

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Приморского района Санкт-Петербурга

ГБОУ СОШ № 53

ПРИНЯТА
решением педагогического совета
ГБОУ школы № 53
Приморского района Санкт-Петербурга
протокол от 29.08.2023 года № 1
Председатель педагогического совета
Е.О. Максимова

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 30.08. 2023 года
№ 53-од
Директор _____ Е.О.Максимова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса внеурочной деятельности

«Школьный спортивный клуб (Бадминтон)»

для обучающихся 6-х классов

Санкт-Петербург, 2023

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся средней школы (М., Просвещение, 2010 г.)

Содержание программы

Содержание данной программы способствует расширению знаний и умений по физической культуре, обеспечивает физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учётом исторической, общекультурной и ценностной составляющей, а именно:

- пониманию роли и значения физической культуры в формировании здорового образа жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья посредством бадминтона;

- овладению системой знаний о физическом развитии и физической подготовленности и функциональных системах организма;

- освоению умений самостоятельно организовывать занятия по бадминтону, регулировать физические нагрузки на этих занятиях, т.е., обучающиеся самостоятельно должны отбирать средства и методы занятий, организовывать занятия, определять эффективность занятий в соответствии с поставленной задачей, ориентируясь на индивидуальные показатели физического развития и физической подготовленности;

- углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения в целом и бадминтона в частности.

В результате образования в области физической культуры на базовом уровне, у обучающихся формируются умения и навыки, универсальные способы деятельности и ключевые компетенции.

В познавательной деятельности:

- использование наблюдений, измерений и моделирования;
- комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения;

- исследование несложных практических ситуаций.

В информационно-коммуникативной деятельности:

- умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге;
- умение составлять комплексы физических упражнений для развития физических качеств, подготовительные и подводящие упражнения для бадминтона;
- умение использовать знаковые системы (таблицы, схемы по бадминтону.).

В рефлексивной деятельности:

- самостоятельная организация учебной деятельности обучающихся на уроке физической культуры по бадминтону;
- владение навыками контроля и оценки своей деятельности на занятиях по бадминтону;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни.

Место кружка в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание кружка отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Цель программы:

Популяризация бадминтона, приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом, повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.

Задачи программы:

Образовательные

- 1) вооружение знаниями по истории развития бадминтона, правилам игры;
- 2) обучение учащихся технике игры;
- 3) обучение новым двигательным действиям, для использования их в прикладных целях;
- 4) повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;
- 5) привлечение учащихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям по данному виду спорта, в спортивные секции.

Оздоровительные

- 1) профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;
- 2) укрепление связок нижних и верхних конечностей;
- 3) повышение резервных возможностей организма.

Воспитательные

- 1) развитие двигательных физических качеств и способностей: быстроты, ловкости, быстроты реакции, специальной и общей выносливости, гибкости, точности, меткости;
- 2) воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- 3) повышение и воспитание у учащихся устойчивой мотивации к занятиям по бадминтону.

Программа разработана для учащихся 5 классов, впервые изучающих спортивную игру «Бадминтон». Программа рассчитана на один год обучения.

Тематическое планирование 5 класс

№ п\п	Вид программного материала	Кол-во часов
1	Основы теоретических знаний	5
2	Технико-тактическая подготовка бадминтониста	14
3	Общая физическая и специальная подготовка бадминтониста	8
4	Учебно тренировочные игры, соревнования	7
		34

Знания о физической культуре

История физической культуры. Физическая культура в современном обществе. История развития бадминтона, и его роль в современном обществе. История зарождения бадминтона в мире, СССР и России. Олимпийское движение в бадминтоне. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов – бадминтонистов на международной арене.

