МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ТАНКОДРОМ» СОВЕТСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании педагогического совета Протокол № 1 от «11» сентября 2025 года

Директор МБУДО «ЦДР «Танкодром» Изотова Д.Т.

Приказ № 118 от «18» сентября 2025 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «БАДМИНТОН»

(стартовый, базовый уровень)

Направленность: Физкультурно-спортивная Возраст обучающихся: 12-15 лет Срок реализации: 5 лет (720 часов)

Автор-составитель: Киямов Айнур Айратович педагог дополнительного образования

КАЗАНЬ 2025

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ И ДОПОЛНЕНИЙ К ДООП «БАДМИНТОН»

Дата.	Основание. Введение в действие нормативно-правовых документов.
Внесённые	
изменения и	
дополнения.	
14.09.2023 г.	 Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27
Обновление	июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и
содержания и	осуществления образовательной деятельности по дополнительным
технологий	общеобразовательным программам»;
ДООП	 Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольный работы»
Дополнение в	№2749/23 от 07.03.2023 года «О направлении методических
воспитательную	рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по
составляющую	проектированию и реализации современных дополнительных
	общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой
	редакции» / сост. А.М. Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Дёмина).
12.09.2024 г.	– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. №309 «О
Обновление	национальных целях развития Российской Федерации на период до
содержания и	2030 года и на перспективу до 2036 года»;
технологий	– Стратегия государственной культурной политики на период до 2030
ДООП	года (утв. Распоряжением правительства РФ от 11 сентября 2024 года
	№ 2501-p);
	– Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 (изм.
	24.06.2024 г.) «Об утверждении государственной программы
	Российской Федерации «Развитие образования»;
	– Объявление Года Семьи – 2024.
11.09.2025 г.	– Указ Президента Российской Федерации от 16.01.2025 г. № 28 «О
Обновление	проведении в Российской Федерации Года защитника Отечества»;
содержания и	– Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от
технологий	29 августа 2024 г. № Р-160 «Об объявлении 2025 года Годом детского
ДООП	отдыха в системе образования».

ДООП с изменениями и дополнениями рассмотрена на заседании педагогического совета, протокол № 1 от 11 сентября 2025 года. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества «Танкодром» Советского района г. Казани.

«Согласовано»

Директор МБУДО «ЦДТ «Танкодром»

Д.Т. Изотова

Информационная карта (Паспорт) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

дополнительной оощеооразовательной оощеразвивающей программы				
Учреждение	Муниципальное учреждение дополнительного			
	образования «Центр детского творчества			
	«Танкодром» Советского района г. Казани			
Наименование программы	Бадминтон			
Направленность программы	физкультурно-спортивная			
Сведения о разработчике (составите				
ФИО, должность	Киямов Айнур Айратович, педагог			
	дополнительного образования			
Сведения о программе	Action in the column in the co			
Срок реализации	5 лет (720 часов)			
Возраст обучающихся	7-17 лет			
	/-1 / JICI			
Характеристика программы:	TOTAL HAMES IN MAG OF WAS SPENDED OF THE WAG			
- тип программы	дополнительная общеобразовательная			
- вид программы	общеразвивающая			
-принцип проектирования программы	разноуровневая			
-форма организации содержания и				
учебного процесса	групповая;- индивидуальная.			
Цель программы	Создание условий для развития физических			
	качеств, личностных качеств, овладения способами			
	оздоровления и укрепления организма			
	обучающихся посредством занятий бадминтоном			
Образовательные уровни	1, 2, 3 года обучения - стартовый уровень, 4-5 года			
	обучения – базовые			
Ведущие формы и методы	Формы учебных занятий в объединении:			
образовательной деятельности	коллективное,			
	групповое, индивидуальное;			
	Методы:			
	- наглядный: использование наглядных пособий			
	- словесный (рассказ педагога, объяснение),			
	инструкция			
	беседа, анализ и обсуждение, словесный			
	комментарий педагога по ходу выполнения			
	упражнений			
	- практический (игровая спортивная тренировка,			
	круговая,			
	спортивно-игровая, турнир, товарищеская встреча,			
	соревнование.)			
Формы мониторинга	Банк достижений занимающихся. Входная			
результативности	диагностика, промежуточный контроль,			
1 0	диагностика завершающего этапа обучения по			
	программе. Открытое занятие. Анализ,			
	обсуждение выступлений на соревнованиях,			
	турнирах.			
Результативность реализации	Сохранность контингента обучающихся 100 %.			
программы	Участие в конкурсах, фестивалях 30%			
	2024 г.			
Дата утверждения и последней	ZUZT1.			
корректировки программы	HOT.			
Рецензенты	нет			

Оглавление

Раздел І. Комплекс основных характеристик программы	Страниц
	ы
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи	7
1.3. Патриотическое воспитание	11
1.4. Адресат программы	11
1.5. Содержание программы	12
1.5.1. Учебно-тематический план 1 года обучения	12
1.5.2. Содержание учебно-тематического плана 1 года обучения	13
1.5.3. Учебно-тематический план 2 года обучения	14
1.5.4. Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения	15
1.5.5. Учебно-тематический план 3 года обучения	17
1.5.6. Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения	18
1.5.7. Учебно-тематический план 4 года обучения	20
1.5.8. Содержание учебно-тематического плана 4 года обучения	22
1.5.9. Учебный план 5-го года обучения	24
1.5.10. Содержание учебного плана 5-го года обучения	26
1.5.11. Общефизическая подготовка	27
1.5.12. Специально-физическая подготовка	29
1.6. Планируемые результаты	30
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий	35
2.1. Формы аттестации/контроля	35
2.2. Диагностический инструментарий	36
2.3. Методические обеспечение	38
2.4. Условия реализации программы	47
2.5 Список литературы	48

2.5.1. Литература для педагога	48
2.5.2. Литература для обучающихся	49
Приложения:	50
Модуль План воспитательной работы	51
Календарный учебный график	53

<u>Раздел І. Комплекс основных характеристик программы</u> 1.1.Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Бадминтон» (далее — программа) относится к программам физкультурно-спортивной направленности.

Содержание видов спортивной подготовки определено исходя из содержания примерной федеральной и комплексной программы физического воспитания учащихся I-XI классов.

Физкультурно-спортивной деятельности отводится особая роль в решении проблемы социальной адаптации школьников. Спорт, в частности на уроках в школе и во внеурочных формах занятий, включает учащихся во множество социальных отношений с учениками других классов и возраст, создает возможность формирования запаса социально одобренных моделей поведения в школьной среде.

Данная программа призвана обеспечить направление дополнительного физкультурного образования учащихся с использованием способов двигательной деятельности из раздела «баскетбол».

Программа составлена на основании следующих нормативных документов:

- Конституция Российской Федерации.
- Конвенция ООН о правах ребенка (от 20.11.1989 г.)
- Указа Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», определяющего одной из национальных целей развития Российской Федерации предоставление возможности для самореализации и развития талантов;
- Национального проекта «Образование» утвержденным президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам 24 декабря 2018 года, включающем федеральный проект «Успех каждого ребенка», «Цифровая образовательная среда»,
- Изменения в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ в части определения содержания воспитания в образовательном процессе с 1.09.2020;
- Федеральный Закон от 29.12.2012г. No 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ред. от 29.06.2015),
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 No 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. No 996-р);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. No 678-p).

- Федеральный проект «Патриотическое воспитание».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-
- «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи»);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. № 10.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. No 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Устав МБУДО «Центр детского творчества Танкодром» Советского района г.Казани;
- Положение об аттестации обучающихся МБУДО ЦДТ Танкодром (Приказ № 5 от 27.01.2017).

Актуальность программы

Бадминтон доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры — бадминтон - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе, учебно материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог во время уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий бадминтоном. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия бадминтоном способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств — выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других

действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности бадминтона создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроль за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, бадминтон, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить проблему, отчасти, позволит дополнительное образование по программе «Бадминтон», направленной на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Педагогическая целесообразность бадминтона, как и многие другие виды спорта, требует постепенного многолетнего перехода от простого к сложному. Бадминтон позволяет решить проблему занятости у учащихся свободного времени, пробуждение интереса к спортивным играм, в частности бадминтону. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Особенность программы заключается в том, что основой подготовки занимающихся в по программе является не только подготовка юных спортсменов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников, формирование навыков адаптации к жизни в обществе, а также выполнение норм Всероссийского комплекса ГТО, направленный на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к спорту.

Новизна данной программы в том, что она позволяет расширить базовую программу по предмету «Физическая культура» и способствует популяризации бадминтона как вида спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Программа состоит из 2-х модулей:

В первый год обучения направлена на ознакомление правилами, техникой, играми с элементами бадминтона, с историей. Второй и третий год обучения эти же разделы углубляют, идет ознакомление и закрепление тактических приёмов.

Четвертый и пятый год обучения по содержанию очень похожи. На четвертом году обучения идет закрепление тактических приемов и совершенствование техники, на пятом году обучения работа на совершенствование и участия большее участие в турнирах и соревнованиях.

Уровень освоения программы: 1, 2 и 3 года обучения - стартовый, 4— 5 год обучения – базовый.

1.2. Общая цель образовательной программы

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий бадминтоном.

Задачи:

Образовательные:

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела «Спортивные игры (бадминтон)»;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике бадминтона.

Развивающие:

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в бадминтон;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями;

Воспитательные:

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков.
- 1. Техническая, формируется в процессе осуществления обучающимися следующей деятельности:
- Участии в тренировочных играх, в соревнованиях по шахматам; В решении шахматных задач, в т.ч и с помощью программного обеспечения, участии в сеансах одновременной игры.

Компетентностный подход выражен:

- В проведении педагогом инструктажей;
- В применении индивидуальных форм работы;
- В анализе сыгранных матчей;
- В рекомендациях по решению комбинаций.

Формами отслеживания роста предметной компетенции являются:

- Педагогическое наблюдение;
- Учет результативности обучаемых в соревнованиях.
- 2. Интеллектуальная, формируется в процессе осуществления обучающимися следующей деятельности:
 - Осуществлении обучающимися анализа игры, прогноза игры;
 - Изучении специализированной литературы;
 - В анализе и обсуждении сыгранных матчей лучших баскетболистов.

Компетентностный подход выражен:

- В организации педагогом педагогического консультирования при отборе тематического материала;
 - В проведении бесед;
 - В применении индивидуальных и групповых форм работы.

Формами отслеживания роста предметной компетенции является:

• Оценка результативности участия обучаемых в соревнованиях и первенствах по бадминтону.

Цели и задачи по годам обучения

1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения
Цель:		,,,		
Создание условий	Создание условий	Создание	Формирование у	Формирование у
для	для	условий для	обучающихся	обучающихся
удовлетворения	удовлетворения	удовлетворения	устойчивых мотивов	устойчивых
потребности	потребности	потребности	и потребностей в	мотивов и
ребенка в	ребенка в	ребенка в	бережном	потребностей в
двигательной	двигательной	двигательной	отношении к своему	бережном
активности через занятия	активности через занятия	активности через занятия	здоровью, целостном развитии физических	отношении к своему здоровью,
бадминтоном,	бадминтоном,	бадминтоном,	и психических	целостном развитии
формирование и	формирование и	формирование и	качеств, творческом	физических и
систематизация	систематизация	систематизация	использовании	психических
профессиональных	профессиональных	профессиональн	средств физической	качеств, творческом
теоретических	теоретических	ЫХ	культуры, а в	использовании
знаний и	знаний и	теоретических	частности	средств физической
практических	практических	знаний и	бадминтон, в	культуры, а в
умений и навыков.	умений и навыков.	практических	организации	частности
		умений и	здорового образа	бадминтон, в
		навыков.	жизни.	организации
				здорового образа
				.ингиж
Задачи:				
Образовательные				
Обучить:	Обучить:	Обучить:	Обучить:	Обучить:
начальным	правилам и	основным	технике, тактике,	технике, тактике,
правилам и	технике игры в	понятиям о	комбинациям и	комбинациям и
технике игры в	бадминтон и	технике и	стратегии игры в	стратегии игры в
бадминтона;	основным	тактике игры в	бадминтон;	бадминтон;
правам и	бадминтон	бадминтон;	работе над	работе над
обязанностям	понятиям;	работать над	ошибками в технике	ошибками в технике
игрока;	исправлять	ошибками в	и тактике для	и тактике для
истории и	ошибки в	технике и	совершенствования;	совершенствования;
происхождении	технике;	тактике;	пользоваться базами	пользоваться базами
бадминтона	правам и	решать задачи по	данных на ПК для	данных на ПК для
о и диши и опи	обязанностям	всем	совершенствования	совершенствования
	игрока;	пройденным	спортивного	спортивного
	истории и	темам	мастерства	мастерства
	происхождении		-	-
	бадминтон			
	омдинитон			
Воспитательные:		<u> </u>		
Применять	Применять	Прививать у	Прививать навыки	Прививать навыки
тънисиять	тънменять	тъприрать у	TIPHIDHIDGID HABBIKA	TIPHENDATE HARPINA

vказанные знания на практике; определять цель игры концентрировать внимание, ценить время; играть подвижные игры c элементами бадминтона И бадминтон удовольствием.

указанные знания на практике; определять цель игры концентрировать внимание, ценить время; играть в подвижные игры с элементами бадминтона и бадминтона с удовольствием.

учащихся чувство коллективизма, когда они противоборству ют между собой, но выступают елиной командой в межгрупповых турнирах. Воспитание культуры общения, воспитание чувства уважения к сопернику

самодисциплины; Способствовать воспитанию волевых качеств. самосовершенствова ния и самооценки. В ходе изучения данной программы у обучающихся идет освоение предметной компетенции, а также формирование умений участвовать в коллективной леятельности.

самодисциплины; Способствовать воспитанию волевых качеств, самосовершенствов ания и самооценки. В ходе изучения данной программы у обучающихся идет освоение предметной компетенции, а также формирование умений участвовать в коллективной леятельности.

Развивающие:

Развивать логическое и критическое мышление, внимание; укреплять опорнодвигательный аппарат детей; способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм; целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка; расширение спортивного кругозора детей.

Развивать логическое и критическое мышление, внимание; укреплять опорнодвигательный аппарат детей; способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм; целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка; расширение спортивного кругозора детей.

Развивать логическое и критическое мышление, внимание; укреплять опорнодвигательный аппарат детей; способствовать разностороннем у физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм; целенаправленн о развивать специальные двигательные навыки и психологически е качества ребенка; расширение спортивного кругозора

детей.

Вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу; укреплять опорнодвигательный аппарат детей; способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье,

Вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу; укреплять опорнодвигательный аппарат детей; способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять

			закаливать организм; целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка; расширение спортивного кругозора детей.	здоровье, закаливать организм; целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
должен знать:	Требо	вания к знаниям и	умениям	
1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения
Правила игры в баскетбол и основные понятия баскетбола; права и обязанности игрока; иметь представление об истории и происхождении бадминтона.	Правила игры в баскетбол и основные понятия баскетбола; технику основных приемов; права и обязанности игрока; иметь представление об истории и происхождении бадминтона.	Историю баскетбола, имена лучших игроков мира, сильнейшие команды России и мира; основы тактики и комбинации баскетбола; порядок проведения и организацию соревнований по бадминтону; правила поведения при игре в бадминтон.	Историю баскетбола, имена лучших игроков мира, сильнейшие команды России и мира; основы тактики и комбинации баскетбола; порядок проведения и организацию соревнований по бадминтону; правила поведения при игре в бадминтон.	Историю развития баскетбола; команды и лучшие игроки Татарстана, России, Европы и Мира; составлять комплексы разминки; правила судейства соревнований, жестикуляцию судьи; правила поведения при игре в бадминтон.
должен уметь:				
Применять изученные умения и навыки на практике; определять цель игры; концентрировать внимание.	Применять изученные умения и навыки на практике; определять цель игры, концентрировать внимание;	Уверенно применять тактические приемы и комбинации, сочетать их во время игры; играть в бадминтон с	Уверенно применять тактические приемы и сочетать их в своей игре; применять изученный дриблинг, комбинировать их, совершенствовать;	Уверенно применять тактические приемы и сочетать их в своей игре; дриблинг, комбинировать их, совершенствовать

играть в бадминтон с удовольствием.	удовольствием; анализировать свои ошибки и видеть ошибки соперника.	анализировать свои ошибки и видеть ошибки соперника.	строить и совмещать командные комбинации во время игры; анализировать свои ошибки и видеть ошибки соперника
-------------------------------------	---	--	---

1.3. Патриотическое воспитание

Патриотизм – одна из важнейших черт всесторонне развитой личности.

У учащихся в возрасте 7-17 лет должно вырабатываться чувство гордости за свою Родину и свой народ, уважение к его великим свершениям и достойным страницам прошлого и чувство принадлежности к этнической общности.

Целью патриотического воспитания учащихся 7-17 лет является:

создание воспитывающей среды, способствующей формированию гражданского мировоззрения, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной к нравственному выбору норм поведения в учреждении дополнительного образования и при общении со сверстниками, ориентирующуюся в пространстве традиционных этических представлений.

Достижение цели предусматривает решение следующих задач:

- 1. Моделирование пространства выбора и действия традиционных нравственных норм поведения.
- 2.Освоение пространства «Малая Родина» (география, природа, история, фольклор, достижения).
- 3. Формирование устойчивого интереса к знаниям, способности к совместной социально значимой деятельности (игровой, познавательной и досуговой).
- 4. Формирование у детей представлений о семейных и национальных ценностях.
- 5. Формирование навыков самообслуживания и здорового образа жизни, знакомство детей с культурными традициями своего народа и традиционными ремеслами.

Рекомендуемые формы организации деятельности:

- мероприятия: (праздник, фестиваль, концерт, встреча с интересным человеком, акция);
- культурные события и совместные дела;
- посещение музеев, театров, выставок;
- игры (народные игры, игра-конкурс, коллективные соревнования, ситуационно-ролевая игра, игра-путешествие, деловые игры, викторины);
- экскурсии по памятным местам и природным объектам;
- совместное чтение книг;
- совместный просмотр познавательных передач, фильмов, мультфильмов о героях Отечества;
- волонтерство;
- проектно-исследовательская деятельность.

1.4 Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной образовательной программы от 7 ло 17 лет.

Условия набора обучающихся в объединение: принимаются все желающие обучаться, при условии отсутствия ограничений по здоровью.

Сроки реализации (продолжительность образовательного процесса, этапы)

- Программа рассчитана на 5 лет обучения.
- Количество занятий и учебных часов 4 часа в неделю на 1 группу, в год 144 часа. Общий срок реализации программы 5 лет, 720 часов.

Уровень программы – стартовый, базовый.

Формы и режим занятий

- Форма обучения: очная
- Занятия проводятся в группах: 2 раза в неделю по 2 часа. Групповая форма с индивидуальным подходом.

1.5 Содержание программы 1.5.1. Учебный план 1 года обучения

№	Темы радела	Колич	ество час	СОВ	Форма	Форма аттестации (контроля)
		теория	прак тика	всего	организации занятия	
1	Основы знаний о физической культуре и спорте.	14	12	26		
1.1	История возникновения бадминтона	2	-	2	рассказ, показ	зачет
1.2	Основы здорового образа жизни.	2		2		
1.3	Правила игры в бадминтон.	10	12	22	рассказ, показ	зачет
2.	Общая физическая подготовка.	4	30	34		
2.1	Бег 30, 60, 1000 метров.	1	10	11	рассказ, показ	зачет
2.2	Челночный бег.	1	8	9	рассказ, показ	зачет
2.3	Круговая тренировка.	2	12	13	рассказ, показ	зачет
3.	Основы техники игры в бадминтон.	8	54	62		
3.1	Перемещения по площадке	2	18	20	рассказ, показ	зачет
3.2	Короткие и высоко-далекие подачи	2	16	18	рассказ, показ	
3.3	Техника высоко-далеких ударов	2	12	14	рассказ, показ	зачет

3.4	Короткие удары	2	8	10	рассказ, показ	зачет
4.	Специальная физическая подготовка.	4	12	16		
4.1	Ускорение с изменением скорости и направления движения.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
4.2	Жонглирование.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
5.	Контрольные игры и испытания.	14	2	16		
5.1	Товарищеские игры.	6		6	игра	зачет
5.2	Разбор проведённых игр.	2	2		рассказ, показ, беседа	зачет
5.3	Контрольные испытания.	-	2	2		сдача нормативов
	Всего:	48	96	144		

1.5.2. Содержание учебного плана 1-го года обучения

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте.

Инструктаж по ТБ на занятиях по бадминтону.

Основные данные об известных игроках и командах

История бадминтона.

Основы здорового образа жизни.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Бег 30, 60, 200, 800, 1000 метров.

Челночный бег, челноки с разными расстояниями

Круговая тренировка. Техника сдачи норм ГТО

Круговая тренировка.

ОРУ с предметами и без предметов.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками)

Подвижные игры, эстафеты игры с элементами бадминтона.

Эстафеты с элементами бадминтона

Подвижные игры «Догонялки с воланом», «В собачку», «Встречные вышибалы», «День и ночь», «Хвостики с воланом и ракеткой в руках», «Мяч капитану», «Меткий стрелок», «Попади в корзину»

Игра в одиночную, парную и парную микст игру.

Раздел 3. Основы техники игры в бадминтон.

Удары с изменением положений, места на площадке.

Смеш.

Высоко-далекий удар.

Укороченный удар.

Подставка.

Откидка.

Жонглирование, ловля волана ракеткой и без после подбрасывания, обманные движения.

Передачи и перебросы в парах через сетку и без сетки меняя силу и направление удара.

Раздел 4. Тактика игры в бадминтон.

Тактика игры у сетки.

Тактические действия при подаче.

Одиночные действия в нападении.

Командные действия в нападении.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений бадминтониста, ловкости

Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, с поворотом).

Упражнения для развития специальной выносливости бадминтониста прыгучести, скорости реакции

Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

Метание различных мячей в цель.

Раздел 6. Правила игры.

Правила игры.

Нарушения и наказания.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования.

Одиночные и парные встречи. Турниры. Районные и городские соренвования.

Участие в соревнованиях.

Разбор проведённых игр.

1.5.3. Учебный план 2-го года обучения

№	Темы радела	Количе	ество час	ОВ	— Форма	Форма
		теория	прак тика	всего	организации занятия	аттестации (контроля)
1	Основы знаний о физической культуре и спорте.	16	12	28		
1.1	История возникновения бадминтона	2	-	2	рассказ, показ	зачет
1.2	Основы здорового образа жизни.	2	-	2	рассказ, показ	зачет

1.3	Правила игры в бадминтон.	10	10	20	рассказ, показ	зачет
1.4	Способы восстановления после физической нагрузки.	2	2	4	рассказ, показ	зачет
2.	Общая физическая подготовка.	8	24	32		
2.1	Бег 30, 60, 400, 1000 метров.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
2.2	Челночный бег.	2	8	10	рассказ, показ	зачет
2.3	Круговая тренировка.	2	8	10	рассказ, показ	зачет
2.4	Общеразвивающие упражнения	2	2	2	рассказ, показ	зачет
3.	Основы техники игры в бадминтон.	10	44	54		
3.1	Перемещения по площадке	2	16	18	рассказ, показ	зачет
3.2	Короткие и высоко-далекие подачи	2	10	12	рассказ, показ	зачет
3.3	Техника высоко-далеких ударов	4	8	12	рассказ, показ	зачет
3.4	Короткие удары	2	10	12	рассказ, показ	зачет
4.	Специальная физическая подготовка.	4	12	16		
4.1	Ускорение с изменением скорости и направления движения.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
4.2	Отбивание волана летящего по неудобной траектории.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
5.	Контрольные игры и испытания.	4	10	14		
5.1	Товарищеские игры.	-	8	8	игра	зачет
5.2	Разбор проведённых игр.	2	2	4	рассказ, показ, беседа	зачет
5.3	Контрольные испытания.	2	-	2		сдача нормативов
	Всего:	42	102	144		

1.5.4. Содержание учебного плана 2-го года обучения

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте.

Инструктаж по ТБ на занятиях по бадминтону.

Основные данные об известных игроках и командах

История бадминтона, Олимпийских игр

Основы здорового образа жизни; понятия: здоровье, физическое развитие, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость;.

Дозирование физических нагрузок, самоконтроль.

Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Бег 30, 60, 100, 500, 800, 1500 метров.

Челночный бег, челноки с разными расстояниями

Круговая тренировка. Техника сдачи норм ГТО

Круговая тренировка.

ОРУ с предметами и без предметов.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками)

Подвижные игры, эстафеты игры с элементами бадминтона.

Эстафеты с элементами бадминтона

Подвижные игры «Догонялки с воланом», «В собачку», «Встречные вышибалы», «День и ночь», «Хвостики с воланом и ракеткой в руках», «Мяч капитану», «Меткий стрелок», «Попади в корзину»

Игра в одиночную, парную и парную микст игру.

Раздел 3. Основы техники игры в бадминтон.

Удары с изменением положений, места на площадке.

Смеш.

Высоко-далекий удар.

Укороченный удар.

Подставка.

Откидка.

Короткая подача

Высоко-далекая подача

Жонглирование, ловля волана ракеткой и без после подбрасывания, обманные движения.

Двумя руками от груди, стоя на месте.

Передачи и перебросы в парах через сетку и без сетки меняя силу и направление удара.

Раздел 4. Тактика игры в бадминтон.

Тактика игры у сетки.

Тактические действия при игре в защите и нападении.

Тактические действия при подаче.

Командные действия в защите.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Одиночные действия в нападении.

Командные действия в нападении.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений бадминтониста, ловкости

Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, с поворотом).

<u>Упражнения для развития специальной выносливости бадминтониста прыгучести, скорости реакции</u>

Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

Метание различных мячей в цель.

Раздел 6. Правила игры и судейства.

Правила игры.

Жестикуляции судьи.

Нарушения и наказания.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования.

Одиночные и парные встречи. Турниры. Районные и городские соренвования.

Участие в соревнованиях.

Разбор проведённых игр.

1.5.5. Учебный план 3-го года обучения

№	Темы радела	Количе	ество час	сов	— Форма	Форма
		теория	прак тика	всего	организации занятия	аттестации (контроля)
1	Основы знаний о физической культуре и спорте.	8	8	16		
1.1	Основы здорового образа жизни.	2	2	4	рассказ, показ	зачет
1.2	Дозирование физических нагрузок.	2	2	4		
1.3	Способы восстановления после физической нагрузки.	2	4	6	рассказ, показ	зачет

1.4	История бадминтона, основные данные об известных игроках и командах.	2	-	2	рассказ, показ	зачет
2.	Общая физическая подготовка.	6	22	28		
2.1	Бег 60, 1000, 1500, 2000 метров.	-	6	6	рассказ, показ	зачет
2.2	Челночный бег.	2	6	8	рассказ, показ	зачет
2.3	Упражнения на тренажёрах, круговая тренировка	2	8	10	рассказ, показ	зачет
2.4	Общеразвивающие упражнения	2	2	4	рассказ, показ	зачет
3.	Основы техники игры в бадминтон.	14	24	36		
3.1	Перемещения по площадке	2	6	8	рассказ, показ	зачет
3.2	Короткие и высоко-далекие подачи	4	6	10	рассказ, показ	зачет
3.3	Техника высоко-далеких ударов	4	4	8	рассказ, показ	зачет
3.4	Короткие удары	4	6	10	рассказ, показ	зачет
4.	Тактика игры в бадминтон.	20	6	30		
4.1	Тактика обыгрывания подачей.	8	4	12	рассказ, показ	зачет
4.2	Тактика обыгрывания ударами.	8	4	12	рассказ, показ	зачет
4.3	Тактические действия в парной игре.	4	2	6	рассказ, показ	зачет
5.	Специальная физическая подготовка.	4	4	8		
7.	Упражнения на развитие точности подачи	2	2	4	рассказ, показ	зачет
7.1	Упражнения на развитие быстроты движения.	2	2	4	рассказ, показ	зачет
7.3	Правила игры и судейства.	2	4	6		
11	Правила игры, судейские жесты, нарушения и наказания.	2	4	6	рассказ, показ	зачет

Контрольные игры и соревнования.	4	16	20		
Товарищеские игры.	-	6	6	игра	зачет
Участие в соревнованиях.	-	6	6	игра	зачет
Разбор проведённых игр.	4	4	8	рассказ, показ, беседа	зачет
Всего:	60	84	144		

1.5.6. Содержание учебного плана 3-го года обучения

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте.

Инструктаж по ТБ на занятиях по бадминтону.

Основные данные об известных игроках и командах

История бадминтона, Олимпийских игр

Основы здорового образа жизни; понятия: здоровье, физическое развитие, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость;.

Дозирование физических нагрузок, самоконтроль.

Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Бег 60, 100, 2000, 3000 метров.

Челночный бег, челноки с разными расстояниями

Круговая тренировка. Техника сдачи норм ГТО

Упражнения на тренажёрах. Круговая тренировка.

ОРУ с предметами и без предметов.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками)

Подвижные игры, эстафеты игры с элементами бадминтона.

Эстафеты с элементами бадминтона

Подвижные игры «Догонялки с воланом», «В собачку», «Встречные вышибалы», «День и ночь», «Хвостики с воланом и ракеткой в руках», «Мяч капитану», «Меткий стрелок», «Попади в корзину»

Игра в одиночную, парную и парную микст игру.

Раздел 3. Основы техники игры в бадминтон.

Удары с изменением положений, места на площадке.

Смеш.

Высоко-далекий удар.

Укороченный удар.

Подставка.

Откидка.

Короткая подача

Высоко-далекая подача.

Жонглирование, ловля волана ракеткой и без после подбрасывания, обманные движения.

Передачи и перебросы в парах через сетку и без сетки меняя силу и направление удара.

Раздел 4. Тактика игры в бадминтон.

Тактика игры у сетки.

Тактические действия при игре в защите и нападении.

Тактические действия при подаче.

Командные действия в защите.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Одиночные действия в нападении.

