

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ТУШНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА  
ИМ.Ф.Е.КРАЙНОВА

Рассмотрена и принята  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 6 от  
« 17 » мая 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Физкультурно – спортивной направленности  
«Бадминтон»

Возраст обучающихся 7-17 лет

Срок реализации – 1 год

Уровень – стартовый

Автор – разработчик  
Педагог дополнительного образования  
Павельева Юлия Александровна

с. Тушна 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

### **I. Комплекс основных характеристик образования**

1. Пояснительная записка
2. Ожидаемые результаты
3. Содержание учебного материала

### **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

4. Учебный план
    - 4.1. Очная форма обучения
    - 4.2. Дистанционная форма обучения
  5. Календарный учебный график
  6. Условия реализации программы
    - 6.1. Кадровое обеспечение
    - 6.2. Материально-техническое обеспечение
    - 6.3. Информационно-методические условия программы
  7. Формы аттестации
  8. Оценочные материалы
  9. Медицинское обследование
  10. Воспитательная работа
  11. Список литературы
    - 11.1. Список литературы для педагога
    - 11.2. Интернет-ресурсы
- Приложение 1
- Приложение 2

# **I. Комплекс основных характеристик образования**

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бадминтон» разработана и составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79).
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726 – р»;
3. Приказом Минпросвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказом от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».
5. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года.
6. СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
7. СанПин 2.2.2/2.4.13340-03. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы.
8. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Положением, регламентирующее организацию образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
10. другими локальными актами МОУ Тушинская СШ.

Предлагаемая программа построена так, чтобы дать детям ясные и глубокие знания, умения и навыки игры в бадминтон, о системе взаимодействия физкультуры и спорта с жизнью. В ней подразумевается широкое привлечение жизненного опыта педагога-тренера живых примеров из окружающего спортивного мира и современной реальности, что является важным условием успешного материала. Программа “Бадминтон” является модифицированной и имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Актуальность программы**

Занятия бадминтоном позволяют разносторонне воздействовать на организм человека, развивают силу, выносливость, координацию движения, улучшают подвижность в суставах, способствуют приобретению широкого круга двигательных навыков, воспитывают волевые качества. Также обоснована эффективность занятий бадминтоном для коррекции осанки ребёнка.

Бадминтон развивает точность зрительного восприятия, быстроту движений и пространственное представление о своём теле на площадке. Широкая возможность вариативности нагрузки позволяют использовать бадминтон, как реабилитационное средство, в группах общей физической подготовки и на занятиях в специальной медицинской группе.

В процессе игровой деятельности, занимающиеся испытывают положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, инициативу. Благодаря этому игра представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха всех детей.

**Цель программы:** сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в бадминтон.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучать правильному выполнению упражнений.
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

**Развивающие:**

- развитие координационных и кондиционных способностей;
- развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости;
- совершенствование навыков и умений игры

**Воспитательные:**

- прививать любовь к спорту, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать чувство ответственности за себя;
- воспитывать нравственные и волевые качества: волю, активность.

**Педагогическая целесообразность** основывается на сознательности и активности, наглядности, доступности и систематичности, который предусматривает разучивание элементов для расширения активного арсенала приемов, чередования работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

**Адресат программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бадминтон» предназначена для детей в возрасте от 11 до 17 лет.

**Уровень: стартовый**

### **Принципы комплектования учебных групп**

Максимальное количество занимающихся в группе составляет 15 человек.

Допускается проведение занятий одновременно с занимающимися из разных групп. При этом необходимо соблюдать нижеперечисленные условия:

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы, рассчитанный в соответствии с данной программой.

Программа предназначена для детей, желающих освоить навыки бадминтона, заниматься спортом независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и, не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача). В спортивно-оздоровительных группах могут заниматься как начинающие, так и спортсмены, прошедшие подготовку на других этапах.

Приём осуществляется по желанию.

Участниками программы могут быть как мальчики, так и девочки, занимающиеся в разных группах, так и смешанные группы детей

**Минимальный возраст** для зачисления – 7 лет

В случае дистанционного обучения заниматься может каждый по желанию. Количество детей регламентируется педагогом.

### **Срок реализации программы**

Срок реализации программы - с 01.09.2022 г. по 31.05.2023 г.

Программа рассчитана на 36 учебных недель: **1 модуль** 70 часов - с 01.09.2022 г. по 31.12.2021г., **2 модуль** 74 часа – с 01.01.2023 г. по 31.05.2023 г.

