
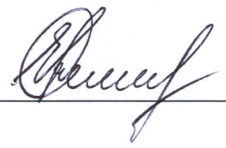


**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 137 имени М.П. Агибалова» городского округа Самара**

<p>УТВЕРЖДАЮ</p> <p>Директор МБОУ Школы №137 г.о. Самара</p> <p> Марков О.Е.</p> <p>Приказ № 243 /ОД от «30» августа 2019г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО</p> <p>Зам. директора по УВР</p> <p> Сычева Е.М.</p> <p>« 30 » августа 2019г.</p>	<p>РАССМОТРЕНО</p> <p>на заседании ШМО учителей прикладного цикла</p> <p>Председатель ШМО</p> <p>_____ Ермандаева О.А.</p> <p>Протокол № 1 от «28» августа 2019г.</p>
--	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности «**Бадминтон**»  
для обучающихся 5-8 классов

**форма организации:** секция

**направление внеурочной деятельности:** спортивно-оздоровительное

**срок реализации (1 год)**

**Разработана:**

Ермандаевой О.А.,

учителем физической культуры

Самара

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Бадминтон» для обучающихся 5-8 классов составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) и Основной образовательной программы основного общего образования (ООП ООО) МБОУ Школы №137 г.о. Самара.

В рамках школьного образования активное освоение внеурочной деятельности по бадминтону позволяет обучающимся не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Для занятий бадминтоном отводится 1 час в неделю, что составляет в целом 34 часа в учебном году, 102 часа за весь курс реализации.

### 2. Цель и задачи изучения.

**Целью** курса внеурочной деятельности по бадминтону является формирование у обучающихся целостное развитие физических и психических качеств, устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, творческом использовании средств физической культуры, а в частности бадминтона, в организации здорового образа жизни.

Реализации цели будут способствовать следующие **задачи**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с обще-развивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом и, об игре в бадминтон в частности, истории бадминтона и его современном развитии, роли формирования здорового образа жизни средствами бадминтона;
- обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

### **3. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

#### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета**

Результаты освоения программного материала по курсу внеурочной деятельности представлены личностными, метапредметными и предметными результатами.

*Личностные результаты* отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения курса. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия бадминтоном для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам);
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности бадминтона;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с частными задачами по бадминтону, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности обучающихся.

*В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в бадминтоне;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:*

- умение планировать режим дня обучающихся, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;
- умение передвигаться красиво легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:*

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических и тактических действий в бадминтоне, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по бадминтону.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные в процессе освоения содержания курса, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные действия потребуются как в рамках образовательного процесса умения учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

*В области физической деятельности:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по бадминтону, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из бадминтона, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по бадминтону.

**Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения курса внеурочной деятельности. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по бадминтону.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- знания по истории развития бадминтона в олимпийском движении, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития бадминтона в области физической культуры, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте бадминтона в организации здорового образа жизни.

*В области нравственной культуры:*

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий по бадминтону, доброжелательное и уважительное отношение к обучающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований по бадминтону.

*В области трудовой культуры:*

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия по бадминтону разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

*В области эстетической культуры:*

- способность организовывать самостоятельные занятия по бадминтону, формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

*В области коммуникативной культуры:*

- способность интересно и доступно излагать знания о бадминтоне, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по бадминтону, владеть информационными жестами судьи.

*В области физической культуры:*

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

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

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

**Программа предусматривает достижение 3 уровней воспитательных результатов:**

<b>Первый уровень 5-6 класс</b>	<b>Второй уровень 7 класс</b>	<b>Третий уровень 8 класс</b>
<p>1. Обучающиеся знакомятся и получают информацию:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;</li><li>- об истории развития бадминтона, и его роли в современном обществе;</li></ul> <p>2. Практически осваивают методы и формы физической культуры, простейшие элементы спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- получают навыки следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рациональным пользованием влияний природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания.</li><li>- осваивают основные признаки правильной осанки;</li><li>- осваивают различные виды шагов, бега, прыжков;</li><li>- знакомятся с ведением дневника самонаблюдения, наблюдением за динамикой физического развития и физической подготовленности.</li></ul>	<p>Обучающиеся закрепляют и развивают полученные знания:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- формирование позитивного отношения к своему здоровью, как к ценности, неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учёбе и жизни вообще.</li><li>- развитие навыков координации;</li><li>- развитие гибкости и подвижности в суставах;</li><li>- развитие ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности;</li><li>- освоение упражнений на развитие силы кисти;</li><li>- развитие умения работать в паре;</li><li>- освоение и составление, выполнение индивидуальных комплексов для утренней зарядки.</li></ul>	<p>Обучающиеся приобретают опыт самостоятельного действия:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- регулярные занятия спортом; систематические оздоровительно - закаливающие процедуры;</li><li>- участие в спортивных и оздоровительных акциях в окружающем школу социуме.</li><li>- участие в соревнованиях и олимпиадах;</li><li>- совершенствуется координация движений;</li><li>- изучение основных упражнений по бадминтону;</li><li>- технику выполнения различных ударов ракеткой;</li><li>- умения измерить ЧСС в покое и во время занятий;</li><li>- организации правильного дыхания.</li></ul>

