга.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Адресат: программа предназначена для обучающихся от 7 до 14 лет, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Актуальность: программа обеспечивает выполнение государственного социального заказа в рамках развития молодёжного спорта и Государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта». Упражнения с воланом в бадминтоне крайне динамичны и эмоциональны. Они способствуют всестороннему развитию ребенка, и, прежде всего, развитию таких его качеств как ловкость, сила, скорость, выносливость, координационные способности. Кроме того, эти занятия активно воздействуют на психическое развитие (развивают внимание, реакцию, сообразительность), физиологические процессы (усиливают кровообращение, дыхание, обмен веществ и др.), идеальны для развития командного духа. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности обучающихся.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем и срок освоения: программа рассчитана на 4 дня, объемом 12 часов.

Цель: формирование у обучающихся интереса к физической культуре и физической активности посредством игры в бадминтон.

Задачи:

Обучающие:

- получение представления о спортивной игре бадминтон;
- приобретение тактико-технических навыков игры в бадминтон;
- формирование знаний основ личной гигиены, причин травматизма при спортивных занятиях и правил его предупреждения.

Развивающие:

- развитие умения слушать, запоминать, повторять информацию, изложенную педагогом;
- развитие учебно-познавательной компетенции, выраженной в умении определять наиболее эффективные способы достижения результата, в рамках знакомства с игрой бадминтон;
- развитие умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

Воспитательные:

- приобретение опыта взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание волевых и нравственных качеств личности обучающихся.

Планируемые результаты:

Предметные:

- приобретены знания о спортивной игре бадминтон;
- приобретен навык тактико-технических приемов в бадминтон;
- приобретены знания основ личной гигиены, причин травматизма при занятиях и правил его предупреждения.

Метапредметные:

- развита учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- сформированы практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.

Личностные:

- приобретен позитивный опыт взаимодействия с обучающимися разного возраста;
- обучающийся проявляет устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- обучающийся дисциплинирован, проявляет упорство в достижении поставленных целей.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации: русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации: программа реализуется в каникулярный период.

Условия приема на обучение: на обучение принимаются все желающие, при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой. Группа разновозрастная.

Формы организации занятий: фронтальная, коллективная.

Формы проведения занятий: беседы, учебные занятия с отработкой элементов спортивных игр, соревнования.

Особенности организации образовательного процесса определяется для различных категорий обучающихся с учетом их возрастных особенностей (группы формируются по возрасту: 7-10 лет, 11-14 лет), образовательных потребностей. В разновозрастной группе предусмотрены вариативные задания, соответствующие возрасту, индивидуальным особенностям и потребностям обучающегося.

Материально-техническое оснащение: практические занятия проводятся в спортивном зале. Для занятий каждому обучающемуся необходима физкультурная форма и спортивная обувь.

Наименования средств материально-технического обеспечения	кол-во
таблицы, схемы (в соответствии с программой обучения)	1
мультимедийный компьютер	1
видеофильмы	1
табло перекидное	1
сетка бадминтонная	1
ракетки	15
воланы	15

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		всего	теория	практика	
1	Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности игры в бадминтон. История возникновения и развития бадминтона. Правила игры.	2	1	1	Педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.
2	Тема 2. Тактика игры в бадминтон.	4	1	3	
3	Тема 3. Техника игры в бадминтон.	4	1	3	
4	Тема 4. Итоговое занятие. Игра.	2		2	Зачет. Саморефлексия
	Итого:	12	3	9	

Рабочая программа

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности игры в бадминтон. История возникновения и развития бадминтона. Правила игры.

Теория: техника безопасности. История возникновения и развития бадминтона в нашей стране. Организация соревнований по бадминтону. Правила игры. Правила положения руки при хватке ракетки.

Практика: разминка. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы, быстроты, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости движений. Упражнение на тренировку хватки ракетки «Поменяй сторону», «Жонглирование волана закрытой/открытой стороной ракетки».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

Тема 2. Тактика игры в бадминтон.

Теория: правила игры в бадминтон. Значение тактической подготовки в бадминтоне.

Практика: знакомство с приёмами и ведения тактической борьбы. Умение отслеживать и предвидеть действия соперника. Игра на счет в одиночках, в парах. Игра на пол поля. Игра по диагонали.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

Тема 3. Техника игры в бадминтон.

Теория: правила игры в бадминтон. Значение технической подготовки в бадминтоне.

Практика: хват бадминтонной ракетки. Способы подачи волана. Жонглирование открытой и закрытой стороной ракетки. Выполнение подачи различной траектории открытой и закрытой стороной ракетки. Имитация замаха. Выполнение упражнений: «Попади в корзинку», «Гольф».