Объем недельной нагрузки – 4 ч..

Объем часов за период - 144 ч., 36 учебных недель.

### **Режим занятий**

Продолжительность одного тренировочного занятия не превышает 2 академических часов. Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа. (1 академический час – 40 мин) Занятие строится с учетом 10-минутного перерыва.

#### **При дистанционном режиме:**

продолжительность одного тренировочного занятия не должно превышать 2 академических часов, занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа. (1 академический час – 30 мин). Занятие строится с учетом 10-минутного перерыва.

Первые 30 мин. из которых отводится на работу в онлайн режиме, вторые – в офлайн режиме в индивидуальной работе и онлайн консультировании).

В рамках онлайн занятий посредством платформ: Webinar, Zoom педагог предоставляет теоретический материал по теме.

В офлайн режиме посредством социальных сетей и мессенджеров обучающимся передается видео, презентационный материал с инструкцией выполнения заданий, мастер-классы и другое.

**Форма обучения по данной программе** – очная, дистанционная (при наличии соответствующего приказа по школе).

### **Формы организации образовательного процесса**

#### **Очная форма:**

Формами организации образовательного процесса выступают:

- групповые теоретические занятия в виде бесед тренеров-преподавателей, врачей, лекций специалистов в соответствии с содержанием предметных областей, учебных предметов и тем в рамках Программы;
- практические занятия в соответствии с требованиями программы для каждой группы, по утвержденному расписанию;
- контрольные игры, учебные игры;
- участие обучающихся в спортивных соревнованиях;
- просмотр и методический разбор учебных кинофильмов, кинопрограмм крупных спортивных соревнований и др.;

#### **Дистанционная форма:**

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных технологий:

- видео- и аудио-занятия, лекции, мастер-классы;
- открытые электронные библиотеки, сайты спортивных школ по данному направлению;
- тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.
- в организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: сетевой город, ZOOM, Googl Form, Skype, чаты в Viber и Телеграмм, ВКонтакте многие другие.
- в мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую ежедневно происходит обмен информацией, даются задания и присылаются ответы, проводятся индивидуальные консультации по телефону, индивидуальные занятия по видеосвязи в Вайбере и Телеграмме.

## **Ожидаемые результаты освоения программы**

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

### **знать:**

- требования безопасности при игре в бадминтон
- правила игры в бадминтон
- теорию игры в бадминтон
- размеры площадки
- высоту сетки
- технику выполнения элементов и тактику игры в бадминтон.

### **уметь:**

- самостоятельно провести разминку
- правильно держать ракетку
- правильно передвигаться на площадке, находиться в игровой стойке бадминтониста
- имитировать удары и разные приемы с передвижением по площадке
- выполнять различные удары, подачи, приемы.

### **обладать:**

- умением выполнять точные и дифференцированные пространственные, временные и мышечные восприятия

- основами толерантного мышления

### **Разовьют следующие качества:**

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

**Личностные результаты** – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

**Метапредметные результаты** – формирование универсальных учебных действий (УУД).

### **Регулятивные УУД:**

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

### **Познавательные УУД:**

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

### **Коммуникативные УУД:**

- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

**Предметные результаты** – формирование навыков игры в бадминтон, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

## 1. Содержание учебного материала

### Раздел 1. Основы знаний

- Тема 1.1 История развития бадминтона
- Тема 1.2. Соблюдение правил безопасности.
- Тема 1.3. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.
- Тема 1.4. Сведения о строении и функциях организма человека.
- Тема 1.5. Правила игры и методика судейства соревнований
- Тема 1.6. Техника и тактика игры в бадминтон

### Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)

- Тема 2.1. Элементы ходьбы и бега
- Тема 2.3. Гимнастические упражнения
- Тема 2.4 Легкоатлетические упражнения (Л/а)
- Тема 2.5 Подвижные игры

### Раздел 3. Специальная физическая подготовка (СФП)

- Тема 3.1 Развитие физических качеств

### Раздел 4. Тактико-техническая подготовка (ТТП). Техническая подготовка

- Тема 4.1 Перемещения бадминтониста, приемы, удары, подачи.

### Раздел 5. Тактическая подготовка

- 5.1. Тактика игры в бадминтон

### Раздел 6. Игровая подготовка

### Раздел 7. Контрольные игры и соревнования

### Раздел 8. Контрольные испытания.

## II Комплекс организационно-педагогических условий

### 1. Учебный план

Учебный план составлен на 36 учебных недель из расчета 4-х часовой недельной нагрузки.