Командные действия в нападении.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений бадминтониста, ловкости

Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, с поворотом).

Упражнения для развития специальной выносливости бадминтониста прыгучести, скорости реакции

Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

Метание различных мячей в цель.

Раздел 6. Правила игры и судейства.

Правила игры.

Жестикуляции судьи.

Нарушения и наказания.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования.

Одиночные и парные встречи. Турниры. Районные и городские соренвования.

Участие в соревнованиях.

Разбор проведённых игр.

1.5.7. Учебный план 4-го года обучения

Nº	Темы радела	Количество часов			Форма	Форма
		теория	прак тика	всего	-	аттестации (контроля)
1.	Основы знаний о физической культуре и	6	4	10		

	спорте.					
1.1	Основы здорового образа жизни, понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость	2	2	4	рассказ, показ	зачет
1.2	Дозирование физических нагрузок.	1	1	2	рассказ, показ	зачет
1.3	Способы восстановления после физической нагрузки.	1	1	2	рассказ, показ	зачет
1.4	История бадминтона, Олимпийских игр	1	-	1	рассказ, показ	зачет
1.5	Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.	1	-	1	рассказ, показ	зачет
2.	Общая физическая подготовка.	3	13	16		
2.1	Бег 100, 1500, 2000, 3000 метров.	-	4	4	рассказ, показ	зачет
2.2	Челночный бег, челноки	-	3	3	рассказ, показ	зачет
2.3	Круговая тренировка, упражнения на тренажёрах, техника сдачи норм ГТО	1	2	3	рассказ, показ	зачет
2.4	ОРУ с предметами и без предметов	1	1	2	рассказ, показ	зачет
2.5	Игры и эстафеты с элементами бадминтона	1	3	4	рассказ, показ	зачет
3.	Основы техники игры в бадминтон.	8	28	36		
3.1	Короткие подачи на переднюю и заднюю линию	2	4	12	рассказ, показ	зачет
3.2	Укороченные по сетку удары	4	4	10	рассказ, показ	зачет
3.3	Высоко-далекие удары	2	4	6	рассказ, показ	зачет
3.4	Жонглирование с усложнением	6	12	18	рассказ, показ	зачет
4.	Тактика игры в бадминтон.	20	28	46		

	Всего:	47	97	144		
7.3	Разбор проведённых игр.	2	2	4	рассказ, показ, беседа	зачет
7.2	Участие в соревнованиях и турнирах.	-	6	6	игра	зачет
7.1	Товарищеские игры.	-	6	6	игра	Зачет
7.	Контрольные игры и соревнования .	14	14	16		
6.1	Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	4	4	8	рассказ, показ	зачет
6.	Правила игры и судейства.	4	4	8		
5.3	Упражнения на улучшения точности подачи	2	2	4	рассказ, показ	зачет
5.2	Упражнения на развитие игровой ловкости.	2	2	4	рассказ, показ	зачет
5.1	Упражнения на развитие общей выносливости	2	2	4	рассказ, показ	зачет
5.	Специальная физическая подготовка.	6	6	12		
4.4	Тактика парной игры.	4	4	8	рассказ, показ	зачет
4.3	Тактика игры около сетки.	4	6	10	рассказ, показ	зачет
4.2	Тактика обыгрывания при ударах	6	8	14	рассказ, показ	зачет
4.1	Тактика обыгрывания на подаче	6	8	14	рассказ, показ	зачет

1.5.8 Содержание учебного плана 4-го года обучения

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте.

Инструктаж по ТБ на занятиях по бадминтону.

Основные данные об известных игроках и командах

История бадминтона, Олимпийских игр

Основы здорового образа жизни; понятия: здоровье, физическое развитие, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость;.

Дозирование физических нагрузок, самоконтроль.

Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Бег 60, 100, 2000, 3000 метров.

Челночный бег, челноки с разными расстояниями

Круговая тренировка. Техника сдачи норм ГТО

Упражнения на тренажёрах. Круговая тренировка.

ОРУ с предметами и без предметов.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками)

Подвижные игры, эстафеты игры с элементами бадминтона.

Эстафеты с элементами бадминтона

Подвижные игры «Догонялки с воланом», «В собачку», «Встречные вышибалы», «День и ночь», «Хвостики с воланом и ракеткой в руках», «Мяч капитану», «Меткий стрелок», «Попади в корзину»

Игра в одиночную, парную и парную микст игру.

Раздел 3. Основы техники игры в бадминтон.

Удары с изменением положений, места на площадке.

Смени.

Высоко-далекий удар.

Укороченный удар.

Подставка.

Откидка.

Короткая подача

Высоко-далекая подача.

Жонглирование, ловля волана ракеткой и без после подбрасывания, обманные движения.

Передачи и перебросы в парах через сетку и без сетки меняя силу и направление удара.

Раздел 4. Тактика игры в бадминтон.

Тактика игры у сетки.

Тактические действия при игре в защите и нападении.

Тактические действия при подаче.

Командные действия в защите.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Одиночные действия в нападении.

Командные действия в нападении.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений бадминтониста, ловкости

Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, с поворотом).

Упражнения для развития специальной выносливости бадминтониста прыгучести, скорости реакции

Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

Метание различных мячей в цель.

Раздел 6. Правила игры и судейства.

Правила игры.

Жестикуляции судьи.

Нарушения и наказания.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования.

Одиночные и парные встречи. Турниры. Районные и городские соренвования.

Участие в соревнованиях.

Разбор проведённых игр.

1.5.9. Учебный план 5-го года обучения

№	Темы радела	Колич	ество час	сов	Форма	Форма
		теория	прак тика	всего	организации занятия	аттестации (контроля)
1.	Основы знаний о физической культуре и спорте.	6	4	10		
1.1	Основы здорового образа жизни, понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость	2	2	4	рассказ, показ	зачет
1.2	Дозирование физических нагрузок.	1	1	2	рассказ, показ	зачет
1.3	Способы восстановления после физической нагрузки.	1	1	2	рассказ, показ	зачет
1.4	История бадминтона, Олимпийских игр	1	-	1	рассказ, показ	зачет
1.5	Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.		-	1	рассказ, показ	зачет
2.	Общая физическая подготовка.	3	13	16		
2.1	Бег 100, 1500, 2000, 3000 метров.	-	4	4	рассказ, показ	зачет
2.2	Челночный бег, челноки	-	3	3	рассказ, показ	зачет

2.3	Круговая тренировка, упражнения на тренажёрах, техника сдачи норм ГТО	1	2	3	рассказ, показ	зачет
2.4	ОРУ с предметами и без предметов	1	1	2	рассказ, показ	зачет
2.5	Игры и эстафеты с элементами бадминтона	1	3	4	рассказ, показ	зачет
3.	Основы техники игры в бадминтон.	8	28	36		
3.1	Короткие подачи на переднюю и заднюю линию	2	4	12	рассказ, показ	зачет
3.2	Укороченные по сетку удары	4	4	10	рассказ, показ	зачет
3.3	Высоко-далекие удары	2	4	6	рассказ, показ	зачет
3.4	Жонглирование с усложнением	6	12	18	рассказ, показ	зачет
4.	Тактика игры в бадминтон.	20	28	46		
4.1	Тактика обыгрывания на подаче	6	8	14	рассказ, показ	зачет
4.2	Тактика обыгрывания при ударах	6	8	14	рассказ, показ	зачет
4.3	Тактика игры около сетки.	4	6	10	рассказ, показ	зачет
4.4	Тактика парной игры.	4	4	8	рассказ, показ	зачет
5.	Специальная физическая подготовка.	6	6	12		
5.1	Упражнения на развитие общей выносливости	2	2	4	рассказ, показ	зачет
5.2	Упражнения на развитие игровой ловкости.	2	2	4	рассказ, показ	зачет
5.3	Упражнения на улучшения точности броска	2	2	4	рассказ, показ	зачет
6.	Правила игры и судейства.	4	4	8		
6.1	Правила игры, судейские жесты, фолы и наказания.	4	4	8	рассказ, показ	зачет
7.	Контрольные игры и соревнования.	14	14	16		
7.1	Товарищеские игры.	-	6	6	игра	Зачет
7.2	Участие в соревнованиях и	-	6	6	игра	зачет

	турнирах.					
7.3	Разбор проведённых игр.	2	2	4	рассказ, показ, беседа	зачет
	Всего:	47	97	144		

1.5.10 Содержание учебного плана 5-го года обучения

Раздел 1. Основы знаний о физической культуре и спорте.

Инструктаж по ТБ на занятиях по бадминтону.

Основные данные об известных игроках и командах

История бадминтона, Олимпийских игр

Основы здорового образа жизни; понятия: здоровье, физическое развитие, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость;.

Дозирование физических нагрузок, самоконтроль.

Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Бег 60, 100, 2000, 3000 метров.

Челночный бег, челноки с разными расстояниями

Круговая тренировка. Техника сдачи норм ГТО

Упражнения на тренажёрах. Круговая тренировка.

ОРУ с предметами и без предметов.

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками)

Подвижные игры, эстафеты игры с элементами бадминтона.

Эстафеты с элементами бадминтона

Подвижные игры «Догонялки с воланом», «В собачку», «Встречные вышибалы», «День и ночь», «Хвостики с воланом и ракеткой в руках», «Мяч капитану», «Меткий стрелок», «Попади в корзину»

Игра в одиночную, парную и парную микст игру.

Раздел 3. Основы техники игры в бадминтон.

Удары с изменением положений, места на площадке.

Смеш.

Высоко-далекий удар.

Укороченный удар.

Подставка.

Откидка.

Короткая подача

Высоко-далекая подача.

Жонглирование

Ловля волана ракеткой и без после подбрасывания, обманные движения.

Передачи и перебросы в парах через сетку и без сетки меняя силу и направление удара.

Раздел 4. Тактика игры в бадминтон.

Тактика игры у сетки.

Тактические действия при игре в защите и нападении.

Тактические действия при подаче.

Командные действия в защите.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Одиночные действия в нападении.

Командные действия в нападении.

Игра в бадминтон с заданными тактическими действиями.

Раздел 5. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движений бадминтониста, ловкости

Бег с максимальной частотой шагов на месте и в движении.

Бег за лидером со сменой направления (зигзагом, лицом, спиной вперед, с поворотом).

Упражнения для развития специальной выносливости бадминтониста прыгучести, скорости реакции

Прыжки с подтягиванием бедра толчковой ноги.

Метание различных мячей в цель.

Раздел 6. Правила игры и судейства.

Правила игры.

Жестикуляции судьи.

Нарушения и наказания.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования.

Одиночные и парные встречи. Турниры. Районные и городские соренвования.

Участие в соревнованиях.

Разбор проведённых игр.

1.5.11. Общефизическая подготовка

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два, по три, уступом. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости и направления движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазанье по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажере типа «геркулес». Борьба. Гребля.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен). Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках, спусках на лыжах с гор. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырех баскетбольных, набивных мячей), ловлей и метанием мячей и др.

Игра в мини-футбол, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 2 км, для юношей до 3 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 20 мин (для разных возрастных групп). Плавание с учетом и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с гор, прохождение дистанции от 2 до 5 км на время. Спортивные игры на время: баскетбол, гандбол, бадминтон, волейбол, минифутбол (для мальчиков и девочек). Марш-бросок. Туристические походы.

1.5.12 Специально-физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед.

Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голенях, набивные мячи, гантели).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска удара. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Передвижение в упоре на руках по кругу (вправо и влево), носки ног на месте. Передвижение на руках в упоре лежа, ноги за голеностопные суставы удерживает партнер. Из упора лежа «подпрыгнуть», одновременно толкаясь руками и ногами, сделать хлопок руками. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, кистевыми эспандерами, теннисными мячами (сжимание). Имитация ударов с амортизатором (резиновым бинтом), гантелями. Метание теннисных мячей различного на точность, дальность, быстроту. Метание палок (игра в «городки»). Удары по летящему мячу с места, с разбегу в стену, через волейбольную сетку в обруч на точность попадания в цель. Подачи волана через бадминтонную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка. Удары по волану в прыжке с подкидного мостика на точность попадания в мишени на полу и на стене, в ворота.

Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля волана в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля после приседа с попаданием в цель. Метание теннисного мяча и волана во внезапно появившуюся цель. Броски волана в верх с последующей ловлей. Ловля волана после подкидывания с поворотом, приседом, прыжком, хлопком, перехода в положение сидя. Прыжки вперед и вверх с подкидного мостика с выполнением различных действий с воланом и без в фазе полета (сохранить вертикальное положение туловища). Жонглирования на месте и в движении; жонглирование с одним и двумя воланами;, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Жонглирование попеременно правой и левой рукой со сменой рук. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии).

Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей, подачей и бросками волана. Перемещения по одному, с партнером в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжи-тельностью работы и отдыха. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростносиловая, специальная).

1. Прыжок в длину с места

Из исходного положения стоя стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперед с места на максимально возможное расстояние.

2. Прыжок с доставанием

Используется для определения скоростно-силовых качеств. Игрок располагается под щитом и отталкиваясь двумя ногами прыгает вверх, стремясь достать рукой как можно более высокую точку на ленте с сантиметровыми делениями, укрепленную на баскетбольном щите. В зачет идет лучший результат из трех попыток. Показатель прыгучести рассчитывается по разнице между высотой доставания в прыжке и высотой доставания рукой, стоя на полу на носочках.

3. Бег 40 с

Из положения высокого старта по сигналу арбитра выполняются рывки от лицевой до лицевой линии в течение 40 с. По окончании времени фиксируется количество пройденных дистанций.

4. Бег 30м, 60м, 100м, 800 м, 1000м, 1500м.