Перемещения в различных стойках и направлениях. Выполнение упражнений: «Конвертик», «Маятник». Перемещения по 4-м углам. Выполнение упражнений: «Конвертик», «Маятник», «Челночный бег», «Тень».

Выполнение ударов (коротких, далёких, плоских). Отработка удара на «Ленточках», упражнение «Сидячий замах».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, самостоятельное выполнение заданий.

Тема 4. Итоговое занятие.

Практика: игра в бадминтон.

Формы контроля: зачет по результату участия в спортивной игре бадминтон, саморефлексия.

Методические материалы

Методы обучения:

Словесные методы:

1. Беседа.
2. Обсуждение игровых моментов.

Наглядные методы:

1. Самостоятельный разбор тактических действий игроков.
2. Наблюдение игры в бадминтон.
3. Плакаты

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий обучающиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и обучающийся определяются активными субъектами образования.

Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений:

- от простого к сложному;
- от частного к общему;
- с использованием технологий личностно - ориентированного подхода в обучении.

Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по бадминтону.
- Инструкции по охране труда.

Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности

Эмоциональные методы:

- Поощрение.
- Создание ситуации успеха.
- Стимулирующее оценивание.

Волевые методы:

- Предъявление учебных требований.
- Информация об обязательных результатах обучения.
- Познавательные затруднения.
- Прогнозирование деятельности.

Социальные методы:

- Создание ситуации взаимопомощи.
- Поиск контактов и сотрудничества.
- Заинтересованность в результатах.

Для сохранения физического и психического здоровья обучающихся на занятиях применяются различные **технологии:** здоровьесберегающие, индивидуально-дифференцированные и игровые.

Использование здоровьесберегающих технологий педагогом на занятии заключается в защите здоровья обучающихся от нанесения потенциального вреда, формировании культуры здоровья, воспитания потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формировании соответствующих навыков.

Применение в образовательном процессе индивидуально - дифференцированной технологии дает возможность работать с детьми разного возраста, разным уровнем владения спортивной игрой. Здесь используются индивидуальные задания, работа по группам, командам.

Основная технология на занятиях - игровая. Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими методами организации занятий укрепляет мотивацию, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Дидактические материалы, ЭОР:

1. Дидактическое обеспечение (схемы, плакаты) раздаточный материал: карточка правила игры в бадминтон- 15 штук.
2. Разработка педагога формат А4 - правила судейства в бадминтоне – 15 штук.
3. Схема расстановки игроков на площадке – плакат.
4. Официальный сайт ООО «Мультиуроки»: <https://videouroki.net/>

Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Бадминтон: учебник для студентов вузов по направлению 032100 – физ.культура / Ю.Н. Смирнов. – 2-е изд., исправ. и доп. – М.: Советский спорт, 2011. – 248 с - ISBN 978-5-9718-0492-5 – Текст: непосредственный.
2. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121 с - ISBN 978-5-9949-0042-0 – Текст: непосредственный.
3. Родин, А.В., Губа В.П. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх: монография / — М.: Спорт, 2023. — 188 с. - ISBN 978-5-907601-13-0 – Текст: непосредственный.
4. Турманидзе В. Г. Т88 Методика обучения бадминтону для учителей в общеобразовательных учреждениях 5-11 классы: пособие / В. Г. Турманидзе. - 60 с. ISBN 978-5-90363-064-6 – Текст: непосредственный.
5. Яковлева, В.Н. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности: подвижные и спортивные игры. — СПб: Лань, 2023. —128 с. - ISBN 978-5-507-45259-0 – Текст: непосредственный.

Список литературы для детей:

1. Грасис, А.М. Специальные упражнения бадминтонистов [Текст]. - Москва: Физкультура и спорт, 1967. — 112 с
2. Муйжнек, А. Книга о мастерстве и драйве: для среднего школьного возраста — Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 47 с. - ISBN 978-5-00100-913-9 – Текст: непосредственный.
3. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе., А.В. Турманидзе. – М.: Чистые пруды, 2009. – 32 с.: ил. – (Библиотека «первого сентября». Серия «Спорт в школе», вып. 25).