**1 модуль** 70 часов - с 01.09.2022 г. по 31.12.2022 г.,

**2 модуль** 74 часа – с 01.01.2023 г. по 31.05.2023 г.

Учебный план составлен в двух вариантах форм обучения: очная и дистанционная.

#### 1.1. Очная форма обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля
		всего	теория	практика		
		1 модуль				
1	Основы знаний	8	8	-	Лекция	Беседа
2	Общая физическая подготовка	16	2	14	Лекция	Беседа
3	Специальная физическая подготовка	12	2	10	Лекции Практические занятия	Опрос, наблюдение
4	Тактико-Техническая подготовка	20	4	16	Лекции Практические занятия	Опрос, наблюдение
5	Игровая подготовка	4	-	4	Практические занятия	Наблюдение
6	Контрольные игры и соревнования	4	-	4	Практические занятия	Текущий контроль
7	Контрольные испытания	4	-	4	Практические занятия	Входной и промежуточный контроль: сдача контрольных нормативов
8	Основы знаний	2	2	0	Лекция	Беседа
		<b>70</b>	<b>16</b>	<b>52</b>		
<b>2 модуль</b>						
1	Общая физическая подготовка	22	1	21	Лекция Практические занятия	Опрос, наблюдение
2	Специальная физическая	20	1	19	Лекция	Опрос,



	подготовка				Практические занятия	наблюдение
3	Тактико-техническая подготовка	24	2	22	Лекция Практические занятия	Опрос, наблюдение
4	Игровая подготовка	4	-	4	Практические занятия	Наблюдение
5	Контрольные игры и соревнования	4	-	4	Практические занятия	Текущий контроль
6	Контрольные испытания	2	-	2	Практические занятия	Итоговый контроль: сдача контрольных нормативов
		<b>74</b>	<b>4</b>	<b>70</b>		
	<b>ВСЕГО</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>		

#### 4.2. Дистанционная форма обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятия	Формы контроля
		всего	теория	практика		
		1 модуль				
1	Основы знаний	8	8	-	Лекция по видеосвязи	Беседа
2	Общая физическая подготовка	24	2	22	Лекция по видеосвязи	Беседа
3	Специальная физическая подготовка	16	4	12	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	Опрос, видеоотчет
4	Тактико-Техническая подготовка	12	4	8	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	Опрос, видеоотчет
5	Игровая подготовка	4	-	4	Практические занятия	Видеоотчет
6	Контрольные игры и соревнования	-	-	-	-	-
7	Контрольные испытания	4	-	4	Практические занятия	Входной и промежуточный контроль: сдача контрольных

						нормативов
8	Основы знаний	2	2	0	Лекция	Беседа
		<b>70</b>	<b>20</b>	<b>50</b>		
<b>2 модуль</b>						
1	Общая физическая подготовка	30	1	29	Лекция Практические занятия	Опрос, наблюдение
2	Специальная физическая подготовка	24	1	23	Лекция Практические занятия	Опрос, наблюдение
3	Тактико-техническая подготовка	16	6	10	Лекция Практические занятия	Опрос, наблюдение
4	Игровая подготовка	4	-	4	Практические занятия	Видеоотчет
5	Контрольные игры и соревнования	-	-	-	-	-
6	Контрольные испытания	2	-	2	Практические занятия	Итоговый контроль: сдача контрольных нормативов
		<b>74</b>	<b>6</b>	<b>68</b>		
	<b>ВСЕГО</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>		

**5.Календарный учебный график**  
**5.1. Очная форма обучения**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1 МОДУЛЬ</b>								
1	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция	2	История развития бадминтона. Соблюдение правил безопасности.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Беседа
2	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Сдача контрольных нормативов по ОФП	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Входной контроль
3	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция	2	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Беседа
4	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Официальные правила игры в бадминтон. Одиночные матчи. Упражнения для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
5	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение

6	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Противостояние бадминтонистов физическому утомлению. Упражнения для развития быстроты	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
7	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Сведения о строении и функциях организма человека. Подвижные игры.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Наблюдение
8	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Приёмы и хитрости в игре бадминтон. Упражнения для развития прыгучести	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
9	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Правила игры и методика судейства соревнований. Подвижные игры.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Наблюдение
10	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития прыгучести	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Наблюдение
11	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Хват ракетки. Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
12	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
13	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль

14	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Техника жонглирования воланом. Игры с жонглированием волана	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
15	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Жонглирование воланом	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
16	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития выносливости. Игры	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
17	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Упражнения для развития выносливости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
18	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Перемещения бадминтониста	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
19	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Контрольные игры и соревнования	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
20	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Перемещения бадминтониста с ракеткой и без	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
21	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Перемещения бадминтониста с ракеткой и без	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение

22	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Изучение основных стоек при подаче, приеме подачи, ударах.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
23	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
24	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
25	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
26	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Жонглирование на разной высоте на месте и с перемещением.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
27	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Жонглирование на разной высоте на месте и с перемещением.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
28	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Перемещения в стойке бадминтониста по площадке, жонглирование воланом	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос

29	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Контрольные игры и соревнования	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
30	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
31	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
32	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
33	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
34	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Сдача контрольных нормативов	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Промежуточный контроль
<b>2 МОДУЛЬ</b>								
35	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
36	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение

37	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
38	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
39	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
40	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
41	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
42	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
43	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
44	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
45	Февраль	согласно утвержденному расписанию	согласно утвержденному расписанию	Практическое занятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение



		тренера	тренера			снизу.		
46	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Удары слева сверху открытой стороной. Удары слева снизу открытой стороной.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
47	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Удары слева сверху закрытой стороной. Удары слева снизу закрытой стороной	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
48	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Обучение приёму закрытой стороной ракетки с удара сверху	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, наблюдение
49	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение приёму закрытой стороной ракетки с удара сверху	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
50	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение выше разученных приемов	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
51	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение выше разученных приемов	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
52	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Обучение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Наблюдение
53	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение

54	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
55	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Подача открытой стороной ракетки. Приемы и удары открытой/закрытой стороной ракетки	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
56	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Обучение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Наблюдение
57	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Обучение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
58	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Повторение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
59	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Подача открытой стороной ракетки. Приемы и удары открытой/закрытой стороной ракетки	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
60	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Подвижные игры: для развития реакции и ловкости.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
61	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция Практическое занятие	2	Основы тактики в бадминтоне для начинающих игроков.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Наблюдение

62	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Тактика нападения. Подвижные игры для развития быстроты передвижения.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
63	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Тактика нападения. Подвижные игры для развития быстроты передвижения.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
64	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Тактика защиты. Подвижные игры для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
65	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Тактика защиты. Подвижные игры для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
66	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Контрольные игры и соревнования.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
67	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Учебная двусторонняя игра с индивидуальными заданиями	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение
68	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Целостно-игровые занятия с заданиями на переключение	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль
69	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Игровые тренировки	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Наблюдение

70	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Игровые тренировки	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Наблюдение
71	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Игровые тренировки	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Наблюдение
72	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое занятие	2	Сдача контрольных нормативов	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Итоговый контроль: сдача контрольных нормативов

#### 4.2. Дистанционная форма обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1 МОДУЛЬ</b>								
1	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи	2	История развития бадминтона. Соблюдение правил безопасности.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Беседа
2	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи	2	Сдача контрольных нормативов по ОФП	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Беседа

3	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Входной контроль Видеотчет
4	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития силы	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, Видеотчет
5	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития силы	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
6	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития быстроты	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, наблюдение
7	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Сведения о строении и функциях организма человека	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
8	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития прыгучести	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, Видеотчет
9	Сентябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция, Практическое занятие	2	Правила игры и методика судейства соревнований	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет

10	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития прыгучести	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
11	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Видеотчет
12	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
13	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития ловкости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
14	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития выносливости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Видеотчет
15	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития выносливости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
16	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития выносливости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
17	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Упражнения для развития выносливости	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Видеотчет

18	Октябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Перемещения бадминтониста	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Videочет
19	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Контрольные игры и соревнования	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Videочет
20	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Перемещения бадминтониста с ракеткой и без	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
21	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Перемещения бадминтониста с ракеткой и без	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
22	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Изучение основных стоек при подаче, приеме подачи, ударах	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Videочет
23	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
24	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
25	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Основные стойки при подаче, приеме подачи, ударах	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет

26	Ноябрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Жонглирование на разной высоте на месте и с перемещением.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Videочет
27	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Жонглирование на разной высоте на месте и с перемещением.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
28	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Перемещения в стойке бадминтониста по площадке, жонглирование воланом	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
29	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Контрольные игры и соревнования	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Videочет
30	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос, Videочет
31	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет
32	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Videочет