## 5-8 класс

№	Название раздела	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных занятий (не менее 50%)	Общее кол-во часов
1.	Значение занятий бадминтоном в формировании здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.	2		2
2.	Упражнения для развития силы кисти, гибкости и подвижности в суставах, ориентации в пространстве. Упражнения для улучшения равновесия.		4	4
3.	Упражнения с различными видами жонглирования с воланом		3	3
4.	Техники универсальной, европейской хватки		2	2
5.	Техника выполнения стоек.		1	1
6.	Техника выполнения передвижений (выпад, прыжок, бег, обманный шаг)		7	7
7.	Ведение дневника самонаблюдения, наблюдение за динамикой развития и физической подготовленности. Измерение ЧСС в покое и во время занятий.	2		2
8.	Техника выполнения ударов (сверху, сбоку, снизу открытой стороной ракетки и закрытой стороной ракетки); плоские, короткие, укороченные, высоко-далекие, высокие атакующие, атакующие (смеш, полусмеш).		5	5
9.	Стратегия и тактика игры.		2	2
10.	Специально физическая подготовка. ОФП.		4	4
11.	Соревнования.		2	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>4 часа (12 %)</b>	<b>30 часов (88 %)</b>	<b>34 часа (100 %)</b>

## 5.Содержание курса.

### 5-8 класс

№	Название темы	Краткое содержание темы	Формы организации образовательного процесса	Сроки
1-2.	Значение занятий бадминтоном в формировании здорового образа жизни и	Слагаемые ЗОЖ- режим дня, гигиена, рациональное питание, закаливание, чередование труда и отдыха, организация целесообразного режима двигательной активности, занятий физическими упражнениями и спортом.	Беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах	Сентябрь, 1,2 недели



	профилактике вредных привычек.			
3.	Упражнения для развития силы кисти.	Выполнение упражнений с воланом, ракеткой (индивидуальные упражнения с одним воланом, с двумя; парные упражнения с одним воланом и с двумя воланами). Для укрепления кисти выполняем упражнения с отягощением. Разнообразные вращения, петли, восьмерки с небольшими гантелями, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Сентябрь, 3 неделя
4.	Упражнения для развития ловкости и быстроты. Развития гибкости и подвижности в суставах.	Упражнения выполняются в быстром темпе, но при этом избегают лишнего напряжения, если оно появляется, темп снижают. Например: семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра и т.д, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Сентябрь, 4 неделя
5-6.	Общefизическая подготовка	Отжимание от пола; наклоны туловища в стороны, руки за голову; глубокие наклоны туловища вперед (касаясь пальцами носков) и назад (желательно касаться пальцами пяток). Прыжки вверх с разведением ног а стороны и касанием пальцами рук ступней во время прыжка; прыжки вверх с подтягиванием во время прыжка коленей к груди; прыжки вверх из приседа, руки за голову; прыжки вверх, руки за голову, отклоняя туловище в одну сторону, ноги в другую; произвольные прыжки и т. д	Соревнования	Октябрь, 5,6 недели
7-8.	Упражнения для развития ориентирования в пространстве, равновесия, реагирующей способности.	Выполняются разнообразная ходьба ,передвижения прыжками, повороты на носках, ходьба с инвентарем( воланом и ракеткой). Повороты на право, налево с переступанием ног и прыжками; повороты на 180 градусов; резкое изменение направление движения поворотом на право(на лево) или кругом; разнообразные перемещения по площадке и т.д. Игра «Охота на волка»	Соревнования	Октябрь, 7,8неделя
9.	Техника выполнения передвижений (выпад, прыжок, бег, обманый	Работа ног для выхода на удар сбоку-несложная, надо сделать шаг или выпад к боковой линии, вытянуть руку с ракеткой и волан уже можно отбивать. Задача обманного	Социально значимые спортивные и оздоровительные акции-проекты	Ноябрь, 9 неделя

