

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ШКОЛА № 78 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОНЕЦК"  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
(ГБОУ «ШКОЛА №78 Г.О. Донецк»)**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании ШМО  
развивающего цикла  
протокол № 1  
от «28» августа 2024г.

Руководитель ШМО

Ю.И. Гатилова

**СОГЛАСОВАНО**

зам. директора по УВР

Е.В. Савинова

«23» 08 август

**УТВЕРЖДАЮ**

директор ГБОУ «ШКОЛА №78  
Г.О. ДОНЕЦК»

Крыжановская Я.В.



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности  
среднего общего образования  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
для обучающихся 10-11 классов

Составитель:

Гатилова Татьяна Валериевна,  
учитель физической культуры,  
высшая квалификационная категория

**Донецк – 2024**

## **Направленность программы – спортивно-оздоровительная**

**Актуальность программы:** в соответствии с требованиями ФГОС СОО внеурочная деятельность является основной составляющей становления и развития личности обучающегося. Бадминтон, как вида спорта, помогает решать основную задачу, физического воспитания: формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

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.

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.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Бадминтон» составлена в соответствии с требованиями ФГОС СОО на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015г. №729-р.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
5. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Бадминтон» для обучающихся разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования основывается по учебному предмету «Физическая культура» модуль «Бадминтон», что является составной частью «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение - 2018

Программа раскрывает методические особенности обучения игре в бадминтон в общеобразовательном учреждении.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Игра в бадминтон является эффективным средством укрепления здоровья и физического развития обучающихся. Занятия бадминтоном позволяют разносторонне воздействовать на организм человека, развивают быстроту, силу, выносливость, координацию движения, улучшают подвижность в суставах, способствуют приобретению широкого круга двигательных навыков, воспитывают волевые качества. Все движения в бадминтоне носят естественный характер, базирующийся на беге, прыжках, различных перемещениях.

Широкая возможность вариативности нагрузки позволяет использовать бадминтон, как реабилитационное средство, в группах общей физической подготовки и на занятиях в специальной медицинской группе. Занятия бадминтоном вызывают значительные морфофункциональные изменения в деятельности зрительных анализаторов, в частности, улучшается глубинное и периферическое зрение, повышается способность нервно-мышечного аппарата к быстрому напряжению и расслаблению мышц. Эффективность занятий бадминтоном обоснована для коррекции зрения и осанки ребенка.

В процессе игры в бадминтон обучающиеся испытывают положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, инициативу, благодаря чему игра представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха всех детей. Игра в бадминтон на открытом воздухе (в парке, на пляжах вблизи водоемов или просто во дворе дома) создает прекрасные условия для насыщения организма человека кислородом во время выполнения двигательной активности.

## **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ «БАДМИНТОН»:**

**Целью** программы является формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры, а в частности бадминтона, в организации здорового образа жизни.

В рамках реализации этой цели программа по бадминтону для обучающихся основной школы будет способствовать решению следующих **задач**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
- обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- всестороннее гармоничное развитие обучающихся, увеличение объема их двигательной активности в соответствии с половозрастными нормами средствами бадминтона;
- формирование и развитие физического, нравственного, психологического и социального здоровья обучающихся, двигательных способностей; повышение функциональных возможностей организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по бадминтону;
- обогащение двигательного опыта обучающихся физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью посредством освоения технических действий бадминтона;
- освоение знаний об истории развития бадминтона как олимпийского вида спорта, основных формах занятий бадминтоном, их связи с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга;
- обучение двигательным и инструктивным умениям и навыкам, технико-тактическим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону;

- воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности средствами бадминтона;
- популяризация бадминтона среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям бадминтона, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;
- выявление, развитие и поддержка одаренных подростков в области спорта.

### **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «БАДМИНТОН» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Модуль по бадминтону сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в содержание учебного предмета "Физическая культура" (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся, независимо от уровня их физического развития, физической подготовленности, здоровья и гендерных особенностей. Интеграция модуля по бадминтону поможет обучающимся в освоении содержательных разделов программы учебного предмета "Физическая культура" - "Знания о физической культуре", "Способы самостоятельной деятельности", "Физическое совершенствование" в рамках реализации рабочей программы по физической культуре, при подготовке и проведении спортивных мероприятий, в достижении образовательных результатов внеурочной деятельности и дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов и участия в соревнованиях.

Модуль по бадминтону может быть реализован в следующих вариантах: при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по бадминтону с учетом возраста и физической подготовленности обучающихся; в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счет части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. В виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности и (или) за счет посещения обучающимися спортивных секций, школьных спортивных клубов, включая использование учебных модулей по видам спорта

Общее число часов, рекомендованных для изучения модуля «бадминтон», – 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 часа в неделю), в 11 классе – 34 часов (1 часа в неделю).

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «БАДМИНТОН»**

*Бадминтон и здоровый образ жизни:* характеристика основных форм занятий бадминтоном, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

*Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире:*

роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Спортивные игры в программе Олимпийских игр. Бадминтон как олимпийский вид спорта. Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России. Олимпийское движение в СССР и современной России. История дебюта бадминтона на Олимпийских играх в Барселоне. Развитие бадминтона как олимпийского вида спорта. Олимпийские чемпионы по бадминтону.