1. Планируемые результаты

Год обучения	Предметные результаты	Личностные результаты	Метапредметные результаты
1 год обучения	-выполнять правила техники безопасности на занятиях -получать теоретические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; -выполнять - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - научиться жонглированию; - научиться жонглированию; - научиться и дагонали; - научиться по прямой линии, по диагонали; - научиться подачами: короткая, высоко-далекая; - научится применять во время игры тактические взаимодействия;	1. Положительное отношение к занятиям; 2. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; 3. Не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Регулятивные - выполнять последовательность выполнения действий (под руководством педагога); -при выполнении физических упражнений следовать инструкциям педагога; Познавательные - ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; -определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи); - рассказывать об истории развития

2 год обучения техники безопасности на занятиях и во время соревнований; -получать теоретические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат обпее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярыым занятиям спортом, приобпатся к здоровому образу жизви; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические двемя игры тактические в время игры тактические по время игры тактические в вышениять во время игры тактические по время игры тактические в вышениять во время игры тактические в вышениять во время игры тактические в вазамождействия; - выполнять поднагранные в вазамождействия; - выполняять родив в групих, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групих, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групих, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групих, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групих, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групис, определять в диалоге; слупать и понимать других, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групис, определять в диалоге; слупать и понимать других, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групис, определять в диалоге; слупать и понимать других, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групис, определять в диалоге; слупать и понимать других, высказывать свою точку зрепца на события, поступки; - выполняя различные роди в групис, определять ком различные роди в групис, на выполняем на события поступки; - выполняя различные роди в групис, на потражения на события поступки; - выполняем на				бадминтона в России и
обучения техники безопасности на занятиях и во время соревнований; получать георетические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений па самочувствие; улучшат общую физическую подготовку; выполнять пормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к рсгулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; повторить, закрепить конртирование: с высоким отекоком, с усложнением; в подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; нарчить во время игры тактические				за рубежом
обучения техники безопасности на занятиях и во время соревнований; получать георетические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений па самочувствие; улучшат общую физическую подготовку; выполнять пормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к рсгулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; повторить, закрепить конртирование: с высоким отекоком, с усложнением; в подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; нарчить во время игры тактические				
обучения техники безопасности на занятиях и во время соревнований; получать георетические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений па самочувствие; улучшат общую физическую подготовку; выполнять пормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к рсгулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; повторить, закрепить конртирование: с высоким отекоком, с усложнением; в подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; нарчить во время игры тактические	2 ===	DVVI O VVI O	1 Поментина	Dawyress
па занятиях и во время соревнований; - получать теоретические сведения о бадмингоне, правилах итры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подтотовку; - выполнять пормативы по ОФП, тактические действия в бадмингоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщагся к здоровому образу жизшк; - повторить, закрепить коптирование: с высоким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить какрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить но диагонали; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить но диагонали; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить но диагонали; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой липии, по диагонали; - повторить, закрепить но диагонали; - повторить, закрепить на диалоге; слушать и понимать других выполняныств выполняныс об прадестви выполняныс не выполняныся (под диалога); - повторить на действий и находить действий (под диалога); - повторить, закрепить на выкоды и находить на выполнять но выполнять на прагота; - самостот ныых действий; - повторить на выкоды и находить на действий; - повторужиней и находить на действий; - повторужиней и находить на действий; - повторить на действий; - повторить на действий; - повторить на действий и н		-		·
соревнований;	обучения		отношение к занятиям;	
теорстические сведения обадимитоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку;выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее вниманис, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить контрирование: с высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - паучится применять во в ремя игры тактические		-	2. Развитие навыков	
теорстические сведения о бадминтоне, правилах итры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисцилину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить монглирование: с высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить тактические по время игры тактические и время игры тактические образовать во время игры тактические и выполнять кондлекам в находить вымолнять кондлекам инструкциям педагога; - понимать цель выполнении деламини физических упражнений. Познавательные - находить нужную информацию для выполнения заданий в справочных источниках, в сети Интернета; - ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего пезнания; - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слупать и понимать друтих, высказывать свою точку зрения на восбытия, поступки; - выполняя различные		•		* *
сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять пормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерее к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: коротие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - научить повторить, закрепить закрепить технику перемещений; - научить технику перемещений; - научить повторить, закрепить во в время игры тактические		_		`
бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упраженений на самочувствие; - улучшат общую физическую подтотовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, диециплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонтлирование: е высоки отскоком, с изхим отскоком, с изхим отскоком, с изхим отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - научится применять во время игры тактические о время игры тактические о выполнения хадений ситуациях; действий; - при выполнении физических упражнений следовать инструкциям педагога; - самостоятельно выполнять комплексы упражнений. Нознавательные - находить на		-	_	7 ·
игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее впимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоком отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - паучится применять во время игры тактические информацино для различные понимать других, высказывать свою точку зрепия на особытия, поступки; - выполняя различные действий; - научится применять во время игры тактические				
физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить закрепить тодачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические			социальных ситуациях,	
упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить закрепить тактические по прямой линии, по диагонали; - научится применять во время игры тактические		± ·	3. Не создавать	
упражнении на самочувствие;		-	конфликтов и находить	=
самочувствие,			_	=
физическую подготовку; -выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические		•	<u> </u>	· -
подготовку; -выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с дисциплину, повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с низким теконали; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические выполнять комплексы упражнений - находить нужую информацию для выполнять кости Интернета; - ориентироваться в материале: отоределять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, оппределять круг своего незанания; - определять круг своего незанания; - определять круг своего незанания; - определять в лияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				• •
-выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - выполняя различные с события, поступки; - выполняя различные с с обытия, поступки; - выполняя различные с с с обытия, поступки; - выполняя различные - участвовять в события, поступки; - выполняя различные - выполня - вы		-	4. Работа над ошибками	
нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить, закрепить технику перемещений; - новторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по тумение, том		•		
тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - новторить, закрепить подторить, закрепить точту данной темы, определять видинативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - научится применять во время игры тактические				· ·
в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с новторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические высокие высокоим отскоком с незнания; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - выполняя различные информацию для выполнения задений в справочных источниках, и		1		
- улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические выполняя различные события, поступки; - выполняя различные с события, поступки; - выполняя различные с события, поступки; - выполняя различные				, ,
внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с низким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические				
дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические интернета; - ориентироваться в материале: - ориентироваться в материаль: - ориентированы - ориентироваться в материаль: - ориентироваться в материаль: - ориентироваться в материаль: - ориентироваться - ориентирования - о				
почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить подинго технику перемещений; - научится применять во время игры тактические Интернета; - ориентироваться в материале: определять в материале: основе будут умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; - определять круг				-
регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - ориентироваться в материале: определять уумения, которые будут умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; - определять круг своего незнания; - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; выполняя различные		_		-
спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; - определять умения, которые будут умения умен				· .
здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить, закрепить технику перемещений; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические		± • ±		
жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				
- повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - повторить, закрепить поднаточная высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				
жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические данной темы, определять круг своего незнания; - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические высоко-далекие по диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				•
низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические незнания; - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		=		-
усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - повторить, закрепить технику перемя игры тактические - определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				
- повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		·		
подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические подачи: короткие, упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		•		-
высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические высоко-далекие по здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		= = =		_
прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		•		* *
диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				=
- повторить, закрепить технику понимать других, перемещений; высказывать свою - научится применять во время игры тактические диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		•		-
закрепить технику понимать других, перемещений; высказывать свою - научится применять во время игры тактические понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные				
перемещений; - научится применять во время игры тактические во время игры		-		•
- научится применять во время игры тактические точку зрения на события, поступки; - выполняя различные		-		
во время игры события, поступки; тактические - выполняя различные		-		
тактические - выполняя различные		•		* =
l l		-		-
взаимодействия; роли в группе.				-
				роли в группе,
- запоминать сотрудничать в				
судейство совместном решении				=
соревнований. проблемы (задачи);		соревнований.		•
- рассказывать об				- рассказывать об

3 год -выполнять правила 1. Положительное	Регулятивные - выполнять последовательность
обучения техники безопасности на занятиях и во времх соревнований; -получать теоретические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; -выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далские по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические взаимодействия; - запоминать судейство соревнований.	выполнения действий (под руководством педагога); -понимать цель выполненных действий; -при выполнении физических упражнений следовать инструкциям педагога; -самостоятельно выполнять комплексы упражнений. Познавательные - находить нужную информацию для выполнения заданий в справочных источниках, в сети Интернета; - ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; -определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи); - рассказывать об

4 год -выполнять правила 1. Положительное обучения техники безопасности отношение к занятиям; на занятиях и во время соревнований; -получать со	Регулятивные - выполнять последовательность выполнения действий (под руководством педагога); -понимать цель
теоретические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; - выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить тодачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические взаимодействия; - запоминать судейство соревнований.	выполненных действий; -при выполнении физических упражнений следовать инструкциям педагога; -самостоятельно выполнять комплексы упражнений. Познавательные - находить нужную информацию для выполнения заданий в справочных источниках, в сети Интернета; - ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; -определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи); - рассказывать об

		истории развития бадминтона в России и за рубежом
обучения -выполнять правила техники безопасности на занятиях и во время соревнований; -получать теоретические сведения о бадминтоне, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие; - улучшат общую физическую подготовку; -выполнять нормативы по ОФП, тактические действия в бадминтоне; - улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни; - повторить, закрепить жонглирование: с высоким отскоком, с низким отскоком, с низким отскоком, с усложнением; - повторить, закрепить подачи: короткие, высоко-далекие по прямой линии, по диагонали; - повторить, закрепить технику перемещений; - научится применять во время игры тактические взаимодействия; - запоминать судейство соревнований.	отношение к занятиям; 2. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; 3. Не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; 4. Работа над ошибками; 5. Самоконтроль.	Регулятивные - выполнять последовательность выполнения действий (под руководством педагога); -понимать цель выполненных действий; -при выполнении физических упражнений следовать инструкциям педагога; -самостоятельно выполнять комплексы упражнений. Познавательные - находить нужную информацию для выполнения заданий в справочных источниках, в сети Интернета; - ориентироваться в материале: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данной темы, определять круг своего незнания; -определять влияние физических упражнений на здоровье человека. Коммуникативные - участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки; - выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи); - рассказывать об

	истории развития
	бадминтона в
	России и за
	рубежом

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1 Формы аттестации

Периодичность диагностики

Результативность и эффективность освоения учащимися образовательной программы отслеживается регулярно, два раза в год по всем разделам программы

Основные методы диагностики результатов деятельности:

- диагностическая беседа,
- тестирование,
- наблюдение.

Формы замеров и фиксации результатов деятельности:

- контрольный урок,
- конкурсы решения задач,
- разрядные турниры,
- соревнования, включая теоретический блок на знание истории баскетбола и терминологии;
 - устное сообщение,
 - реферат,
 - создание слайд-шоу,
 - создание презентации,
 - сбор и оформление портфолио.

№	Контролируемые знания, умения и навыки	Формы и приемы работы	Сроки проведения		
Первый год обучения					
1	Знание основ игры баскетбол	Тестирование	Ноябрь		
2	Перемещения по площадке	Выполнение упражнения	Январь		
3	Подачи	Выполнение упражнения	Февраль		
4	Удары	Выполнение упражнения	Март		

5	Сдача нормативов	Тестирование	Май
	Второй год об	учения	
1	Знание истории бадминтона, правил, жестикуляция судьи, определения и значения основных понятий	Тестирование	Ноябрь
2	Техника высоко-далекой подачи.	Выполнение упражнения	В течение года
3	Техника короткой подачи.	Выполнение упражнения	В течение года
4	Жонглирование	Выполнение упражнения	В течение года
5	Тактические действия около сетки	Выполнение упражнения	В течение года
6	Техника перемещений по площадке.	Выполнение упражнения	В течение года
7	Техника ударов: смеш, высокодалекий, короткий, подрезка, подставка, откидка.	Выполнение упражнения	В течение года
	Сдача нормативов	Тестирование	Май
	Третий г	од обучения	1
1	Знание истории бадминтона, правил, жестикуляция судьи, определения и значения основных понятий. Измерение пульса.	Тестирование	Октябрь
2	Техника высоко-далекой подачи.	Выполнение упражнения	Декабрь
3	Техника короткой подачи.	Выполнение упражнения	В течение года
4	Жонглирование	Выполнение упражнения	В течение года
5	Тактические действия около сетки	Выполнение упражнения	В течение года
6	Техника перемещений по площадке.	Выполнение упражнения	В течение года
7	Техника ударов: смеш, высокодалекий, короткий, подрезка, подставка, откидка.	Выполнение упражнения	В течение года

8	Сдача нормативов	Тестирование	Май				
	Четвертый год обучения						
1	Знание истории бадминтона, правил, жестикуляция судьи, определения и значения основных понятий	Тестирование	Октябрь				
2	Техника высоко-далекой подачи.	Выполнение упражнения	Декабрь				
3	Техника короткой подачи.	Выполнение упражнения	В течение года				
4	Жонглирование	Выполнение упражнения	В течение года				
5	Тактические действия около сетки	Выполнение упражнения	В течение года				
6	Техника перемещений по площадке.	Выполнение упражнения	В течение года				
7	Техника ударов: смеш, высокодалекий, короткий, подрезка, подставка, откидка.	Выполнение упражнения	В течение года				
8	Сдача нормативов	Тестирование	Май				
	Пятый го	од обучения					
1	Знание истории бадминтона, правил, жестикуляция судьи, определения и значения основных понятий	Тестирование	Ноябрь				
2	Техника высоко-далекой подачи.	Выполнение упражнения	Декабрь				
3	Техника короткой подачи.	Выполнение упражнения	В течение года				
4	Жонглирование	Выполнение упражнения	В течение года				
5	Тактические действия около сетки	Выполнение упражнения	В течение года				
6	Техника перемещений по площадке.	Выполнение упражнения	В течение года				
7	Техника ударов: смеш, высоко- далекий, короткий, подрезка,	Выполнение упражнения	В течение года				

	подставка, откидка.		
8	Сдача нормативов	Тестирование	Май

2.2 Диагн остиче ский

инструментарий

2.3 Методическое обеспечение 1 года обучения

Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, технические оснащения	Формы подведения итогов	
Основы знаний о фі	изической куль	гуре и спорте.			
История возникновения бадминтона	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование	
Основы здорового образа жизни.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование	
Правила игры в бадминтон.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование	
Общая физическая подготовка.					
Челночный бег.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет	

Круговая тренировка.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Основы техники иг	ры в бадминтон	[.	1	1
Передвижения по плащадке	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Удары на технику	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Подачи на технику	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Жонглирования	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
	Специальная	я физическая по	дготовка.	1
Ускорение с изменением скорости и направления движения.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Ловля и перебросы волана в парах. Броски волана на точность.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
	Контролы	ные игры и испь	ытания.	
Одиночные и парные игры.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Соревнование
Разбор проведённых игр.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Фотоматериал, видеоматериал, спортивный инвентарь	Беседа
Контрольные испытания.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	тестирование

Методическое обеспечение 2 года обучения

	тистоди теско	e oocene ieni	ne 2 roga ooy tenina			
Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, технические оснащения	Формы подведения итогов		
Основы знаний о физической культуре и спорте.						

История	Лекция,	Словесный,	Фотоматериал,	тестирование
возникновения	беседа	наглядный,	видеоматериал,	
бадминтона		практический.	специальная	
			литература	
Основы здорового	Лекция,	Словесный,	Фотоматериал,	тестирование
образа жизни.	беседа	наглядный,	видеоматериал,	
		практический.	специальная	
			литература	
Правила игры в	Лекция,	Словесный,	Фотоматериал,	тестирование
бадминтон.	беседа	наглядный,	видеоматериал,	
		практический.	специальная	
			литература	
Общая физическая	подготовка.			
Челночный бег.	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
	работа	наглядный,	инвентарь	
		практический		
Круговая	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
тренировка.	работа	наглядный,	инвентарь	Su 101
тренировки.	paoora	практический	ппвентарь	
		практитеский		
Основы техники иг	ры в бадминтог	I.		
Жонглирование,	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
передвижения по	работа	наглядный,	инвентарь	
площадке.		практический		
Техника	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
передвижения по	работа	наглядный,	инвентарь	
площадке		практический		
Техника короткой и	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
высоко-далекой	работа	наглядный,	инвентарь	
подачи		практический		
	Специальна	я физическая по	дготовка.	
Ускорение с	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
изменением	работа	наглядный,	инвентарь	
скорости и		практический		
направления				
движения.				
Ловля высоко	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
отбитого волана	работа	наглядный,	инвентарь	
ракеткой		практический		
	Контролы	ные игры и исп	ытания.	
Отборочные	Практическая	Словесный,	Спортивный	Соревнование
соревнования.	работа	наглядный,	инвентарь	
Турниры. Участия в		практический		
районных				
соревнованиях.				

