

**Описание дополнительной общеразвивающей программы  
«Бадминтон» в ОДОД ГБОУ школы №203  
Красносельского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год**

Дополнительная общеразвивающая программа «Бадминтон» разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ школы № 203.

**Направленность** дополнительной общеразвивающей программы «Бадминтон» (далее по тексту - программа) **физкультурно-спортивная.**

Программа разработана в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования, такими как: Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей//Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №196; Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года //Распоряжение правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

Стратегия развития физической культуры и спорта определяет основные направления развития и значение физической культуры и спорта в стране как создание условий для здорового образа жизни граждан, приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение массовости физической культуры и спорта, обеспечение доступа к развитой спортивной инфраструктуре, повышение конкурентоспособности российского спорта, пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта.

Бадминтон – одна из популярнейших спортивных игр, получившее широкое распространение во всём мире. Входит в программу летних Олимпийских игр с 1992г. Игра в бадминтон весьма эффективное средство укрепления здоровья и физического развития. Все движения в бадминтоне носят естественный характер, базирующийся на беге, прыжках, метаниях .

Современные медики – биологические и социологические исследования показывают, что систематические занятия бадминтоном вызывают значительные морфофункциональные изменения в деятельности анализаторов, опорно-двигательном аппарате и внутренних органах, и системах. В частности, улучшается глубинное и периферическое зрение, повышается способность нервно мышечного аппарата к быстрому напряжению и расслаблению мышц.

Выполнение прыжков в игре, способствует укреплению мышечносвязочного аппарата нижних конечностей, укрепляется связочный аппарат кистей рук и увеличивается их подвижность: увеличивается обмен веществ, работа органов, кровообращения и дыхания. Обоснована эффективность занятий бадминтоном для коррекции зрения и осанки ребенка.

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

**Адресат программы:**

В объединение принимаются дети с 9 до 12 лет, без специальной подготовки. В процессе обучения допускается дополнительный набор учащихся. Кроме того, в объединение могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся в объединении в течение первого полугодия.

Наличие медицинской справки для занятий по программе обязательно.

**Актуальность программы:**

определяется запросом со стороны детей и их родителей на программы физкультурно-

спортивной направленности. Помимо этого, актуальность программы обусловлена формированием индивидуальности учащегося, позволяет проявить физические способности в спортивной деятельности.

### **Отличительные особенности программы:**

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

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы. Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса. Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

**Уровень освоения:** базовый. Освоение программного материала данного уровня предполагает получение учащимися базовых знаний в области спорта.

**Срок и объем реализации программы:** образовательная программа рассчитана на 1 год, 144 часа.

**Цель программы:** Развитие и формирование у учащихся универсальных двигательных способностей, овладение техническими приемами и тактическими действиями в спортивной игре бадминтон.

### **Задачи программы:**

#### Образовательные задачи:

- Ознакомление детей с историей развития бадминтона в России и в мире.
- Формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей.
- Овладение школой движений в бадминтоне.
- Развитие координационных и кондиционных способностей.
- Развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости.
- Обучение официальным правилам организации и проведения соревнований по бадминтону, технике судейства игр в одиночных и парных матчах.
- Обучение психической саморегуляции.

#### Развивающие задачи:

- Развитие самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности.
- Выработка навыков здорового образа жизни.
- Развитие игровых, эмоциональных и творческих способностей детей.
- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
- Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки.
- Выработка умений использовать физические упражнения для укрепления здоровья и противостояния стрессам.

#### Воспитательные задачи:

- Формирование общественной активности личности обучающегося.
- Воспитание культуры общения и поведения в коллективе, в команде.
- Воспитание любви к Родине, наследию предыдущих поколений и современников.

## **Планируемые результаты:**

Ожидаемым результатам прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, к бадминтону.

После окончания обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

### Личностные результаты:

Подготовка к обучению технике;

- Навыки упражнения с воланом;
- Навыки упражнения с воланом;
- Трудолюбие и ответственность;
- Чувство уважения к сопернику.

### Метапредметные результаты:

*Регулятивные.*

Учащийся научится:

- Планировать предстоящую игру с соперником;
- Выполнять приемы, руководствуясь инструкцией или наставлением тренера;
- Осуществлять контроль своих действий, используя многократное повторение упражнений;
- Анализировать и оценивать результаты собственных умений;

*Познавательные результаты.*

Учащийся научится:

- Анализировать работу, рисунок или схему, свойства материалов, видео урок;
- Сравнивать технику игры, опираясь на наглядный пример других учащихся.

*Коммуникативные результаты.*

Учащийся научится:

- Владеть специальной терминологией по профилю;
- Формировать собственный стиль игры, тактики, приемов;

### Предметные результаты:

Учащийся будет знать:

- О развитии бадминтона в России;
- О специфике бадминтона как игрового вида спорта;
- Основные правила игры в бадминтон;
- Правила ТБ, организацию рабочего места.