*Физическая культура в современном обществе:* характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие средствами бадминтона. Бадминтон – средство адаптивной физической культуры. Бадминтон и здоровье. Организация здорового образа жизни, профилактика вредных привычек средствами бадминтона.

*Способы самостоятельной деятельности.* Составление индивидуального режима дня, место и временной диапазон занятиями бадминтоном в режиме дня. Бадминтон как средство физического развития человека, формирования правильной осанки, профилактики миопии.

Составление комплексов физических упражнений с элементами бадминтона с коррекционной направленностью и правила их самостоятельного проведения. Проведение самостоятельных занятий бадминтоном на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма. Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий

бадминтоном. Ведение дневника самоконтроля по физической культуре. Физическая подготовка в бадминтоне и ее влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья; физическая подготовленность как результат физической подготовки. Правила и способы самостоятельного развития физических качеств, необходимых для успешного освоения двигательных умений и навыков в бадминтоне. Способы определения индивидуальной физической нагрузки при занятиях бадминтоном. Правила проведения измерительных процедур по оценке уровня физической подготовленности средствами бадминтона. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов средствами контрольных упражнений бадминтона. Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой в бадминтоне. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений с элементами бадминтона на открытых площадках.

*Техническая подготовка в бадминтоне* и ее значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой. Способы держания (хватки) ракетки. Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке. Техника выполнения ударов. Техника выполнения подачи. Техника передвижений в различных зонах площадки с выполнением ударов открытой, закрытой стороной ракетки. Технические действия: передвижения по площадке, удары на сетке, подачи, техника передвижений в передней зоне площадки с выполнением ударов на сетке.

*Правила игры и игровая деятельность* по правилам с использованием разученных технических приемов. Технические действия: удары на сетке, в средней зоне площадки, подачи. Техника передвижений в средней зоне площадки с выполнением атакующих ударов.

Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки, защитные действия игрока, прием и выполнение атакующих ударов. Техничко-тактические действия в нападении. Тактика одиночной игры. Тактика парной игры. Упражнения общефизической и специальной подготовки для развития физических качеств, доминирующих при освоении двигательных действий в бадминтоне.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «БАДМИНТОН» НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития бадминтона, включая региональный, всероссийский и международный уровни; формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами бадминтона профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного общения в команде, со сверстниками и педагогами; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, моральной компетентности в решении проблем в

процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по бадминтону;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами бадминтона, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать собственные возможности и правильность выполнения задач; умение соотносить собственные действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умение создавать графические пиктограммы физических упражнений, схемы для тактических и игровых задач и преобразовывать их в выполнение двигательных действий; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий, соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Понимание роли и значения занятий бадминтоном в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья; знание истории развития бадминтона как олимпийского вида спорта; умение характеризовать основные направления и формы организации бадминтона в современном обществе; понимание значимости технической подготовки для достижения результативности двигательных действий в бадминтоне и влияния физической подготовки на развитие систем организма и укрепление здоровья;

знания правил игры в бадминтон, основных терминов и понятий, правил

организации соревнований; использование бадминтона как эффективного средства двигательной активности в режиме дня, соблюдение режима питания и выполнение оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий в режиме двигательной активности; умение составлять и выполнять самостоятельно комплексы физических упражнений с элементами бадминтона с коррекционной направленностью; умение оценивать состояние организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий бадминтоном, вести дневник самоконтроля по физической культуре; владение способами оценивания техники выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности средствами тестовых заданий и контрольных упражнений бадминтона; умение составлять план самостоятельных занятий технической и физической подготовкой в бадминтоне, занятий адаптивной физической культурой для людей с нарушением зрения; использование восстановительного массажа и банных процедур как средства оптимизации работоспособности и восстановления организма при самостоятельных занятиях бадминтоном; умение оказывать первую помощь на самостоятельных занятиях бадминтоном и во время активного отдыха; умение демонстрации правильной техники двигательных действий при игре в бадминтон: способы держания (хватки) ракетки, игровые стойки, передвижения по площадке, удары, подачи; использование в игре технико-тактические действия в нападении и защите, при одиночной и парной игре; осуществление игровой деятельности по правилам с использованием ранее разученных технических приемов.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
1.1	Модуль Бадминтон»	34			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a>
Итого по разделу		34			

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
1.1	Модуль Бадминтон»	34			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a>
Итого по разделу		34			

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
<b>Модуль «Бадминтон»</b>					
1	Основные формы занятий бадминтоном, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
2	Роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии Олимпийского движения	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
3	Оценка уровня физической подготовленности средствами бадминтона.			1	<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
4	Занятия бадминтоном и режим питания.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
5	Способы держания (хватки) ракетки.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
6	Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
7	Техника выполнения подачи.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
8	Выполнение ударов открытой, закрытой стороной ракетки.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
9	Техника передвижений в различных зонах площадки с выполнением ударов	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
10	Техника передвижений в передней зоне	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .

	площадки с выполнением ударов на сетке				<a href="http://www.obadmintonne.ru">ne.ru.</a>
11	техника передвижений в передней зоне площадки с выполнением ударов на сетке	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
12	игровая деятельность по правилам с закреплением технических приемов	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
13	Технические действия: удары на сетке, в средней зоне площадки, подачи	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
14	Техника передвижений в средней зоне площадки с выполнением атакующих ударов	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
15	Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
16	Защитные действия игрока в парной игре	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
17	Защитные действия игрока в парной игре				<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
18	Упражнения общефизической и специальной подготовки для развития физических качеств	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
19	Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
20	Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
21	Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
22	Высокая подача в	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>

	одиночной игре				<a href="http://www.obadmintoner.ru">ne.ru.</a>
23	Удар Бекхенд в бадминтоне Удар	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
24	Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий				<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
25	Физические упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов с элементами бадминтона	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
26	Плоские удары в бадминтоне.	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
27	Технико-тактические действия в нападении	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
28	Тактика одиночной игры. Тактика парной игры.	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
29	Игровая деятельность по правилам			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
30	Игровая деятельность по правилам			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
31	упражнения с одним и двумя воланами (разноцветными) для профилактики миопии			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
32	упражнения для профилактики общего утомления и остроты зрения.	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
33	Составление оздоровительных комплексов для самостоятельных занятий			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
34	Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>

	бадминтоном и во время активного отдыха.				
Итого по разделу		28	6		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>					
<b>Модуль «Бадминтон»</b>					
1	Олимпийское движение в СССР и современной России.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
2	История дебюта бадминтона на Олимпийских играх в Барселоне	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
3	Оценка уровня физической подготовленности средствами бадминтона.			1	<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
4	Занятия бадминтоном и режим питания.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
5	Способы держания (хватки) ракетки.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
6	Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
7	Техника выполнения подачи.	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .
8	Выполнение ударов открытой, закрытой	1			<a href="http://www.obadminton.ru">http://www.obadminton.ru</a> .

	стороной ракетки.				<a href="http://www.obadmintonne.ru">ne.ru.</a>
9	Техника передвижений в различных зонах площадки с выполнением ударов	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
10	Техника передвижений в передней зоне площадки с выполнением ударов на сетке	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
11	Способы определения индивидуальной физической нагрузки во время занятий	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
12	игровая деятельность по правилам с закреплением технических приемов	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
13	Технические действия: удары на сетке, в средней зоне площадки, подачи	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
14	Техника передвижений в средней зоне площадки с выполнением атакующих ударов	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
15	Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
16	Защитные действия игрока в парной игре	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
17	Защитные действия игрока в парной игре				<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
18	Упражнения общефизической и специальной подготовки для развития физических качеств	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
19	Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>
20	Технические и	1			<a href="http://www.obadmintonne.ru">http://www.obadmintonne.ru.</a>

	тактические действия: удары в задней зоне площадки				<a href="http://www.obadmintoner.ru">ne.ru.</a>
21	Технические и тактические действия: удары в задней зоне площадки	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
22	Высокая подача в одиночной игре	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
23	Удар Бекхенд в бадминтонеУдар	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
24	Оздоровительные комплексы для само- стоятельных занятий				<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
25	Физические упраж- нения на развитие гибкости и подвиж- ности суставов с элементами бадминтона	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
26	Плоские удары в бадминтоне.	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
27	Технико-такти-ческие действия в нападении	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
28	Тактика одиночной игры. Тактика парной игры.	1			<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
29	Игровая деятельность по правилам			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
30	Игровая деятельность по правилам			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
31	упражнения с одним и двумя воланами (разноцветными) для профилактики миопии			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>
32	Измерение функцио- нальных резервов организма при заня-			1	<a href="http://www.obadmintoner.ru">http://www.obadmintoner.ru.</a>

	тиях бадминтоном				
33	Составление оздоровительных комплексов для самостоятельных занятий			1	<a href="http://www.obadmintone.ru">http://www.obadmintone.ru</a> .
34	Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях бадминтоном и во время активного отдыха.			1	<a href="http://www.obadmintone.ru">http://www.obadmintone.ru</a> .
Итого по разделу		27	7		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

### **ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ**

---

ДАТА ПО ПЛАНУ	ПЕРЕСЕНА НА ДАТУ	ПРИЧИНА ПЕРЕНОСА	ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
ПРОЦЕССА  
МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

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. – 27 с.  
Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск:Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
3. 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.

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121 с.
2. *Тристан В.Г.* Физиология спорта: учеб. пособие / В.Г. Тристан, О.В. Погадаева. – Омск: СибГУФК, 2003. – 92 с.
3. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе., А.В. Турманидзе. – М.: Чистые пруды, 2009. – 32 с.: ил. – (Библиотека «первого сентября». Серия «Спорт в школе», вып. 25).

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. [http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/6642163/Приказ\\_Министерства\\_образования\\_инауки\\_РФ](http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/6642163/Приказ_Министерства_образования_инауки_РФ).
2. <http://www.obadmintone.ru>.
3. [http://news.sportbox.ru/Vidy\\_sporta/Badminton/topic/Azbuka-volana](http://news.sportbox.ru/Vidy_sporta/Badminton/topic/Azbuka-volana)