Разбор	Практическая	Словесный,	Фотоматериал,	Беседа
проведённых игр.	работа	наглядный,	видеоматериал,	
		практический	спортивный	
			инвентарь	
Контрольные	Практическая	Словесный,	Спортивный	тестирование
испытания.	работа	наглядный,	инвентарь	
		практический		

Методическое обеспечение 3 года обучения

Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, технические оснащения	Формы подведения итогов			
Основы знаний о фі	Основы знаний о физической культуре и спорте.						
История возникновения бадминтона	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование			
Основы здорового образа жизни.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование			
Правила одиночной и парной игры в бадминтон.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование			
Общая физическая	подготовка.						
Сдача нормативов.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет			
Круговая тренировка.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет			
Основы техники иг	ры в бадминтон	Ι.					
Жонглирование одной и двумя воланами.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет			
Короткие и высоко- далекие подачи	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет			
Смеш. Высоко- далекий удар. Укароченный удар. Подставка.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет			

Откидка.				
Передвижения по	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
плащадке.	работа	наглядный,	инвентарь	
	_	практический		
	Специальная	н физическая по	дготовка.	
Ускорение с	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
изменением	работа	наглядный,	инвентарь	
скорости и	_	практический		
направления		_		
движения.				
Бег приставными	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
по точкам по	работа	наглядный,	инвентарь	
площадке.		практический		
Выполнение подачи	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет
на дальность и на	работа	наглядный,	инвентарь	
точность.		практический		
	Контрольн	ные игры и испы	ытания.	
Отборочные	Практическая	Словесный,	Спортивный	Соревнование
внутригрупповые	работа	наглядный,	инвентарь	1
соревнования.	1	практический	1	
Участие в		1		
районных				
соревнованиях и				
турнирах.				
Разбор	Практическая	Словесный,	Фотоматериал,	Беседа
проведённых игр.	работа	наглядный,	видеоматериал,	
	_	практический	спортивный	
			инвентарь	
Контрольные	Практическая	Словесный,	Спортивный	тестирование
испытания.	работа	наглядный,	инвентарь	_
		практический		

Методическое обеспечение 4 года обучения

Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, технические оснащения	Формы подведения итогов		
Основы знаний о ф	Основы знаний о физической культуре и спорте.					
Основы здорового образа жизни, понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость,	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование		

быстрота, гибкость				
Дозирование физических нагрузок. Судейство.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная	тестирование
Слособы восстановления после физической нагрузки.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	литература Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
История бадминтона, Олимпийских игр	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
Предстартовые состояния спортемена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
Общая физическая	подготовка.	l	1	1
Челночный бег, челноки	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Круговая тренировка, упражнения на тренажёрах, техника сдачи норм ГТО	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
ОРУ с предметами и без предметов	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Игры и эстафеты с элементами бадминтона	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Основы техники игр	ры в бадминтон	I .		
Жонглирование одной и двумя воланами на месте и в движении	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Короткие и высокодалекие подачи по зонам. Смеш.	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет

Высоко-далекий удар. Укароченный										
I VIIAD VKADOJEHIBIU I										
удар. Подставка.										
Откидка.										
Короткие и высоко- Практическая Словесный, Спортивный Зачет										
далекие подачи. работа наглядный, инвентарь										
практический										
Специальная физическая подготовка.										
Упражнения на Практическая Словесный, Спортивный Зачет										
развитие общей работа наглядный, инвентарь										
выносливости практический										
Упражнения на Практическая Словесный, Спортивный Зачет										
развитие игровой работа наглядный, инвентарь										
ловкости. практический										
Упражнения на Практическая Словесный, Спортивный Зачет	1									
улучшения работа наглядный, инвентарь										
точности подачи практический										
Контрольные игры и испытания.										
Посещение Практическая Словесный, Спортивный Соревнов	ание									
республиканских работа наглядный, инвентарь										
соревнований, практический										
турниры										
внутригрупповые										
отборочные										
соревнования,										
районные и										
городские										
соревнования:										
Спартакиада по										
бадминтону,										
«Проба пера» и										
«Кубок мэра».										
Разбор Практическая Словесный, Спортивный Бесед	a									
просмотренных и работа наглядный, инвентарь										
проведённых игр. практический										
Сдача нормативов Практическая Словесный, Спортивный тестиров	ание									
работа наглядный, инвентарь										
практический										

Методическое обеспечение 5 года обучения

Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, технические оснащения	Формы подведения итогов						
Основы знаний о физической культуре и спорте.										

Основы здорового образа жизни, понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость,	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
быстрота, гибкость Дозирование физических	Лекция, беседа	Словесный, наглядный,	Фотоматериал, видеоматериал,	тестирование
нагрузок. Судейство. Способы		практический.	специальная литература	TOGTUMODOMA
восстановления после физической нагрузки.	Лекция, беседа	словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
История бадминтона, Олимпийских игр	Лекция, беседа	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки. Общая физическая	Лекция, беседа подготовка.	Словесный, наглядный, практический.	Фотоматериал, видеоматериал, специальная литература	тестирование
Круговая тренировка, с использованием шведской стенки, упражнения на тренажёрах, техника сдачи норм ГТО	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
ОРУ с предметами и без предметов	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Игры и эстафеты с элементами бадминтона	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Основы техники иг	ры в бадминтон	ī.		
Жонглирование одним и двумя воланами на месте и в движении	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет
Выполнение ударов. Смеш. Высоко-далекий	Практическая работа	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Зачет

удар. Укароченный											
удар. Подставка. Откидка.											
Передвижения по	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
площадке	работа	наглядный,	инвентарь	3a 101							
площадке	раоота	практический	инвентарь								
Выполнения подач	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
Выполноны пода г	работа	наглядный,	инвентарь	34.161							
	Pussin	практический	inizeniup z								
Тактические	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
действия около	работа	наглядный,	инвентарь								
сетки.	1	практический	1								
Специальная физическая подготовка.											
Упражнения на Практическая Словесный, Спортивный Зачет											
развитие общей	работа	наглядный,	инвентарь								
выносливости	T	практический									
Упражнения на	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
технику ударов	работа	наглядный,	инвентарь								
J J 7 1	1	практический	1								
Упражнения на	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
технику подач	работа	наглядный,	инвентарь								
	1	практический	1								
Упражнения на	Практическая	Словесный,	Спортивный	Зачет							
улучшения силы	работа	наглядный,	инвентарь								
удара	_	практический									
Контрольные игры и испытания.											
Посещение	Практическая	Словесный,	Фотоматериал,	Соревнование							
республиканских	работа	наглядный,	видеоматериал,								
соревнований в	1	практический	спортивный								
Центре			инвентарь								
бадминтона,			_								
турниры											
внутригрупповые											
отборочные											
соревнования,											
районные и											
городские											
соревнования:											
Спартакиада по											
бадминтону,											
«Проба пера» и											
«Кубок мэра».	Прометическая	Спорозунуй	Спортиручуй	Баазта							
Разбор	Практическая	Словесный,	Спортивный	Беседа							
проведённых игр.	работа	наглядный, практический	инвентарь								
Техника	Практическая	Словесный,	Спортивный	тестирование							
выполнения норм	работа	наглядный,	инвентарь								
ГТО. Сдача		практический									
нормативов											

Организационная часть обеспечивает наличие всех необходимых для работы материалов, пособий и иллюстраций.

Теоретическая работа с детьми проводится в форме лекций, бесед, анализа сыгранных обучающимися партий, разбора партий известных шахматистов; учащиеся готовят доклады по истории шахмат.

Практические занятия также разнообразны по своей форме — это и сеансы одновременной игры с преподавателем, конкурсы по решению задач, игровые занятия, турниры и другое.

Результаты работы определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерии успешности определяются результатом участия учащихся школы в соревнованиях различного ранга.

Учебно-тематический материал по теории и практике шахмат излагается в развитии, частями. Связь между учебно-тематическими и практическими вопросами прослеживается через анализ собственных партий юного шахматиста. Каждую партию он не просто играет, а переживает.

Методический анализ: самостоятельное комментирование или с помощью тренера - основной путь совершенствования. Учить на практических партиях учащегося - это значит решать его реальные проблемные ситуации.

На уровне аналитической работы происходит:

- процесс взаимного обогащения тренер учит и учится сам от ученика;
- понимание того, что нужно сейчас ученику (конкретно) для продвижения вперед.

При этом необходимо учитывать индивидуальный темп развития, осуществлять индивидуальный подход к каждому ученику. Юных шахматистов надо учить одному и тому же по-разному. Такой подход обеспечивает овладение важнейшими практическими навыками: умение объективно оценивать позицию, быстро и точно рассчитывать варианты, намечать наиболее целесообразный план игры.

Методика обучения (формы, приёмы) - постоянно разнообразные.

Метод упражнения.

Подобранные упражнения представляют собой процесс анализа, решения или разыгрывания тематических позиций, которые могут быть как:

- точные теоретические;
- типичные классификация по стратегическим или тактическим признакам;
- фрагменты из партий различная игровая позиция;
- этюды аналитические, художественные.

Моделирование тестовых упражнений направлено на развитие: оперативной памяти;

- оперативного мышления;
- функции внимания;
- восприятия;
- оценочной функции;

Формы и методы реализации программы:

- Уроки;
- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;
- игровая деятельность;
- конкурсы решения;
- турнирная практика;
- разбор партий;
- работа с компьютером.

Средства реализации программы:

- учебно-тематические планы;
- методические указания и методическое обеспечение программы;
- сборники задач; шахматная литература.

2.4 Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение.

- Спортивный зал-1;
- Бадминтонные стойки -1 пара;
- Ракетки для бадминтона -16 шт
- Стойки для обводки 20 шт.
- Гимнастическая стенка -6 пролетов.
- Гимнастические скамейки 10 шт.
- Гимнастические маты 10 шт.
- Скакалки 30 шт.
- Обручи-15;
- Мячи набивные различной массы от 15 до 30 шт.
- Воланчики -32 шт;
- Волейбольные мячи -2;
- Гантели различной массы 20 шт.
- Насос ручной со штуцером 2 шт.
- Гимнастические коврики 16 шт
- Секундомер 1 шт
- Рулетка 1 шт
- Теннисные мячи 16 шт

2. Информационное обеспечение

Профессиональная литература, фото и видео материалы, ребусы, викторины («Своя игра» «Спортивный ринг»), тесты.

3. Кадровое обеспечение

- педагог дополнительного образования, Киямов Айнур Айратович.

2.5 Список информационных ресурсов

2.5.1 Литература для учителя

- 1.1. Стандарт начального общего образования по физической культуре
- 1.2. Лях В.И., Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников.
- 1-4 классы М.: Просвещение, 2012.
- 1.3. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся. Программы общеобразовательных учреждений. 1-11 классы. М.: Просвещение, 2012.

- 1.4. Рабочая программа по бадминтону
- 2. Дополнительная литература для учителя
- 2.1. Бадминтон: учебник для студентов. / Ю.Н. Смирнов. 2-е изд., исправ. и доп. М.:

Советский спорт, 2011

2.2. Бадминтон на этапе начальной подготовки: учебное пособие / В.Г. Турманидзе.

Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008.

- 2.3. Методические издания по физической культуре для учителей.
- 2.4. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 2010.
- 2.5. Арзуманов С.Г. Физическое воспитание в школе: практические советы преподавателям. Ростов н/Д: «Феникс», 2009.
- 2.6. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе., А.В. Турманидзе. М.: Чистые пруды, 2009
- 2.7. 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

Учебно-методические пособия

- 1. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания / В.М. Мачнев. Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. 27 с.
- 2. 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.
- 4. 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.
- 5. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. 121 с.
- 6. Новикова И.В., Преображенская Е.В., Заступенко Г.Ф., Крапивина Н.Ю. Программирование современного содержания образования по физической культуре: начальное общее образование: учебно-методическое пособие / И.В. Новикова, Е.В. Преображенская, Г.Ф. Заступенко, Н.Ю. Крапивина. Саратов: ГАУ ДПО

«СОИРО», 2019. – 60 с.

- 7. Тристан В.Г. Физиология спорта: учеб. пособие / В.Г. Тристан, О.В. Погадаева. Омск: СибГУФК, 2003. 92 с.
- 8. Турманидзе В.Г. Методика обучения бадминтону для учителей общеобразовательных учреждений 5-11 классы: пособие / В.Г. Турманидзе. Национальная федерация бадминтона России, 2016. 60 с.

- 9. Турманидзе В.Г. Физическая культура. Бадминтон. 5–11 класс: примерная программа (для учителей общеобразовательных учреждений) /
- В.Г. Турманидзе, С.М. Шахрай, Л.В. Харченко, А.М. Антропов. Омск: Издво Ом. гос. ун-та, 2012.-93 с.
- 10. Турманидзе В.Г., Тарутта Е.П., Шахрай С.М. Бадминтон против близорукости. Методика проведения занятий по физической культуре с элементами бадминтона для профилактики и коррекции нарушений зрения (для учителей общеобразовательных школ): учебное пособие.- М.: Кучково поле.2017. 88 с.: ил.
- 11. 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).

2.5.2 Список литературы для учащихся:

- 1. Азбука бадминтона М, ФиС, 1999.
- 2. Бадминтон М., ФиС, 2004.
- 3. Бадминтон М., ФиС, 2006.
- 4. Бадминтон М., ФиС, 2007.
- 5. Бадминтон наглядное пособие под ред. Бутакова Л.В.,2001г.
- 6. Жбанков О.В. СФП в бадминтоне. M.П., 1997.
- 7. Бадминтон. Правила соревнований. 2003г.
- 8.Основы спортивного бадминтона М., ФиС, 2005.
- 9. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. М., ФиС., 1987.
- 10. Лившиц В., Голицкий А. Бадминтон. Азбука спорта. 1984.
- 15. Рыбаков Д.Л., Штильман М.М. Основы спортивного бадминтона. 1999г.
- 16. Программа для ДЮСШ, ДЮШ Олимпийского резерва и школ ВСМ.
- 17. Спортивные игры /Учебник под ред. Л.А. Чумякова М., ФиС, 2006.

Интернет-ресурсы

- 1. Правила бадминтона Международной федерации бадминтона https://cdn.paralymp.ru/upload/iblock/8b3/8b39d2e6bd9d459d9b860526bbd9edcd.p df
- 2. Примерная программа учебного предмета «физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования https://fgosreestr.ru/oop?page=25
- 3. Программа «Время волана». Пособие для учителей https://badminton.lv/faili/shuttletime_skolotaja_rokasgramata_rus.pdf
- 4. Сайт Всемирной федерации бадминтона https://bwfbadminton.com/
- 5. Сайт Национальной федерации бадминтона России http://www.badm.ru/
- 6. Терминология и основные понятия в бадминтоне https://badmintonika.ru/terminologiya-v-badmintone/
- 7. Учительский портал https://www.uchportal.ru/

Приложение № 1

1. План воспитательной работы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

План воспитательной работы педагога дополнительного образования Киямова Айнура Айратовича

Название программы: «Бадминтон»

Характеристика: Физкультурно-спортивное направление.