33	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа сверху.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
34	Декабрь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Сдача контрольных нормативов	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Промежуточный контроль Видеотчет
<b>2 МОДУЛЬ</b>								
35	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, Видеотчет
36	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
37	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
38	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара открытой стороной ракетки. Удары справа снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
39	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, Видеотчет
40	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет

41	Январь	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
42	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева сверху.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
43	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос, Видеотчет
44	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение ударам закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
45	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение удара закрытой стороной ракетки. Удары слева снизу.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
46	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Удары слева сверху открытой стороной. Удары слева снизу открытой стороной.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
47	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Удары слева сверху закрытой стороной. Удары слева снизу закрытой стороной	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
48	Февраль	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение приёму закрытой стороной ракетки с удара сверху	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
49	Февраль	согласно утвержденному расписанию	согласно утвержденному расписанию	Практическое видеозанятие	2	Повторение приёму закрытой стороной ракетки с удара сверху	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет

		тренера	тренера					
50	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Повторение выше разученных приемов	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос Видеотчет
51	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение выше разученных приемов	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
52	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Обучение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Опрос Видеотчет
53	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
54	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение подачи открытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
55	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Подача открытой стороной ракетки. Приемы и удары открытой/закрытой стороной ракетки	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
56	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет
57	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Обучение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушинской СШ	Видеотчет

58	Март	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Повторение подачи закрытой стороной ракетки.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
59	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Подача открытой стороной ракетки. Приемы и удары открытой/закрытой стороной ракетки	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Видеотчет
60	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Подвижные игры: для развития реакции и ловкости.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
61	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Основы тактики в бадминтоне для начинающих игроков.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Видеотчет
62	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Тактика нападения. Подвижные игры для развития быстроты передвижения.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
63	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Тактика нападения. Подвижные игры для развития быстроты передвижения.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
64	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Тактика защиты. Подвижные игры для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
65	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Тактика защиты. Подвижные игры для развития силы	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет

66	Апрель	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Контрольные игры и соревнования.	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
67	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Лекция по видеосвязи Практическое видеозанятие	2	Учебная двусторонняя игра с индивидуальными заданиями	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Опрос Видеотчет
68	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Целостно-игровые занятия с заданиями на переключение	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Текущий контроль Видеотчет
69	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Игровые тренировка	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
70	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Игровые тренировка	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
71	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Игровые тренировка	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Видеотчет
72	Май	согласно утвержденному расписанию тренера	согласно утвержденному расписанию тренера	Практическое видеозанятие	2	Сдача контрольных нормативов	Спорт зал МОУ Тушнинской СШ	Итоговый контроль: сдача контрольных нормативов Видеотчет

## **6. Условия реализации программы**

### **6.1. Кадровое обеспечение**

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование, обладать профессиональными знаниями в физкультурно-спортивном направлении, знать специфику дополнительного образования, иметь практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

Педагог должен владеть базовыми навыками работы с компьютерной техникой и программным обеспечением, базовыми навыками работы со средствами телекоммуникаций (системами навигации в сети Интернет, навыками поиска информации в сети Интернет, электронной почтой и т.п.), иметь навыки и опыт обучения и самообучения с использованием цифровых образовательных ресурсов.

### **6.2. Материально-техническое обеспечение**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал с бадминтонной разметкой площадки, бадминтонной сеткой.

- 1 Спортивный зал;
- 2 Бадминтонная сетка;
- 3 Методические материалы, рекомендации;
- 4 Игровая форма (спортивная форма соревновательная);
- 5 Ракетки;
- 6 Воланы;
- 7 Скакалки;
- 8 Стойки, разметочные фишки и конусы;
- 9 Гимнастические маты;
- 11 Секундомер;
- 12 Свисток.

При **дистанционном обучении** должно обеспечиваться каждому обучающемуся возможность доступа к средствам ДОТ, в т.ч. к образовательной онлайн-платформе, в качестве основного информационного ресурса, а также осуществляться учебно-методическая помощь обучающимся через консультации педагогов как при непосредственном взаимодействии педагога с обучающимися, так и опосредованно.

### **6.3. Информационно-методическое обеспечение**

Подготовка бадминтониста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения

показом наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с детьми, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки.