Базовые понятия физической культуры. Основные термины и понятия в бадминтоне. Правила игры. Техническая подготовка в бадминтоне. Основные технические приемы игры в бадминтоне: способы держания (хватка) ракетки; стойки; подачи; удары; передвижения. Двигательный навык, двигательное умение как качественные характеристики освоенности движений в бадминтоне. Физическое развитие человека. Физическая подготовка бадминтониста, направленное развитие физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств в бадминтоне. Спортивная подготовка. Основные режимы нагрузки (оздоровительный, поддерживающий, развивающий, тренирующий режимы). Адаптивная физическая культура как система

оздоровительных занятий физическими упражнениями по укреплению и сохранению здоровья. Бадминтон и его применение в адаптивной физической культуре. Здоровье и здоровый образ жизни. Значение занятий бадминтоном в формировании здорового образа жизни и профилактике вредных привычек. Физкультурно-оздоровительные занятия бадминтоном, как средство всестороннего и гармоничного развития личности.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий по бадминтону. Подготовка места для занятий по бадминтону, размеры игровой площадки, инвентарь (выбор ракетки, волана). Выбор упражнений, составление и выполнение индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз. Упражнения для формирования правильной осанки и ее коррекции. Планирование занятий по бадминтону. Составление по образцу комплексов упражнений для развития физических качеств в бадминтоне. Подводящие и подготовительные упражнения в бадминтоне, необходимые для освоения двигательных действий. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Последовательное выполнение частей занятия, наблюдение за режимом нагрузки (по частоте сердечных сокращений) в течение занятия. Организация досуга посредством игры в бадминтон.

Оценка эффективности занятий по бадминтону. Самонаблюдение и самоконтроль на занятиях по бадминтону. Ведение дневника самонаблюдения, за динамикой физического развития и физической подготовленности. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Правила самостоятельного тестирования физических качеств в бадминтоне. Оценка основных технических приемов игры (стойки, подачи, удары, передвижение по корту). Способы выявления и устранения ошибок в

бадминтоне. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Бадминтон.

- Способы держания (хватки) ракетки: универсальная, для удара открытой и закрытой стороной ракетки.
- Стойки: при подаче, при приеме, игровые; правосторонние, левосторонние; высокие, средние, низкие; атакующие, защитные, универсальные.
- Поддачи: открытой и закрытой стороной ракетки; высоко-далекая, высокая, атакующая, плоская, короткая.
- Удары: фронтальные, нефронтальные; открытой и закрытой стороной ракетки; сверху, сбоку, снизу; высоко-далекий; высокий атакующий; атакующий («смеш», «полусмеш»); плоский; укороченный; сброс на сетке; подставка; подкрутка, в «противоход».
- Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег.
- Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для развития силы кисти. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности. Упражнения на расслабление.

Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью. Упражнения специальной технической подготовки. Упражнения с ракеткой; с воланом; с поролоновым шариком; выполняемые с ракеткой одним и двумя воланами. Стойки: при подаче, приеме волана. Удары: укороченные (сброс, подставка) выполняемые на сетке; добивание волана на сетке; короткий удар с задней линии площадки; атакующий удар («смеш»); прием короткого удара справа,

слева, с отбросом на заднюю линию; прием удара «смеш». Подачи: высоко-далекая; атакующая; плоская, короткая, открытой и закрытой стороной ракетки. Передвижения: по зонам площадки; передвижение обучающегося по площадке в три точки; передвижение обучающегося по площадке в четыре точки; передвижение обучающегося по площадке в шесть точек. Тактика одиночной игры. Тактика парной игры. Тактика игры смешанных пар (микст). Игра по правилам.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Результаты освоения программного материала по программе «Бадминтон» основного общего образования в образовательном учреждении оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению 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, 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.

В области нравственной культуры:

- 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 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 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.

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 программы, 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.