Количество обучающихся в объединении в 2024-2025 учебном году:

Год обучения	Группа	Всего детей	Мальчиков	Девочек	Физкультурно -спортивная направленнос ть	Возрастн ая категори я детей	Форма работы
1	3	16	7	9	бадминтон	7 -17	групповая

Результат воспитания — это достигнутая цель, те изменения в личностном развитии обучающихся, которые они приобрели в процессе воспитания.

Воспитательная работа в объединении строиться исходя из Рабочей программы воспитания «Созидание» ЦДТ 2022-2025 годы.

Достижение поставленных цели и задач воспитания осуществляется путем реализации следующих модулей Рабочей программы воспитания центра:

Модуль «Занятие»,

Модуль «Ключевые дела»

Модуль «Реализация дополнительных общеобразовательных программ»

Модуль «Профориентация»

Модуль «Работа с родителями»,

Модуль «Контакт по безопасности»

План воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Направления воспитательной деятельности	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1.	Духовно- нравственное	«День памяти жертв терроризма»	3 сентября	Минута молчания, беседа
		Поведение в общественных	ноябрь	5 –минутная беседа -

		местах		обсуждение
		Подготовка к участию в турнирах	В течении года	Тренировочная работа
2.	Гражданско- патриотическое	«Правилам движения — наше уважение!»	сентябрь	Беседа
		Благотворительная акция «Письмо в войну!»	В течении года	Письмо защитнику Родины
		«С чего начинается Родина?»	январь	5 –минутная беседа – обсуждение
		Рекорды лицея	февраль	Соревнование
		"На войне детей не бывает"	февраль	Урок мужества
		9 мая – День Победы!	май	Игра в шашки
		День города	август	Игра в шашки
3.	Спортивно- оздоровительное	Проведение Инструктажа по технике безопасности» на каждом учебном занятии	В течении года	5 –минутная беседа - обсуждение
		Товарищеские игры и турниры	В течении года	Игра в баскетбол и стритбол
		Проведение турнира по бадминтону с родителями	Ноябрь-декабрь	Соревнование
		Участие в соревнованиях «Проба пера», «Кубок Мэра», спартакиада школьников	В течении года	Соревнование
		Предновогодние веселые старты с элементами бадминтона	декабрь	Соревнование
		Правильное питание	Декабрь, май	5 –минутная беседа - обсуждение
		Правильное дыхание на занятиях	В течении года	Беседа
4.	Взаимодействие с родителями	Родительские собрания	Сентябрь. май	Беседа
		Выбор родительского комитета	Сентябрь	Беседа
		Анкетирование родителей для банка данных	Сентябрь	Заявления, анкетирование, создание группы Ватсап
		Индивидуальные встречи с родителями	В течении года	Беседа

		Посещение родителями открытых занятий	Декабрь, май	Открытый урок.
5.	Ключевые дела (общецентровские дела)	Голос нашего двора	август	Игра в стритбол
		День открытых дверей	сентябрь	Выступление
		Праздник посвященный 9 Мая	май	Товарищеская игра
		«Дворики»	май	Веселые старты

Приложение № 2

Календарно-учебный график 1 года обучения

No	Месяц	Время проведен ия занятия	Форма заняти я	Кол иче ство час ов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Вводное занятие, теория изучения бадминтона, техника безопасности, общая физическая подготовка в процессе занятий.							
1	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Техника безопасности. Гигиена и врачебный контроль	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
2	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Режим и питание	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
3	сентябр	13:40-	лекция	2	История развития	МБОУ	Теорет.за

	Ь	15:40			бадминтона	«Лицей № 79»	нят.Беседа
4	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Ознакомление учащихся с размерами площадки, с правилами игры на счет.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
5	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Строевые упражнения. На месте, в движении	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
6	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Строевые упражнения На месте, в движении	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
7	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
8	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
9	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Изучение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
10	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
11	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Изучение основных типов подач в бадминтоне (высоко-далекая, короткая и плоская подачи).	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
12	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ с предметами, гимнастическая палка, скакалка, обруч.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
13	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Изучение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
14	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ с предметами, гимнастическая палка, скакалка, обруч.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
15	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники приема подачи.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
16	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Упражнения с отягощениями. С грифом, на шведской стенке.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
17	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Круговая тренировка, общефизическая	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.

18 поябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом па различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 19 поябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Ознакомление с основными типами подач в бадминтоне «МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 20 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далской подачи. «МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2						подготовка.	79»	
18 ноябрь 15:40 ка 2 на различной высоте с перемещением. «Лицей № 79» анят. 19 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Ознакомление с основными типами подач в бадминтоне «Лицей № 79» анят. 20 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко-далской подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 21 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. 23 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. «Лицей № «Лицей № анят. энят. 24 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. «Лицей № «Лицей № анят. энят. 25 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ Практич.3 анят. 26 декабрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ Практи			12.40				МБОУ	Практич.з
19 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Ознакомление с основными типами подач в бадминтоне МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 20 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далской подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далской подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № подачи. Практич.з анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № подачи. Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № «Лицей № » «Лицей № порактич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	18	ноябрь		_	2	на различной высоте с	«Лицей №	анят.
19 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка основными типами подач в бадминтоне «Лицей № 79» анят. 20 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № Апити-за анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка		15:40	ка		перемещением.	79»		
15:40			12.40		2	Ознакомление с	МБОУ	Практич.з
20 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далекой подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далекой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 практич.з общефизическая подачи.	19	ноябрь		_		основными типами подач в	«Лицей №	анят.
20 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка выполнения высоко- далекой подачи. «Лицей № 79» анят. 21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далекой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 13:40- 15:40 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № «Лицей № «Лицей № Практич.3 анят. 28 лекабрь 13:40- 15:40 13:40- 15:40 Практи Круговая тренировка, общефизическая Имией №			15:40	ка		бадминтоне	79»	
20 ноябрь 15:40 ка выполнения высоко-далекой подачи. «Лицей № лем данят. анят. 21 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи. МБОУ Лицей № анят. анят. 22 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. «Лицей № «Лицей № анят. анят. 23 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. «Лицей № «Лицей № анят. анят. 24 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40-15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40-15:40 ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ Практич.з анят.			12.40	Hackeri	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения высоко- далской подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 25 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 13:40- 15:40	20	ноябрь		_		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
21 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка выполнения высоко- далекой подачи. «Лицей № 79» анят. 22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 25 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.3 анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи 2 Круговая тренировка, общефизическая подачи.			13.40	ка		далекой подачи.	79»	
21 ноябрь 15:40 ка выполнения высокодалекой подачи. «Лицей № 79» анят. 22 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № анят. анят. 23 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № анят. анят. 24 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. анят. 25 ноябрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники мьороткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. 26 декабрь 13:40-15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. 27 декабрь 13:40-15:40 ка Практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 лекабрь 13:40-15:40 практи 2 Круговая тренировка, общением меская перемещением. МБОУ Практич.з анят. 28 лекабрь 13:40-15:40			13.40-	практи	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая подготовка. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 40 Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 40 Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 40 Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 40 Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи 2 Коруговая тренировка, общедизическая 40 МБОУ «Лицей № 40 Практич.з 40	21	ноябрь		_		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
22 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка общефизическая подготовка. «Лицей № 79» анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № подачи. Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № подачи. Практич.з анят. 25 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № иа анят. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Лицей № иянт. Практич.з анят.	<u> </u>		13.40	Kα		далекой подачи.	79»	
22 ноябрь 15:40 ка общефизическая подготовка. «Лицей № трожти занят. анят. 23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № анят. анят. 24 ноябрь 13:40- практи 15:40 ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. «Лицей № «Лицей № анят. анят. 25 ноябрь 13:40- практи 15:40 ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. «Лицей № «Лицей № анят. анят. 26 декабрь 13:40- практи 15:40 годачи. 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. анят. 27 декабрь 13:40- практи 15:40 годачи. 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. «Лицей № анят. анят. 28 лекабрь 13:40- практи 15:40 практи 2 Круговая тренировка, общефизическая пренировка, практи 20			13:40-	практи	2	Круговая тренировка,		Практич.з
23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков. МБОУ «Лицей № практи. Практич.з анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 13:40- 15:40 Практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № подачи. Практич.з анят. 25 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят.	22	ноябрь		_		общефизическая	,	анят.
23 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Встреч до 5, 11, 21 очков. «Лицей № 79» анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 79» Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № подачи. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № иа различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. «Лицей № «Лицей № перемещением. МБОУ практич.з общефизическая МБОУ «Пицей № «Пицей № практич.з общефизическая			15.10	Ru		подготовка.		
23 ноябрь 15:40 ка встреч до 5, 11, 21 очков. «Лицей № тор» анят. 24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. «Лицей № «Лицей № анят. анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 лекабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Лицей № анят. анят.			13:40-	практи	2	*		Практич.з
24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Пицей № анят Практич.з анят.	23	ноябрь		_		встреч до 5, 11, 21 очков.	,	анят.
24 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Выполнения короткой подачи. «Лицей № 79» анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № 10:40- 15:40 Практи ка 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № 4 анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 4 анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Пицей № 4 анят. Практич.з анят.				1.00				
24 ноябрь 15:40 ка выполнения короткой подачи. «Лицей № анят. анят. 25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. «Лицей № анят. анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая выполнения короткой подачи. МБОУ практич.з анят. 28 декабрь 13:40- практи практи 2 Круговая тренировка, общефизическая выполнения короткой подачи. МБОУ практич.з анят.		_	13:40-	практи	2	•		Практич.з
25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка Обучение техники выполнения короткой подачи. МБОУ «Лицей № анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая практи занят. МБОУ практич.з анят.	24 ноябрі	ноябрь		-		•	· ·	анят.
25 ноябрь 13:40- 15:40 практи ка выполнения короткой подачи. «Лицей № 79» анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № 4 анят. Практич.з анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № 3 анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 13:40- практи 13:40- 13:40- 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Пицей № 3 анят. Практич.з анят.	<u> </u>							
25 нояорь 15:40 ка выполнения короткой подачи. «Лицей № анят. анят. 26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая общефизическая практи МБОУ практич.з анят.		_	13:40-	практи		•		1 -
26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Обучение техники приема подачи. МБОУ «Лицей № анят. Практич.3 анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. «Лицей № анят. анят. 28 лекабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая сощефизическая сощефизическа	25	нояорь	15:40	_		•		анят.
26 декабрь 13:40- 15:40 практи ка подачи. «Лицей № анят. 27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая сощефизическая с	-				2	7 7		
27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. Практич.з анят. 28 декабрь 13:40- 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Лицей № анят. Практич.з «Лицей № анят.	26	_	13:40-	практи	2	-		1
27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка 2 Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением. МБОУ «Лицей № анят. 28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая сощефизическая со	26	декаорь	15:40	ка		подачи.	· ·	анят.
27 декабрь 13:40- 15:40 практи ка на различной высоте с перемещением. «Лицей № анят. 28 лекабрь 13:40- 13:40- практи 2 Круговая тренировка, общефизическая МБОУ «Лицей № анят.					2	M		П
15:40 ка перемещением. 79» 13:40- практи 2 Круговая тренировка, МБОУ Практич.з общефизическая «Лицей № анят	27	waxaa 5 a x	13:40-	практи	2	-		•
28 декабрь 13:40- практи 2 Круговая тренировка, МБОУ Практич.з общефизическая «Лицей № анят	21	декаорь	15:40	ка		-	· ·	анят.
28 лекабрь 13:40- Практи общефизическая «Липей № анят					2	1		Прокания
20 деклюрь 15.40 то оощефизическая «лицеи лу аны .	28	пекабы	13:40-	практи	2			•
15:40 ка подготовка. 79»	20	декаоры	15:40	ка		<u> </u>	· ·	апит.
2 Обучение техники МБОУ Практич з					2.			Практич.з
29 лекабрь 13:40- практи выполнения плоской «Лицей № анят	29	лекабрь		практи	_	•		
15:40 ка подачи. 79»		Z-mohr	15:40	ка			· ·	
2 Обучение техники МБОУ Практич.3					2			Практич.з
30 лекабрь 13:40- практи выполнения плоской «Лицей № анят	30	декабрь		_		•		1
15:40 ка подачи. 79»		1	15:40	ка			· ·	
2 Обучение техники приема МБОУ Практич.3			10.40		2		МБОУ	Практич.з
31 лекабрь 13:40- практи полачи. «Лицей № анят.	31	декабрь		_		1	«Лицей №	1
15:40 ка Тода III 79»			15:40	ка				
32 должение техники приема МБОУ Практич.з	22		13:40-	практи	2	Изучение техники приема	МБОУ	Практич.з
32 декабрь 15:40 ка подачи и выполнения «Лицей № анят.	32	декаорь	15:40	_			«Лицей №	1

					подачи.	79»	
33	декабрь	13:40- 15:40	лекция	2	Сдача контрольных нормативов.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
34	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
35	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
36	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
37	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
38	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Ознакомление с основными ударами в бадминтоне	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
39	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
40	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
41	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
42	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
43	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
44	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
45	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
46	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара справа и слева	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
47	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники выполнения удара справа и	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.

					слева	79»	
	февраль			2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
48		13:40-	практи		приема и выполнения	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		подач, техники основных	79»	
	1				ударов в бадминтоне.		H
	февраль	12.40		2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
49		13:40-	практи		приема и выполнения	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		подач, техники основных	79»	
	1			2	ударов в бадминтоне.	MEON	П
50	февраль	13:40-	практи	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
50		15:40	ка		выполнения атакующего	«Лицей №	анят.
				2	удара (смеш).	79» МБОУ	Постопите
51	март	13:40-	практи	2	Повторение техники	МьОу «Лицей №	Практич.з
31		15:40	ка		приема и выполнения	79»	анят.
	Mark			2	подач.	МБОУ	Пестануль
52	март	13:40-	практи	2	Упражнение в парах. На	мьоу «Лицей №	Практич.з
32		15:40	ка		реакцию, скорость.	79»	анят.
	MODE			2	Прородомия одимения и	МБОУ	Произвина
53	март	13:40-	практи	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МВОУ «Лицей №	Практич.з анят.
33		15:40	ка		встреч до 3, 11, 21 очков.	79»	анят.
	MODE			2	Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
54	март	13:40-	практи	2	на различной высоте с	МБО 3 «Лицей №	анят.
J -		15:40	ка		перемещением.	79»	анит.
	март			2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
55	март	13:40-	практи		общефизическая	«Лицей №	анят.
33		15:40	ка		подготовка.	79»	апит.
	март			2	Ознакомление с	МБОУ	Практич.з
56	1	13:40-	практи		сеточными ударами	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		31	79»	
	март	10.40		2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
57	1	13:40-	практи		сеточного удара подставка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		, ,	79»	
	март	12.40	746 - 22:	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
58		13:40-	практи		сеточного удара подставка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
	март	13:40-	Протетт	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
59		15:40-	практи		сеточного удара откидка.	«Лицей №	анят.
		13.40	ка			79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
60		15:40	_		сеточного удара откидка.	«Лицей №	анят.
		15.40	ка			79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
61		15:40	практи ка		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
		1 <i>3.</i> 1 0	Na Na			79»	

62	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
63	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
64	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники основных сеточных ударов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
65	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники основных сеточных ударов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
66	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
67	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
68	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
69	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
70	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
71	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники приема и выполнения подач.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
72	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Сдача контрольных нормативов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.