По программе можно использовать следующие платформы и сервисы: сетевой город, ZOOM, Googl Form, Skype, чаты в Viber и Телеграмм, ВКонтакте многие другие цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; skype – общение; e-mail; облачные сервисы; электронные носители мультимедийных приложений; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

Приобретенные умения и навыки используются обучающимися в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую физическую подготовку, так же специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные – на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем переходят к составным частям и заключение снова возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Распределение времени на все разделы работы осуществляется в соответствии с задачами каждого тренировочного занятия.

#### **Методы организации и проведения образовательного процесса:**

Словесные методы:

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт
- Показ упражнений и техники баскетбольных приёмов
- Использование учебных наглядных пособий
- Видеофильмы, DVD, слайды
- Жестикуляции
- Метод упражнений
- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом

- Соревновательный метод
- Игровой метод
- Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

#### **Основные средства обучения:**

- Общефизические упражнения
- Специальные физические упражнения
- Упражнения для изучения техники передвижений, техники и тактики волейбола в нападении и защите и совершенствование их в групповых и командных действиях
- Подвижные и подготовительные игры.

### **7. Формы аттестации**

Программа предусматривает входную, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале реализации программы проводится входная аттестация (входной контроль), которая предусматривает входное тестирование по теории (*Приложение 1*) и сдача контрольных нормативов по практике. Промежуточная аттестация проводится середине реализации программы. Они предусматривают зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце всей программы обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в бадминтон и сдачи контрольных нормативов. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как происходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре. В течение программы в спортивно-оздоровительных группах проводится контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Проводится теоретическая проверка знаний. (*Приложение 2*)

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся учитываются результаты испытаний на быстроту перемещения, координацию, скростно-силовые качества, скоростную выносливость. Для определения уровня технической подготовленности используются такие действия как: набивание (жонглирование) волана, передвижение в четыре точки из центра площадки, выполнение короткой подачи открытой/закрытой стороной ракетки, выполнение высоко-далекой подачи на заднюю линию площадки, выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии. Нормативные требования контрольных упражнений по физической подготовке и технике представлены в **таблице 5**.

При дистанционном обучении контроль проводится как видео-отчет (показ отработанного приема и упражнения).



## 8.Оценочные материалы

### Комплекс контрольных нормативов для определения технической подготовленности в бадминтоне

Таблица 5.

№ п/п	Контрольные упражнения	5 класс			6 класс			7 класс			8 класс			9 класс			10 класс			11 класс		
		«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1.	Набивание (жонглирование) волана, кол-во раз	6	8	10	11	13	15	16	18	20	21	23	25	26	28	30	31	33	35	36	38	40
2.	Передвижение в четыре точки из центра площадки (приставным, крестным и простым шагом), перенося воланы в каждый угол площадки, (сек.)	30	25	22	25	22	20	22	20	18	20	18	16	18	16	14	16	14	12	14	12	10
3.	Выполнение короткой передачи волана из правой передней зоны площадки в левую переднюю зону (по диагонали), кол-во раз, по 10 ударов из двух квадратов	4	5	6	6	7	8	8	9	10	10	11	12	12	13	14	14	15	16	14	16	18
4.	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	1	2	3	2	3	4	4	5	6	5	6	7	6	7	8	7	8	9	7	8	9
5.	Выполнение короткой подачи закрытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	1	2	3	2	3	4	4	5	6	5	6	7	6	7	8	7	8	9	7	8	9
6.	Выполнение высоко-далекой подачи на		1-3			2-4		3	4	5	4	5	6	5	6	7	6	7	8	7	8	9

	заднюю линию площадки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз																						
7.	Выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии в среднюю зону площадки, кол-во раз	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	4	5	4	5	6	5	6	7	6	7	8	

- дневник достижения обучающихся;
- портфолио обучающихся.

## **9. Медицинское обследование**

**Цель:** Диагностика физического состояния и уровня здоровья обучающихся.

Определение состояния здоровья и уровня функционального состояния спортсменов для занятий волейболом осуществляется медицинской сестрой школы по графику посещения учебно-тренировочных занятий.

## **10. Воспитательная работа**

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель может проводить ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время.

На протяжении многолетнего учебно-тренировочного процесса тренер-преподаватель формирует у занимающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

### ***Воспитательные средства:***

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

### ***Основные воспитательные мероприятия:***

- торжественный прием вновь поступивших в школу;
- проводы выпускников;
- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности обучающихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у обучающихся понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне нее. Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств. Наблюдая за особенностями поведения и высказываниями обучающихся во время игр, тренер-преподаватель может сделать вывод о сформированности у них необходимых качеств.