В области физической культуры:

- 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 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.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы «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 бадминтона в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- 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.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- способность организовывать 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 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;

- способность осуществлять судейство соревнований по бадминтону, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность составлять планы занятий по бадминтону с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Контрольные нормативы для определения технической подготовленности в бадминтоне

<i>№ п/п</i>	<i>Контрольные упражнения</i>	<i>5класс</i>	<i>6класс</i>
1.	Набивание (жонглирование) волана, кол-во раз	21–25	26–30
2.	Передвижение в четыре точки из центра площадки (приставным, крестным и простым шагом), переноса воланы в каждый угол площадки	16	14
3.	Выполнение короткой передачи волана из правой передней зоны площадки в левую переднюю зону (по	10–12	12–14

	диагонали), кол-во раз		
4.	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	5–7	6–8
5.	Выполнение короткой подачи закрытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	5–7	6–8
6.	Выполнение высоко-далекой подачи на заднюю линию площадки, кол-во раз	4–6	5–7
7.	Выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии в среднюю зону площадки, кол-во раз	4–5	5–6

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ

1. Общие требования безопасности на занятиях по бадминтону.

Для занятий бадминтоном спортивная площадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

К занятиям допускаются учащиеся:

- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и соблюдать простейшие правила игры;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

2. Требования безопасности перед началом занятий по бадминтону по дисциплине физическая культура.

Обучающийся должен:

- под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- проверить надёжность крепления сетки и стоек для игры в бадминтон;
- провести разминку.

3. Требования безопасности во время занятий по бадминтону по дисциплине физическая культура.

- Не выполнять упражнения без предварительной разминки.

–Не выполнять упражнения сломанной ракеткой и разорванным воланом.

–При выполнении прыжков и соскоков с гимнастических скамеек приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

–Не стоять близко к учащимся, которые выполняют упражнения с ракетками или другими предметами.

–Не выполнять упражнения с ракеткой при влажных ладонях.

–При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

–Перед выполнением упражнений по метанию меча или волана посмотреть, нет ли рядом людей в секторе метания.

–Не производить метания без разрешения учителя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

–Не находиться в зоне метания, не ходить за воланами или мячом без разрешения учителя.

–Не подавать мяч или волан для метания друг другу броском.

4. При выполнении упражнений в движении учащийся должен:

–избегать столкновений с другими обучающимися, «перемещаясь спиной» смотреть через плечо;

–исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;

–соблюдать интервал и дистанцию;

–быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;

– по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

5. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Учащийся должен:

–при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;

–с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

–при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

–по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

б. Требования безопасности по окончании занятий.

Учащийся должен:

–под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

–организованно покинуть место проведения занятия;

–переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

–тщательно вымыть лицо и руки с мылом или принять душ.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ
И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Учебно-методические пособия

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.
2. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания / В.М. Мачнев. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. – 27с.
3. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
4. Бадминтон: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ШВСМ / А.Н. Горячев; А.А. Ивашин; Московская городская федерация бадминтона. – М.: Советский спорт, 2010. – 160 с.
5. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121с.
6. *Тристан В.Г.* Физиология спорта: учеб. пособие / В.Г. Тристан, О.В. Погадаева. – Омск: СибГУФК, 2003. – 92 с.
7. 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).

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение включает минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических, компьютерных и других информационных средств обучения, учебно-лабораторного оборудования и натуральных объектов.

Количество учебного оборудования приведено исходя из его необходимого минимума. При наличии соответствующих возможностей школа может изменять это количество в сторону увеличения.

<i>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>Кол и- чес тв о</i>	<i>При меча ния</i>
<i>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</i>		
Федеральный государственный образовательный стандарт основного образования	Д	
Примерная программа основного общего образования по физической культуре	Д	
Рабочие программы	Д	
<i>Печатные пособия</i>		
Таблицы, схемы (в соответствии с программой обучения)	Д	
<i>Технические средства обучения</i>		
Мультимедийный компьютер	Д	
<i>Экранно-звуковые пособия</i>		

<i>Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>Кол и- чес тв о</i>	<i>При меча ния</i>
Видеофильм «азбука волана»	Д	
<i>Учебно-практическое оборудование</i>		
Сетка бадминтонная	П	
Ракетки	К	
Воланы	К	
Табло перекидное	Д	
<i>Измерительные приборы</i>		
Весы медицинские	Д	
Ростомер	Д	
Пульсометр	Д	
Тонометр автоматический	Д	
<i>Спортивные залы (кабинеты)</i>		
Спортивный зал игровой	Д	
Подсобное помещение для хранения инвентаря	Д	

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения: **Д** – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс); **К** – полный комплект (на каждого ученика класса); **Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников); **П** – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5–6 человек).