Список литературы для родителей:

1. Гровер, Тим. Манифест великого тренера [Текст]: как статья из хорошего спортсмена великим чемпионом: [12+] / Тим Гровер совместно с Шари Уэнк; [пер. с англ. П. И. Михеева]. — Москва: э, 2017. — 235 - ISBN 978-5-699-96033-0 – Текст: непосредственный.
2. Коротков, И.М. Подвижные игры в занятиях спортом [Текст]: (Гимнастика, легкая атлетика, бадминтон, волейбол). — Москва: Физкультура и спорт, 1971. — 120 с.
3. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Текст] / В. К. Сафонов. — Москва: Спорт, 2018. — 287 с - ISBN 978-5-906839-90-9 – Текст: непосредственный.
4. Черданцев, Г.В. Азбука футбола. Увлечения своего ребенка самой популярной игрой! — М.: АСТ, 2021. — 272 с. - ISBN 978-5-17-137134-0 – Текст: непосредственный.

Интернет- источники

1. Методический портал учителя. Официальный сайт. URL: http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2. Журнал Долгие Лета. Здоровый образ жизни. Бадминтон: игра на двоих, правила и техника игры, видеоурок. Официальный сайт. URL: <http://dolgieleta.com/sportivnaya-zhizn/sport-na-ulice/uchimsya-igrat-v-badminton-igra-na-dvoih.html>
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия». Официальный сайт. URL: <http://www.infosport.ru>
4. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей». Официальный сайт. URL: http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии (кроме итогового) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы: педагогическое наблюдение, опрос на выявление умения рассказать правила игры, выполнение тестовых заданий для определения уровня освоения навыка, анализ педагогом и обучающимися технических элементов и приобретенных навыков.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе на последнем (шестом) занятии. Саморефлексия (*Приложение1*).

Формы: технический зачет, который содержит в себе проверку физической и технической подготовленности, а также умения исполнять технические приемы и комбинации в игровых условиях. Итоги диагностики заносятся в таблицы, используя следующую шкалу:

<u>Оценка параметров:</u> <u>от 1 до 3-х баллов</u>	<u>Уровень:</u> 1-3 баллов – начальный уровень 4-6 баллов – средний уровень 7-9 баллов – высокий уровень
--------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Критерии оценивания предметных результатов:

Показатели освоения программы	Начальный уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Знания о спортивной игре бадминтон	Учащийся владеет основными знаниями игры в бадминтон как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры на 30%.	Учащийся владеет основными знаниями игры в бадминтон как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры на 70%.	Учащийся владеет основными знаниями игры в бадминтон как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры на отлично.
Навык тактико-технических приемов в бадминтон	Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога на 80%	Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога на 40%	Правильно выполняет технические и тактические приемы игры.
Знания основ личной гигиены, причин травматизма при занятиях и правил его предупреждения.	Учащийся недостаточно знает о личной гигиене спортсмена и правила ТБ.	Опрытен. Знает все о личной гигиене спортсмена. Частично нарушает ТБ на занятии.	Опрытен. Знает все о личной гигиене спортсмена. Следует правилам ТБ на занятии.

Критерии оценивания метапредметных результатов:

Показатели освоения программы	Начальный уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Умение слушать, запоминать, повторять информацию, изложенную педагогом.	Учащийся испытывает серьезные затруднения в восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся воспринимает основную информацию, идущую от педагога, но нуждается в контроле, не всегда внимателен.	Учащийся внимательно слушает педагога, полностью воспринимает его информацию. Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно.
Учебно-познавательная компетенция, в рамках которой обучающийся умеет определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Учащемуся интерес к занятиям продиктован извне.	Интерес периодически поддерживается самим ребенком.	Интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно
Практические умения находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их.	Учащийся не понимает, как исправлять неправильные действия, при указании на них педагогом.	Учащийся может самостоятельно найти у себя и исправить ошибку.	Учащийся постоянно контролирует себя сам-самооценка адекватная.

Критерии оценивания личностных результатов:

Показатели освоения программы	Начальный уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
Уровень развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия и лидерства	Уровень развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия остался на уровне начала занятий.	положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия, не всегда проявляются лидерские качества.	Положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, трудолюбия, часто проявляются лидерские качества.
Стиль общения и взаимодействия с позиции уважения, доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания	Учащийся избегает общения со сверстниками. Не обращает внимание на то, что говорят и как делают другие.	Учащийся обращает внимание на сверстников, но остается при своем мнении. Не инициативен.	Учащийся уважительно относится к мнению и действиям других. Доброжелателен и инициативен.
Принятие важности занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни.	Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его личной ценностью.	Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его главной ценностью.	Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, это является его личной ценностью.

Анкета для определения успеха на занятии.

<i>Я узнал ...</i>	
<i>Мне понравилось...</i>	
<i>Мне не понравилось...</i>	
<i>Я бы предложил...</i>	