	бег)	шага – ввести противника в заблуждение и заставить его ошибиться и т. д		
10.	Специально физическая подготовка.	Выполняются упражнения на развитие и укрепление ног, работа рук, силы кисти (выпады, прыжки, бег, вращения, рывки, махи так же используются инвентарь: ракетка, волан, небольшие гантели, скакалка, мяч, лежа, сидя и т.д.)	Познавательные беседы	Ноябрь, 10 неделя
11.	Ведение дневника самонаблюдения, наблюдение за динамикой развития и физической подготовленности.	Завести дневник и вести еженедельный отчет, отслеживать динамику развития физической подготовленности, игра по упрощенным правилам.	Познавательные беседы	Ноябрь, 11 неделя
12.	Измерение ЧСС в покое и во время занятий.	Учимся измерять ЧСС до начало занятий во время и после занятий.	Познавательные беседы, соревнование	Ноябрь, 12 неделя
13.	Упражнения с воланами.	Используются для разминки и развития чувства волана (его скорости и траектории полета) ,а также для развития ловкости и быстроты. Броски выполняют, удерживая волан за головку, при этом головка развернута в направлении броска.	Соревнование	Декабрь, 13 неделя
14.	Техники универсальной хватки.	Выполняются упражнения сначала правой рукой, а затем левой. Если, подавая, отвести руку с воланом дальше от туловища, то удар будет большей силы. Чем больше интервал между подкидкой волана и самим ударом, тем скрытнее будет подача, игра по упрощенным правилам.	Соревнование	Декабрь, 14 неделя
15.	Техники европейской хватки.	Выполняются упражнения сначала правой рукой, а затем левой. Если, подавая, отвести руку с воланом дальше от туловища, то удар будет большей силы. Чем больше интервал между подкидкой волана и самим ударом, тем скрытнее будет подача. Игра по упрощенным правилам.	Соревнование	Декабрь, 15 неделя
16.	Упражнения с различными видами жонглирования с воланом.	Выполняются упражнения сначала правой рукой, а затем левой, упражнения выполняются как индивидуально, так и в парах, игра по упрощенным правилам.	Соревнование	Декабрь, 16 неделя
17.	Упражнения с воланами и ракеткой (индивидуальные и	Комплекс упражнений выполняются сначала правой рукой, а затем левой, упражнения выполняются как индивидуально, так и в парах, игра по упрощенным	Соревнование	Январь, 17 неделя

	парные, разминочные, тренировочные)	правилам.		
18.	Игровые стойки: высокая, средняя, низкая, правосторонняя и левосторонняя	Высокая стойка: голова расположена выше сетки; Средняя стойка: голова расположена на уровне сетки. Низкая стойка: голова расположена ниже сетки, игра по упрощенным правилам. Стойка зависит от положения тела игрока на площадке: правосторонние(правая нога впереди) и левостороннее(левая нога впереди), игра по упрощенным правилам	Соревнование	Январь, 18 неделя
19.	Техника выполнения ударов атакующие (смесь, полусмесь)	Удары сверху это(по высокой траектории, атакующие(смесь, полусмесь),плоские и укороченные на сетку),исполненные открытой стороной ракетки, предоставляют для этого самые лучшие возможности. движения при выполнении ударов сверху открытой стороной ракетки должны быть естественны и очень похожи на бросание вперед и вверх камня или маленького мяча. Удары сверху закрытой стороной ракетки (сверху слева) более сложные по технике исполнения. Существует четыре основных вида такого удара: высокий-далекий, высокий атакующий, атакующий и короткий (сброс на сетку)	Соревнование	Январь, 19 неделя
20.	Техника передвижение по площадке (выпад, обманный шаг, прыжок, бег)	Перемещение может осуществляться в любом направлении: вперед к правой и левой стойкам сетки; в сторону к боковым линиям; назад в правый и левый дальние углы, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Февраль, 20 неделя
21.	Техника выполнения ударов: сверху, сбоку, снизу открытой стороной ракетки.	Удары справа и сверху выполняются открытой стороной, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Февраль, 21 неделя
22.	Техника выполнения ударов: сверху, сбоку, снизу закрытой стороной ракетки.	Удары слева и снизу выполняются закрытой стороной, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Февраль, 22 неделя
23.	Техника передвижения из высокой стойки игрока приставным	При перемещении обратить внимание на то, сколько шагов требуется для того, чтобы достигнуть самой дальней части площадки и повторить, в бадминтоне очень важно	Соревнование	Март, 23 неделя