Календарно-учебный график 2 года обучения

No॒	Месяц	Время проведен ия занятия	Форма заняти я	Кол иче ство час ов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
	Вводное	занятие, тес			админтона, техника безопасно вка в процессе занятий.	сти, общая фи	зическая
1	сентябр	13:40-	лекция	2	Техника безопасности.	МБОУ	Теорет.за

	Ь	15:40			Гигиена и врачебный контроль	«Лицей № 79»	нят.Беседа
2	сентябр	13:40- 15:40	лекция	2	Режим и питание	МБОУ «Лицей №	Теорет.за нят.Беседа
3	сентябр	13:40- 15:40	лекция	2	История развития бадминтона.	79» МБОУ «Лицей №	Теорет.за нят.Беседа
4	сентябр	13:40- 15:40	лекция	2	Повторение по размерам площадки, правилами игры	79» МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
5	сентябр	13:40- 15:40	практи ка	2	на счет. Строевые упражнения. На месте, в движении	79» МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
6	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Строевые упражнения На месте, в движении	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
7	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
8	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
9	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
10	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
11	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение основных типов подач в бадминтоне (высоко-далекая, короткая и плоская подачи).	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
12	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ с предметами, гимнастическая палка, скакалка, обруч.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
13	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
14	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ с предметами, гимнастическая палка, скакалка, обруч.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
15	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники приема подачи.	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.

						79»	
		12.40			Упражнения с	МБОУ	Практич.з
16	октябрь	13:40-	практи	2	отягощениями, на	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		шведской стенке.	79»	
		12.40			Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
17	октябрь	13:40-	практи	2	общефизическая	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		подготовка.	79»	
		12.40			Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
18	ноябрь	13:40-	практи	2	на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		перемещением.	79»	
		12.40		2	Повторение основных	МБОУ	Практич.з
19	ноябрь	13:40-	практи		типов подач в бадминтоне	«Лицей №	анят.
	_	15:40	ка			79»	
		12.40		2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
20	ноябрь	13:40-	практи		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
	_	15:40	ка		далекой подачи.	79»	
		13:40-	T10 011	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
21	ноябрь		практи		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
	_	15:40	ка		далекой подачи.	79»	
		12.40		2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
22	ноябрь	13:40-	практи		общефизическая	«Лицей №	анят.
	1	15:40	ка		подготовка.	79»	
		12.40		2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
23	ноябрь	13:40-	практи		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
		13:40-	HAOMEN	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
24	ноябрь	15:40	практи		выполнения короткой	«Лицей №	анят.
		13:40	ка		подачи.	79»	
		13:40-	прокти		Повторение техники	МБОУ	Практич.з
25	ноябрь	15:40	практи		выполнения короткой	«Лицей №	анят.
		13.40	ка		подачи.	79»	
		13:40-	Проити	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
26	декабрь	15:40	практи ка		приема подачи.	«Лицей №	анят.
		13.40	Ka			79»	
		13:40-	практи	2	Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
27	декабрь	15:40	ка		на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		13.70	Ka		перемещением.	79»	
		13:40-	практи	2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
28	декабрь	15:40	ка		общефизическая	«Лицей №	анят.
		15.10	I.u		подготовка.	79»	
		13:40-	практи	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
29	декабрь	15:40	ка		выполнения плоской	«Лицей №	анят.
			1100		подачи.	79»	
30	декабрь	13:40-	практи	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
	Z-mobp	15:40	ка		выполнения плоской	«Лицей №	анят.

					подачи.	79»	
		12.40		2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
31	декабрь	13:40-	практи		приема подачи.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
		12.40		2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
32	декабрь	13:40- 15:40	практи		приема подачи и	«Лицей №	анят.
		13:40	ка		выполнения подачи.	79»	
		13:40-			Сдача контрольных	МБОУ	Тоорот по
33	декабрь	15:40	лекция	2	нормативов.	«Лицей №	Теорет.за нят.Беседа
		13.40				79»	нят.веседа
		13:40-	практи		Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
34	январь	15:40	1	2	встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
		13.40	ка			79»	
		13:40-	практи		Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
35	январь	15:40	ка	2	на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		13.40	Ka		перемещением.	79»	
		13:40-	практи		Техника и тактика парной	МБОУ	Практич.з
36	январь	15:40	ка	2	игры.	«Лицей №	анят.
		13.40	Ka			79»	
		13:40-	практи		Техника и тактика парной	МБОУ	Практич.з
37	январь	15:40	ка	2	игры.	«Лицей №	анят.
		13.10	Ku			79»	
		13:40-	практи		Ознакомление с	МБОУ	Практич.з
38	январь	15:40	ка	2	основными ударами в	«Лицей №	анят.
		10.10	, , ,		бадминтоне	79»	
		13:40-	практи		Повторение техники	МБОУ	Практич.з
39	январь	15:40	ка	2	выполнения удара сверху	«Лицей №	анят.
					открытой стороной ракетки	79»	
		13:40-	практи	_	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
40	январь	15:40	ка	2	выполнения удара сверху	«Лицей №	анят.
					открытой стороной ракетки	79»	
		13:40-	практи	_	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
41	январь	15:40	ка	2	выполнения удара сверху	«Лицей №	анят.
					закрытой стороной ракетки	79»	П
40		13:40-	практи	_	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
42	январь	15:40	ка	2	выполнения удара сверху	«Лицей №	анят.
					закрытой стороной ракетки	79»	П
42	1	13:40-	практи	2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
43	февраль	15:40	ка	2	общефизическая	«Лицей № 70»	анят.
					подготовка.	79»	Перитин
11	danas	13:40-	практи	2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
44	февраль	15:40	ка	2	встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей № 70»	анят.
	dorma	12.40	H4024			79»	Произуче
45	февраль	13:40-	практи	2	Жонглирование воланом	МБОУ «Пункай Ма	Практич.з
		15:40	ка		на различной высоте с	«Лицей №	анят.

					перемещением.	79»	
	февраль	10.10		2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
46	1 1	13:40-	практи		выполнения удара справа и	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		слева	79»	
	февраль	12.40		2	Обучение техники	МБОУ	Практич.з
47	1 1	13:40-	практи		выполнения удара справа и	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		слева	79»	
	февраль			2	Закрепление техники	MEON	Практич.з
40		13:40-	практи		приема и выполнения	МБОУ	анят.
48		15:40	ка		подач, техники основных	«Лицей №	
					ударов в бадминтоне.	79»	
	февраль			2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
49		13:40-	практи		приема и выполнения		анят.
49		15:40	ка		подач, техники основных	«Лицей №	
					ударов в бадминтоне.	79»	
	февраль	13:40-	прокан	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
50		15:40	практи		выполнения атакующего	«Лицей №	анят.
		13.40	ка		удара (смеш).	79»	
	март	13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
51		15:40	ка		приема и выполнения	«Лицей №	анят.
		13.40	Ka		подач.	79»	
	март	13:40-	практи	2	Упражнения в парах. На	МБОУ	Практич.з
52		15:40	ка		реакцию, скорость.	«Лицей №	анят.
		13.40	Ku		реакцию, екороств.	79»	
	март	13:40-	практи	2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
53		15:40	ка		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
						79»	
	март	13:40-	практи	2	Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
54		15:40	ка		на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		•			перемещением.	79»	
	март	13:40-	практи	2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
55		15:40	ка		общефизическая	«Лицей №	анят.
					подготовка.	79»	H
	март	13:40-	практи	2	Повторение с сеточными	МБОУ	Практич.з
56		15:40	ка		ударами	«Лицей №	анят.
					П	79»	П
	март	13:40-	практи	2	Повторение техники	МБОУ	Практич.з
57		15:40	ка		сеточного удара подставка.	«Лицей № 70»	анят.
) for=			2	2024404740444	79»	Пермене
F 0	март	13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
58		15:40	ка		сеточного удара подставка.	«Лицей № 70»	анят.
) for=			2	Портоворучил	79»	Пермене
50	март	13:40-	практи	2	Повторение техники	МБОУ «Пиной Мо	Практич.з
59		15:40	ка		сеточного удара откидка.	«Лицей № 70»	анят.
						79»	

	апрель	13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
60		15:40	ка		сеточного удара откидка.	«Лицей № 79»	анят.
61	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
62	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники сеточного удара по диагонали.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
63	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники сеточного удара по диагонали.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
64	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники основных сеточных ударов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
65	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники основных сеточных ударов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
66	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
67	апрель	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
68	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
69	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
70	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
71	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники приема и выполнения подач.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
72	май	13:40- 15:40	практи ка	2	Сдача контрольных нормативов.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.

Календарно-учебный график 3 года обучения

№	Месяц Вводное	Время проведен ия занятия занятие, тес	Форма заняти я	Кол иче ство час ов	Тема занятия админтона, техника безопасно	Место проведения сти, общая фи	Форма контроля зическая
		,			рвка в процессе занятий.	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
1	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Техника безопасности. Гигиена и врачебный контроль. Самоконтроль.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
2	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Режим и питание. Режим сна.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
3	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	История развития бадминтона. Озакомление известными игроками и командами Татарстана и России	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
4	сентябр ь	13:40- 15:40	лекция	2	Повторение по размерам площадки, правилами игры на счет.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
5	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Строевые упражнения. На месте, в движении. Контроль знаний по размерам площадки, правилами игры на счет.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
6	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Строевые упражнения На месте, в движении	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
7	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	Контроль способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
8	сентябр ь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на руки, туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
9	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
10	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	ОРУ без предметов, на туловище, брюшной пресс, ноги.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
11	октябрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Повторение основных типов подач в бадминтоне (высоко-далекая, короткая	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.

					и плоская подачи).		
		12.40			ОРУ с предметами,	МБОУ	Практич.з
12	октябрь	13:40-	практи	2	гимнастическая палка,	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		скакалка, обруч.	79»	
		12.40		2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
13	13 октябрь	13:40-	практи	2	передвижения по площадке,	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		основных стоек игрока.	79»	
		13:40-		2	ОРУ с предметами,	МБОУ	Практич.з
14	октябрь	15:40	практи	2	гимнастическая палка,	«Лицей №	анят.
		13.40	ка		скакалка, обруч.	79»	
		13:40-	прокти		Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
15	октябрь	15:40-	практи	2	приема подачи.	«Лицей №	анят.
		13.40	ка			79»	
					Упражнения с	МБОУ	Практич.з
16	октябрь	13:40-	практи	2	отягощениями, на	миоэ «Лицей №	анят.
10	октлорь	15:40	ка	2	шведской стенке и	79»	
					скамейке.	1311	
		13:40-	практи		Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
17	октябрь	15:40	ка	2	общефизическая	«Лицей №	анят.
		13.40	Kα		подготовка.	79»	
		13:40-	практи		Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
18	ноябрь	ь 15:40	ка	2	на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		13.40	Ku		перемещением.	79»	
		13:40-	практи	2	Закрепление основных	МБОУ	Практич.з
19	ноябрь	15:40	ка		типов подач в бадминтоне	«Лицей №	анят.
		13.40	Ku			79»	
		13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
20	ноябрь	15:40	ка		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
			1.00		далекой подачи.	79»	
		13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
21	ноябрь	15:40	ка		выполнения высоко-	«Лицей №	анят.
				_	далекой подачи.	79»	
	_	13:40-	практи	2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
22	ноябрь	15:40	ка		общефизическая	«Лицей №	анят.
				_	подготовка.	79»	
		13:40-	практи	2	Закрепление одиночных	МБОУ	Практич.з
23	ноябрь	15:40	ка		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
		- /			_	79»	
		13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
24	ноябрь	15:40	ка		выполнения короткой	«Лицей №	анят.
		~			подачи.	79»	
_	_	13:40-	практи		Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
25	ноябрь	15:40	ка		выполнения короткой	«Лицей №	анят.
					подачи.	79»	

26	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники приема подачи.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
27	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
28	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
29	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения плоской подачи.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
30	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения плоской подачи.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
31	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники приема подачи.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
32	декабрь	13:40- 15:40	практи ка	2	Турнир по бадминтону.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
33	декабрь	13:40- 15:40	лекция	2	Сдача контрольных нормативов.	МБОУ «Лицей № 79»	Теорет.за нят.Беседа
34	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
35	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
36	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
37	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Техника и тактика парной игры.	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
38	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление основных удароа в бадминтоне	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
39	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.
40	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	МБОУ «Лицей № 79»	Практич.з анят.