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№53**

**Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 53)**

Согласовано

Заместитель директора по УВР

_____.
« » _____ 20__ г.

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ**

По кружку «Бадминтон» 6 «А» класс (спортивные игры)

учитель: **Денисова Наталья Николаевна**

Количество часов: всего 34 часа; в неделю - 1 час

№	Содержание занятий	Кол-во часов	дата		оборудование
			План	факт	
1	Техника безопасности. Техника передвижения в средней зоне площадки с выполнением высокого атакующего удара; плоского; короткого; открытой и закрытой стороной ракетки сбоку; сверху; снизу.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
2	Упражнения для обучения техники нападающего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
3	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
4	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой	1			Ракетки, воланы по кол-ву

	стороной ракетки.				занимающихся
5	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
6	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
7	Совершенствование техники выполнения: ударов и передвижений в средней зоне площадки; плоский; короткий; высокий; открытой и закрытой стороной ракетки; с боку, сверху, с низу	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
8	Техника перемещений в задней зоне площадки в левый (правый) дальний угол.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
9	Техника выполнения ударов в защите на задней линии: сверху, сбоку открытой и закрытой стороной ракетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
10	Техника выполнения атакующего удара «смеш»	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
11	Прием атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
12	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву

					занимающихся
13	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
14	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
15	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
16	Тактика одиночной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
17	Чередование высоких атакующих ударов на заднюю линию площадки и перевод волана на сетку.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
18	Выполнение ударов по диагонали, в правый задний угол площадки и левый угол у сетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
19	Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
20	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

21	Способы расстановки игроков на площадке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
22	Личная игровая зона спортсмена	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
23	Перемещения игроков на площадке.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
24	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
25	Упражнения для обучения технико-тактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
26	Плоские удары, выполняемые открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
27	Тактика одиночной игры в защите; в атаке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
28	Выполнение ударов «смеш» по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
29	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

					ся
30	Защитные действия игроков; атакующие действия игроков.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
31	Расположение игроков от атаки к защите и наоборот.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
32	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
33	Прикладные упражнения и технические действия в бадминтоне: для развития реакции; для развития внимания; для развития мышления.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
34	Совершенствование ударов: «смеш»; высоко-далеких ударов по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки; укороченных ударов на сетку; плоских ударов в средней зоне площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№53**

**Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 53)**

Согласовано

Заместитель директора по УВР

« » _____ 20__ г.

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ**

По кружку «Бадминтон» 6 «Б» класс (спортивные игры)

учитель: **Денисова Наталья Николаевна**

Количество часов: всего 34 часа; в неделю - 1 час

№	Содержание занятий	Кол-во часов	дата		оборудование
			План	факт	
1	Техника безопасности. Техника передвижения в средней зоне площадки с выполнением высокого атакующего удара; плоского; короткого; открытой и закрытой стороной ракетки сбоку; сверху; снизу.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
2	Упражнения для обучения техники нападающего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
3	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
4	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой	1			Ракетки, воланы по кол-ву

	стороной ракетки.				занимающихся
5	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
6	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
7	Совершенствование техники выполнения: ударов и передвижений в средней зоне площадки; плоский; короткий; высокий; открытой и закрытой стороной ракетки; с боку, сверху, с низу	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
8	Техника перемещений в задней зоне площадки в левый (правый) дальний угол.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
9	Техника выполнения ударов в защите на задней линии: сверху, сбоку открытой и закрытой стороной ракетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
10	Техника выполнения атакующего удара «смеш»	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
11	Прием атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
12	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву

					занимающихся
13	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
14	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
15	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
16	Тактика одиночной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
17	Чередование высоких атакующих ударов на заднюю линию площадки и перевод волана на сетку.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
18	Выполнение ударов по диагонали, в правый задний угол площадки и левый угол у сетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
19	Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
20	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

21	Способы расстановки игроков на площадке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
22	Личная игровая зона спортсмена	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
23	Перемещения игроков на площадке.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
24	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
25	Упражнения для обучения технико-тактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
26	Плоские удары, выполняемые открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
27	Тактика одиночной игры в защите; в атаке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
28	Выполнение ударов «смеш» по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
29	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

					ся
30	Защитные действия игроков; атакующие действия игроков.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
31	Расположение игроков от атаки к защите и наоборот.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
32	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
33	Прикладные упражнения и технические действия в бадминтоне: для развития реакции; для развития внимания; для развития мышления.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
34	Совершенствование ударов: «смеш»; высоко-далеких ударов по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки; укороченных ударов на сетку; плоских ударов в средней зоне площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№53**

**Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 53)**

Согласовано

Заместитель директора по УВР

_____.
« » _____ 20__ г.

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ**

По кружку «Бадминтон» 6 «В» класс (спортивные игры)

учитель: **Денисова Наталья Николаевна**

Количество часов: всего 34 часа; в неделю - 1 час

№	Содержание занятий	Кол-во часов	дата		оборудование
			План	факт	
1	Техника безопасности. Техника передвижения в средней зоне площадки с выполнением высокого атакующего удара; плоского; короткого; открытой и закрытой стороной ракетки сбоку; сверху; снизу.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
2	Упражнения для обучения техники нападающего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
3	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
4	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой	1			Ракетки, воланы по кол-ву

	стороной ракетки.				занимающихся
5	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
6	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
7	Совершенствование техники выполнения: ударов и передвижений в средней зоне площадки; плоский; короткий; высокий; открытой и закрытой стороной ракетки; с боку, сверху, с низу	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
8	Техника перемещений в задней зоне площадки в левый (правый) дальний угол.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
9	Техника выполнения ударов в защите на задней линии: сверху, сбоку открытой и закрытой стороной ракетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
10	Техника выполнения атакующего удара «смеш»	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
11	Прием атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
12	Упражнения общей физической подготовки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву

					занимающихся
13	Совершенствование техники выполнения и приема атакующего удара «смеш».	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
14	Блокирующие удары в средней зоне открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
15	Короткий атакующий удар с задней линии площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
16	Тактика одиночной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
17	Чередование высоких атакующих ударов на заднюю линию площадки и перевод волана на сетку.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
18	Выполнение ударов по диагонали, в правый задний угол площадки и левый угол у сетки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
19	Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
20	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

21	Способы расстановки игроков на площадке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
22	Личная игровая зона спортсмена	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
23	Перемещения игроков на площадке.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
24	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
25	Упражнения для обучения технико-тактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
26	Плоские удары, выполняемые открытой и закрытой стороной ракетки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
27	Тактика одиночной игры в защите; в атаке	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
28	Выполнение ударов «смеш» по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
29	Тактика парной игры	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся

					ся
30	Защитные действия игроков; атакующие действия игроков.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
31	Расположение игроков от атаки к защите и наоборот.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
32	Упражнения специальной физической подготовки	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
33	Прикладные упражнения и технические действия в бадминтоне: для развития реакции; для развития внимания; для развития мышления.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся
34	Совершенствование ударов: «смеш»; высоко-далеких ударов по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки; укороченных ударов на сетку; плоских ударов в средней зоне площадки.	1			Ракетки, воланы по кол-ву занимающихся