	шагом вправо.	передвигаться по площадке, игра по упрощенным правилам		
24.	Техника передвижения из высокой стойки игрока приставным шагом влево.	При перемещении обратить внимание на то, сколько шагов требуется для того, чтобы достигнуть самой дальней части площадки и повторить, в бадминтоне очень важно передвигаться по площадке, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Март, 24 неделя
25.	Тактика парной игры	Парный бадминтон-это командная игра, она отличается от одиночной тем, что технически играть вдвоем легче, а тактически-сложнее.	Соревнование	Март, 25 неделя
26.	Техника выполнения короткие удары.	Своеобразны короткие удары, которые условно называются общим термином «подставка». При классической подставке волан перелетает через сетку на минимальной высоте и падает отвесно параллельно ей, осуществляют резкое движение кистью в горизонтальной плоскости в сторону верхней кромки сетки, а иногда немного вдоль нее, как бы подрезая волан и закручивая его вокруг горизонтальной оси и т.д	Соревнование	Март, 26 неделя
27.	Техника выполнения ударов(высоко-далекой)	При высоко-далеком ударе касание воланом струнной поверхности ракетки начинается несколько раньше, чем при «смеше», основное ударное движение здесь заканчивается в более ранней фазе и направлено оно вверх и вперед в сторону сетки, поэтому в заключительной стадии удара не происходит максимально резкого сгибания кисти по отношению к предплечью.	Соревнование	Апрель, 27 неделя
28.	Тактика одиночной игры.	«1)измотать противника максимально нагружая его сложными перемещениями по площадке; 2)заставить его ошибиться, чередуя высоко-далекие, атакующие удары с филигранной игрой у сетки, а также активно применяя обманные приемы и нестандартные решения; 3)постоянно искать слабые стороны в игре соперника и максимально использовать их.	Соревнование	Апрель, 28 неделя
29.	Передвижение выпадами вперед, вправо-влево в передней зоне площадки с выполнения короткого	При перемещении обратить внимание на то, сколько шагов требуется для того, чтобы достигнуть самой дальней части площадки и повторить, в бадминтоне очень важно передвигаться по площадке, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Апрель, 29 неделя

	удара на сетке.			
30.	Техника передвижения перекрестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу открытой стороной ракетки.	При перемещении обратить внимание на то, сколько шагов требуется для того, чтобы достигнуть самой дальней части площадки и повторить, в бадминтоне очень важно передвигаться по площадке, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Апрель, 30 неделя
31.	Техника передвижения перекрестным шагом в средней зоне площадки с отбиванием волана снизу закрытой стороной ракетки.	При перемещении обратить внимание на то, сколько шагов требуется для того, чтобы достигнуть самой дальней части площадки и повторить, в бадминтоне очень важно передвигаться по площадке, игра по упрощенным правилам	Соревнование	Май, 31неделя
32.	Упражнения специально - физической подготовки.	Выполняются упражнения на развитие и укрепление ног, работа рук, силы кисти (выпады, прыжки, бег, вращения, рывки, махи так же используются инвентарь: ракетка, волан, небольшие гантели, скакалка, мяч, лежа, сидя и т. д), игра по упрощенным правилам	Соревнование	Май, 32 неделя
33.	Соревнования (индивидуальные)	Соревнования проводятся в личном первенстве.	Школьные спортивные турниры	Май, 33 неделя
34.	Соревнования (командные)	Соревнования проводятся в парах.	Школьные спортивные турниры	Май, 34 неделя

## 6. Формы диагностики и подведения итогов.

Участие в спортивной жизни школы.

Проводятся соревнования по бадминтону среди 5-6,7-8 классов (девочки, мальчики). Соревнования, как в личном так и в парном Первенстве школы.

Расписание школьных соревнований по бадминтону

№	Классы	Сроки
1.	5А-5Б	Апрель, 1 неделя (среда)
2.	6А-6Б	Апрель, 1 неделя (пятница)
3.	7А-7Б	Апрель, 2неделя (понедельник)

4.	8А-8Б	Апрель, 2 неделя (среда)
5.	Финал между 5-6 классами	Апрель, 2 неделя (пятница)
6.	Финал между 7-8 классами	Апрель, 3 неделя (понедельник)

### **7. Учебно – методическое и информационное обеспечение курса.**

1. Бадминтон: учебник для студентов вузов по направлению 032100 – физ.культура / Ю.Н. Смирнов. – 2-е изд., исправ. и доп. – М.: Советский спорт, 2011. – 248 с.
2. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания / В.М. Мачнев. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. – 27 с.
3. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
4. Бадминтон: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ШВСМ / А.Н. Горячев; А.А. Ивашин; Московская городская федерация бадминтона. – М.: Советский спорт, 2010. – 160 с.
5. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121 с.
6. Тристан В.Г. Физиология спорта: учеб. пособие / В.Г. Тристан, О.В. Погадаева. – Омск: СибГУФК, 2003. – 92 с.
7. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе., А.В. Турманидзе. – М.: Чистые пруды, 2009. – 32 с.: ил. – (Библиотека «первого сентября». Серия «Спорт в школе», вып. 25 ).

### **8. Список литературы для обучающихся.**

1. Основы спортивного бадминтона. /Рыбаков Д.П, Штильман М.И.-М.: ФиС,2010
2. Спортивные и подвижные игры./ Портных Ю.И.,-М,2011
3. «Специальная и физическая подготовка в бадминтоне»/ Жбанков О.В. - М.: Изд-во МГТУ им Н.Э.Баумана,2011.
4. Современная система спортивной тренировки/ Сулова Ф.П., Сыч В.Л.-М.:Владос-Пресс,2005