## **11. Список литературы**

### **11.1. Список литературы для педагога**

1. Азбука бадминтона: учебное пособие / А. Галицкий, О.Марков. – М.: ФиС, 1987.
2. А. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам / П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – М.: Глобус, 2008.
3. Основы спортивного бадминтона / Д. Рыбаков, М. Штильман. – М.: ФиС, 1982.
4. Смирнов Ю.Н. Бадминтон: учебное пособие для институтов физической культуры / Ю.Н. Смирнов. –М.: 1989.
5. Лившиц В.Я., Штильман М.М. “Бадминтон для всех.”, –М., “Ф и С”, 1986г.
6. Жбанков О.В. / «Специальная и физическая подготовка в бадминтоне» - М.: Изд-во МГТУ им Н.Э. Баумана, 2011.
7. Журнал. Информация о бадминтоне. Чемпион, 2011.

### **11.2. Интернет-ресурсы**

1. Сайты и источники информации: <http://ru.wikipedia.org> <http://badmintonfans.ru>  
<http://www.fizkulturaisport.ru>

### **11.3.Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Игра бадминтон: учебно-методическое издание /А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121 с.
2. Лотоненко А.В. Культура физическая и здоровье /В.А. Лотоненко, Г.Р.; С.Р. Гостева, О.А. Григорьев. – Москва, - 2008. – 447 с.
3. Ростомашвили Л.Н. Физические упражнения для детей с нарушенным зрением: методические рекомендации для учителей, воспитателей, родителей. /Л.Н.Ростомашвили. – Спб, 2001. – 204 с.
4. Турманидзе В.Г. Обучение бадминтону на этапе начальной подготовки в общеобразовательных учреждениях для обучающихся с различным уровнем физического здоровья: учебное пособие /В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом.гос.ун-та, 2013. – 192.

## Материал для проверки знаний по теоретической подготовке

Проверка знаний обучающихся проводится течение всей программы в виде устных ответов по разработанным билетам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе.

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?
5. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
6. Для чего нужен дневник самоконтроля?
7. Первая помощь при вывихе?
8. Какие травмы можно получить при занятиях спортом?
9. Признаки переутомления?
10. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
11. Чем полезен бадминтон для нашего здоровья?
12. В каком году и в какой стране зародился бадминтон?
13. Спортивная одежда бадминтониста?
14. Основные правила в бадминтоне?
15. Какой инвентарь в бадминтоне?
16. До скольких очков играют в бадминтоне?
17. Сколько партий в бадминтоне?
18. Какие бывают подачи?
19. Что такое «смэш»?
20. Удары в бадминтоне (виды)

**Тестовые задания по проверке теоретических знаний по бадминтону**

**До скольких очков играют в бадминтон?**

А. 21

Б. 20

В. 11

**2. Сколько сетов (партий) в бадминтоне?**

А. 1

Б. 2

В. 3

**3. Какие размеры площадки (поля) для бадминтона?**

А. 5,18 м x 13,4 м

Б. 6,18 м x 13,4 м

В. 7,18 м x 13,4 м

**4. Смена сторон.**

А. По окончании первого гейма;

Б. Перед началом третьего гейма

В. Оба ответа верны

**5. В какой стране зародился бадминтон?**

А. Индия

Б. Англия

В. США

**6. Какая высота сетки в бадминтоне?**

А. 80 см

Б. 76 см

В. 78 см

**7. Как называется мячик для бадминтона?**

- А. Волан
- Б. Теннисный мячик
- В. Шарик

**8. Как должен подающий держать ракетку**

- А. Выше пояс
- Б. Ниже пояса
- В. На уровне пояса

**9. С какого поля подаются чётные цифры счёта подающего?**

- А. С правого
- Б. С левого
- В. С передней зоны

**10. Есть ли вторая попытка при подаче у бадминтониста?**

- А. Есть
- Б. Нет
- В. Есть, если промахнулся по волану

**11. Основные физические качества бадминтониста?**

- А. Выносливость
- Б. Гибкость
- В. Оба качества

**Ответы:**

Вариант	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	А	В	А	В	А	Б	А	А	А	Б	А

**Оценивание:**

- За каждый правильный ответ – 1 балл.
- Оценка «5»: 8-10 баллов
- Оценка «4»: 6-7 баллов
- Оценка «3»: 4-5 баллов
- Оценка «2»: менее 4 баллов