41	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения удара сверху	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.
		13.40	Κα		закрытой стороной ракетки	79»	
42	январь	13:40- 15:40	практи ка	2	Закрепление техники выполнения удара сверху	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.
					закрытой стороной ракетки Круговая тренировка,	79» МБОУ	Практич.з
43	февраль	13:40- 15:40	практи ка	2	общефизическая	«Лицей №	анят.
		13.40	Ku		подготовка.	79»	
44	февраль	13:40-	практи	2	Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.
		15:40	ка			79»	
	февраль	13:40-	практи		Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
45		15:40	ка	2	на различной высоте с	«Лицей №	анят.
	1			2	перемещением.	79»	П
46	февраль	13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.
40		15:40	ка		выполнения удара справа и слева	79»	анят.
	февраль			2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
47	1 1	13:40-	практи		выполнения удара справа и	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		слева	79»	
	февраль			2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
48		13:40-	практи		приема и выполнения	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		подач, техники основных	79»	
	фарраци			2	ударов в бадминтоне.		Прокуми
	февраль	13:40-	практи	2	Контроль техники приема и выполнения подач,	МБОУ	Практич.з анят.
49		15:40	ка		техники основных ударов в	«Лицей №	dini.
					бадминтоне.	79»	
	февраль	13:40-	практи	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
50		15:40	ка		выполнения атакующего	«Лицей №	анят.
		12.10	nu .		удара (смеш).	79»	
E 1	март	13:40-	практи	2	Контроль техники приема	МБОУ	Практич.з
51		15:40	ка		и выполнения подач.	«Лицей № 79»	анят.
	март	46.15		2		МБОУ	Практич.з
52	1	13:40-	практи		Упражнения в парах. На	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		реакцию, скорость.	79»	
	март	13:40-	практи	2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
53		15:40	ка		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
	2505			2)T(79»	Полу
54	март	13:40-	практи	2	Жонглирование воланом на различной высоте с	МБОУ «Лицей №	Практич.з анят.
J4		15:40	ка		перемещением.	79»	апит.
					mepomenterment.	17//	

	март			2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
55	r -	13:40-	практи	_	общефизическая	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		подготовка.	79»	
	март			2	Закрепление	МБОУ	Практич.з
56	1	13:40-	практи		техники с сеточных	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		ударов	79»	
	март			2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
57	1	13:40-	практи		сеточного удара подставка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		31	79»	
	март	12.40		2	Контроль техники	МБОУ	Практич.з
58	1	13:40-	практи		сеточного удара подставка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка		, <u> </u>	79»	
	март	12.40		2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
59	-	13:40-	практи		сеточного удара откидка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
	апрель	12:40		2	Контроль техники	МБОУ	Практич.з
60	_	13:40-	практи		сеточного удара откидка.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
	апрель	12.40		2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
61		13:40-	практи		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
	апрель	13:40-	HAOMEN	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
62		15:40	практи		сеточного удара по	«Лицей №	анят.
		13.40	ка		диагонали.	79»	
	апрель	13:40-	прокти	2	Закрепление техники	МБОУ	Практич.з
63		15:40	практи ка		сеточного удара по	«Лицей №	анят.
		13.40	Ka		диагонали.	79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Контроль техники	МБОУ	Практич.з
64		15:40	ка		основных сеточных	«Лицей №	анят.
		15.10	Ru		ударов.	79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Подвижные игры с	МБОУ	Практич.з
65		15:40	ка		элементами бадминтона.	«Лицей №	анят.
			1100			79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Техника и тактика парной	МБОУ	Практич.з
66		15:40	ка		игры.	«Лицей №	анят.
		•			_	79»	
	апрель	13:40-	практи	2	Техника и тактика парной	МБОУ	Практич.з
67		15:40	ка		игры.	«Лицей №	анят.
					TC	79»	H
	май	13:40-	практи	2	Круговая тренировка,	МБОУ	Практич.з
68		15:40	ка		общефизическая	«Лицей №	анят.
	.,				подготовка.	79»	
	май	13:40-	практи	2	Проведение одиночных	МБОУ	Практич.з
69		15:40	ка		встреч до 5, 11, 21 очков.	«Лицей №	анят.
						79»	

	май	13:40-	практи	2	Жонглирование воланом	МБОУ	Практич.з
70		15:40	ка		на различной высоте с	«Лицей №	анят.
		13.40	Kα		перемещением.	79»	
	май	13:40-	проити	2	Техника выполнения	МБОУ	Практич.з
71			практи		нормативов ГТО.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	
	май	13:40-	TIP OLUTE	2	Сдача контрольных	МБОУ	Практич.з
72			практи		нормативов.	«Лицей №	анят.
		15:40	ка			79»	

№ п/ п	Месяц	Время провед ения заняти я	Форма занятия	Кол ичес тво часо в	Тема занятия	Место проведен ия	Фор ма кон тро ля
1	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Ознакомление с правилами безопасности. Знания об истории бадминтона и правилах.	Лицей №79, спортзал	заче т
2	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение и закрепление техники захвата ракетки. Способы физкультурной деятельности. Самоконтроль	Лицей №79, спортзал	т
3	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость Закрепление основных стоек при подаче, приеме, передаче	Лицей №79, спортзал	т
4	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.	Лицей №79, спортзал	заче т
5	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление способов передвижения.	Лицей №79, спортзал	заче Т
6	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники жонглирования	Лицей №79, спортзал	заче Т
7	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение техники передвижения по площадке	Лицей №79, спортзал	т
8	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение выполнения правильной подачи	Лицей №79, спортзал	заче т
9	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление техники передвижения	Лицей №79, спортзал	заче т
10	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники передвижения	Лицей №79, спортзал	заче т 71

11	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль техники упражнений с ракеткой	Лицей №79, спортзал	заче т
12	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление техники передачи волана в парах	Лицей №79, спортзал	заче т
13	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники имитации ударов	Лицей №79, спортзал	заче т
14	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль уровня развития информационных способностей.	Лицей №79, спортзал	заче т
15	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники подачи волана	Лицей №79, спортзал	заче т
16	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Эстафеты с воланом	Лицей №79, спортзал	заче т
17	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники передвижений	Лицей №79, спортзал	заче т
18	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Игра-вертушка. Эстафеты парные.	Лицей №79, спортзал	заче т
19	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление правил выполнения заданий.	Лицей №79, спортзал	заче т
20	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение приема подачи. Эстафета с воланом.	Лицей №79, спортзал	т
21	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Ознакомление с краткими правилами игры	Лицей №79, спортзал	заче т
22	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Повторение правил безопасности	Лицей №79, спортзал	заче т
23	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники ударов.	Лицей №79, спортзал	заче т
24	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление техники подачи у стены в парах	Лицей №79,	заче т

						спортзал	
25	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление техники приема, подачи.	Лицей №79, спортзал	заче т
26	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль скорости передвижения по площадке	Лицей №79, спортзал	заче т
27	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники перекидывания воланов.	Лицей №79, спортзал	заче т
28	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль выполнения подачи. Совершенствование	Лицей №79, спортзал	заче т
29	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники. Правила подачи.	Лицей №79, спортзал	заче Т
30	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники выполнения высоко-дальних ударов	Лицей №79, спортзал	заче т
31	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники выполнения элементов пройденных ранее	Лицей №79, спортзал	заче т
32	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Потребности организма для правильного функционирования.	Лицей №79, спортзал	заче т
33	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Жонглирование с применением ударов из-за спины	Лицей №79, спортзал	заче т
34	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Передвижение по площадке с ракеткой	Лицей №79, спортзал	заче т
35	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение правил соревнований по бадминтону	Лицей №79, спортзал	заче т
36	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Прием подачи сверху	Лицей №79, спортзал	заче т
37	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Повторение правил проведения соревнований	Лицей №79, спортзал	заче т
38	январь	13:40-	тренировка	2	Перекидывания в парах	Лицей	заче

		15:40		час.	одним, двумя воланами	№79, спортзал	Т
39	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Перекидывания вдвоем, вчетвером двумя и более воланами	Лицей №79, спортзал	заче т
40	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Передача в парах одним, двумя воланами. Контроль скорости	Лицей №79, спортзал	заче т
41	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление технических элементов	Лицей №79, спортзал	заче т
42	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Одиночная встреча со счетом до 7 очков. Контроль подвижности	Лицей №79, спортзал	заче т
43	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Закрепление техники пройденных элеменбтогв на предыдущих занятиях	Лицей №79, спортзал	заче т
44	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль развития координационных способностей	Лицей №79, спортзал	заче т
45	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче Т
46	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения для закреплениия технико-тактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	Лицей №79, спортзал	т
47	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Плоские удары, выполняемые открытой и закрытой стороной ракетки.	Лицей №79, спортзал	заче т
48	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика одиночной игры в защите; в атаке	Лицей №79, спортзал	заче т
49	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Выполнение ударов «смеш» по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки	Лицей №79, спортзал	заче т
50	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика парной игры	Лицей №79, спортзал	заче т
51	март	13:40-	тренировка	2 час.	Защитные действия игроков; атакующие действия	Лицей	заче

		15:40			игроков	№79, спортзал	T
52	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Расположение игроков от атаки к защите и наоборот.	Лицей №79, спортзал	заче
53	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
54	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Прикладные упражнения и технические действия в бадминтоне: для развития реакции; для развития внимания; для развития мышления	Лицей №79, спортзал	т
55	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	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	Лицей №79, спортзал	т
56	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите	Лицей №79, спортзал	т
57	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Комбинационная игра	Лицей №79, спортзал	заче т
58	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии, удары по низкой траектории в среднюю зону площадки.	Лицей №79, спортзал	заче т
59	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
60	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Личная игровая зона спортсмена	Лицей №79, спортзал	заче Т
61	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Перемещения игроков на площадке.	Лицей №79, спортзал	т

62	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения для обучения технико-тактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	Лицей №79, спортзал	заче Т
63	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите.	Лицей №79, спортзал	заче т
64	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите	Лицей №79, спортзал	заче т
65	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Комбинационная игра	Лицей №79, спортзал	заче т
66	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Комбинационная игра	Лицей №79, спортзал	заче т
67	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
68	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	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	Лицей №79, спортзал	заче Т
69	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки.	Лицей №79, спортзал	заче т
70	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки.	Лицей №79, спортзал	заче т
71	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Техника сдачи норм ГТО.	Лицей №79, спортзал	заче т
72	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Сдача нормативов.	Лицей №79, спортзал	заче т

№ п/ п	Месяц	Время провед ения заняти я	Форма занятия	Кол ичес тво часо в	Тема занятия	Место проведен ия	Фор ма кон тро ля
1	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Инструктаж по технике безопасности. Знания об истории, правилах, известных игроках и командах бадминтона.	Лицей №79, спортзал	т
2	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Изучение и закрепление техники захвата ракетки. Способы физкультурной деятельности. Самоконтроль. Комплексы упражнений.	Лицей №79, спортзал	заче Т
3	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	История Олимпийских игр. Совершенствование основных стоек при подаче, приеме, передаче.	Лицей №79, спортзал	заче т
4	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Понятия: здоровье, сила, ловкость, выносливость, быстрота, гибкость. Контролирование на разной высоте с перемещением. Жонглирование.	Лицей №79, спортзал	заче Т
5	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Предстартовые состояния спортсмена, способы восстановления после физической нагрузки, измерять частоту пульса до, во время и после тренировки.	Лицей №79, спортзал	т
6	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники жонглирования	Лицей №79, спортзал	заче Т
7	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль техники передвижения по площадке	Лицей №79, спортзал	заче Т
8	сентябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники короткой подачи	Лицей №79, спортзал	т
9	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники передвижения	Лицей №79, спортзал	т

10	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль техники передвижения	Лицей №79, спортзал	заче т
11	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль техники упражнений с ракеткой	Лицей №79, спортзал	заче т
12	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники передачи волана в парах	Лицей №79, спортзал	заче т
13	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники имитации ударов	Лицей №79, спортзал	заче Т
14	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль уровня развития информационных способностей.	Лицей №79, спортзал	заче т
15	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники высоко-далекой подачи	Лицей №79, спортзал	заче т
16	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Эстафеты и подвижные игры с воланом	Лицей №79, спортзал	заче Т
17	октябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники передвижений	Лицей №79, спортзал	заче Т
18	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Игра-вертушка. Одиночные игры	Лицей №79, спортзал	заче т
19	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль правил выполнения заданий.	Лицей №79, спортзал	заче т
20	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование приема подачи. Эстафета с воланом.	Лицей №79, спортзал	заче т
21	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль правил и судейства игры	Лицей №79, спортзал	заче т
22	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Повторение правил безопасности. Одиночные игры	Лицей №79, спортзал	заче Т
23	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники высоко-далеких ударов.	Лицей №79,	заче т

						спортзал	
24	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники подачи у стены в парах	Лицей №79, спортзал	заче Т
25	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники подставки	Лицей №79, спортзал	заче т
26	ноябрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль скорости передвижения по площадке	Лицей №79, спортзал	заче т
27	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники перекидывания воланов.	Лицей №79, спортзал	заче т
28	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль выполнения подачи. Совершенствование	Лицей №79, спортзал	заче т
29	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники подрезки. Турнир по бадминтону.	Лицей №79, спортзал	заче т
30	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники выполнения высоко-дальних ударов	Лицей №79, спортзал	заче т
31	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники выполнения элементов пройденных ранее	Лицей №79, спортзал	заче т
32	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Потребности организма для правильного функционирования.	Лицей №79, спортзал	заче Т
33	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Жонглирование с применением ударов из-за спины	Лицей №79, спортзал	заче т
34	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Передвижение по площадке с ракеткой. Судейство.	Лицей №79, спортзал	заче т
35	декабрь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование правил соревнований по бадминтону	Лицей №79, спортзал	заче Т
36	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники удара «смеш»	Лицей №79, спортзал	заче Т
37	январь	13:40-	тренировка	2	Повторение правил	Лицей	заче

		15:40		час.	проведения соревнований	№79, спортзал	Т
38	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Перекидывания в парах одним, двумя воланами	Лицей №79, спортзал	заче т
39	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Перекидывания вдвоем, вчетвером двумя и более воланами	Лицей №79, спортзал	заче Т
40	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Передача в парах одним, двумя воланами. Контроль скорости	Лицей №79, спортзал	заче Т
41	январь	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование технических элементов	Лицей №79, спортзал	заче т
42	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Одиночная встреча со счетом до 11 очков. Контроль подвижности	Лицей №79, спортзал	заче т
43	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование техники пройденных элементов на предыдущих занятиях	Лицей №79, спортзал	заче т
44	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Контроль развития координационных способностей	Лицей №79, спортзал	заче т
45	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
46	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения для совершенствование техникотактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	Лицей №79, спортзал	т
47	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование плоских ударов, выполняемых открытой и закрытой стороной ракетки.	Лицей №79, спортзал	т
48	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика одиночной игры в защите; в атаке Участие в соревнованиях по бадминтону.	Лицей №79, спортзал	заче т
49	февраль	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Совершенствование ударов «смеш» по прямой, по диагонали, в правый и левый угол площадки	Лицей №79, спортзал	т

50	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика парной игры	Лицей №79, спортзал	т
51	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Защитные действия игроков; атакующие действия игроков	Лицей №79, спортзал	т
52	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Расположение игроков от атаки к защите и наоборот.	Лицей №79, спортзал	заче Т
53	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	т
54	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Прикладные упражнения и технические действия в бадминтоне: для развития реакции; для развития внимания; для развития мышления	Лицей №79, спортзал	заче Т
55	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	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	Лицей №79, спортзал	заче Т
56	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите	Лицей №79, спортзал	т
57	март	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Комбинационная игра. Турнир с родителями.	Лицей №79, спортзал	заче т
58	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Быстрые атакующие удары со смещением игрока к задней линии, удары по низкой траектории в среднюю зону площадки.	Лицей №79, спортзал	заче т
59	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
60	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Личная игровая зона спортсмена	Лицей №79, спортзал	заче т

61	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Перемещения игроков на площадке.	Лицей №79, спортзал	т
62	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения для совершенствования техникотактическим действиям: короткому удару с задней линии площадки	Лицей №79, спортзал	т
63	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите.	Лицей №79, спортзал	заче т
64	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите	Лицей №79, спортзал	т
65	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Тактика смешанных (микст) игр: тактические действия юноши в атаке и в защите; тактические действия девушки в атаке, в защите	Лицей №79, спортзал	заче т
66	апрель	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Комбинационная игра	Лицей №79, спортзал	заче т
67	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки	Лицей №79, спортзал	заче т
68	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	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	Лицей №79, спортзал	т
69	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки.	Лицей №79, спортзал	т
70	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Упражнения специальной физической подготовки.	Лицей №79, спортзал	т
71	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Техника сдачи нормативов ГТО.	Лицей №79,	заче т

						спортзал	
72	май	13:40- 15:40	тренировка	2 час.	Сдача нормативов	Лицей №79, спортзал	т

Календарный учебный график 5 года обучения