

**МБДОУ ГО Заречный «Детский сад комбинированного вида «Детство»
СП «Светлячок»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Бадминтон для дошкольников»**

Уровень - базовый
Возраст обучающихся - 5-7 лет.
Срок обучения – 2 года.
Срок реализации программы – 2024-2026 год

Автор - составитель:
Тимергалиева А.В.
педагог дополнительного образования

г. Заречный, 2024год

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка.

1.2 Цели и задачи.

1.3 Принципы организации деятельности на занятиях.

1.4 Планируемые результаты.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Первый год обучения (старшая группа ДОО, 5–6 лет).

2.2 Второй год обучения (подготовительная к школе группа ДОО, 6–7 лет).

2.3 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Учебный план.

3.2 Календарный учебный план

3.3 Режим занятий

3.4 Примерный перечень материалов и оборудования

3.5 Перспективное планирование

Перечень литературных источников.

Паспорт ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Бадминтон для дошкольников»

Год разработки	2024 г
цель	укрепление здоровья детей и совершенствование их физического развития, с учетом возрастных и физических особенностей. Всестороннее развитие личности ребёнка, через средства ритмической гимнастики, формирование мотивации детей младшего дошкольного возраста к здоровому образу жизни, через активизацию двигательной активности.
Составитель	инструктор по физической культуре
Задачи	Задачи. 1 курс обучения (5-6 лет) (70 часов) Обучающие: - Знакомить дошкольников с элементами спортивных игр (городки, баскетбол, футбол, волейбол и пионербол). - Формировать у детей навыки планирования и оценки результатов деятельности, умения действовать по правилам (преимущественно на материале подвижных игр), формулировать задачи своего развития. - Знакомить дошкольников с историей игры; учить детей определять важнейшие волевые и физические качества, которыми должен обладать бадминтонист. - Освоить элементы спортивной игры: умение принимать правильную стойку в различных эпизодах игры, выполнять подачу, перемещаться по площадке в соответствии с игровой ситуацией, выполнять простейшие удары по волану и принимать волан. Развивающие: - Развитие физических качеств, обогащение двигательного опыта, совершенствование двигательных умений и навыков детей, выполнение основных движений (ходьба, бег, ползание и лазанье, прыжки, бросание, ловля, метание). - Развитие и укрепление мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног. Воспитательные: - Воспитание потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

	Задачи. 2 курс обучения (6-7 лет) (70 часов) Обучающие: - Учить применять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творчество в двигательной деятельности; поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. - Учить овладевать более сложными приёмами и элементами игры: выполнение прицельных ударов в различных условиях, скоростное перемещение по площадке в соответствии с игровой ситуацией; освоение комплексов упражнений, представляющих собой комбинации различных элементов спортивной игры бадминтон (перемещение по площадке и выполнение атакующего удара, приём атакующего удара с переводом волана на заднюю линию игровой площадки и др.). - Учить анализировать игровую ситуацию, формулировать рекомендации, давать оценку своей игровой (технической и тактической) деятельности и деятельности товарищей. Развивающие: - Развитием физических качеств, обогащением двигательного опыта, совершенствованием двигательных умений и навыков детей, техники выполнения основных движений (ходьба, бег, ползание и лазанье, прыжки, бросание, ловля, метание). - Развивать координацию движений и способность ориентироваться в пространстве, совершенствовать умение участвовать в разнообразных подвижных играх, играх с элементами соревнования, учить организовывать их; способствовать развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость). Воспитательные: - Воспитание потребности в ежедневной двигательной активности и физическом совершенствовании. - Становление морально-волевых и физических качеств.
Реализуемые образовательные области	Физическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативное развитие
Вид программы	Дополнительное образование Программа модифицированная, составлена на основе методической литературы по физическому развитию дошкольников
Срок реализации	2 года
Возраст воспитанников	5-7 лет
Количество	10 детей в подгруппе

воспитанников	
Форма организации и продолжительность итоговых мероприятий	Подгрупповая, продолжительность совместной деятельности зависит от возрастных особенностей воспитанников -Одиночные и парные игры, смешанные парные игры со счётом. - Организация и проведение соревнований. - Участие в спортивных соревнованиях различного уровня.
Методическое обеспечение	Тимофеева Л.Л. Парциальная программа «Бадминтон для дошкольников». Планирование и конспекты занятий / Л.Л. Тимофеева. — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 168 с.: ил. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК») . Турманидзе В.Г., Фоменко А.А., Турманидзе А.В., Синельникова Т.В. Современные аспекты научно-методического сопровождения оздоровительно-спортивной деятельности с применением элементов бадминтона // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы VII Международной научно-практической конференции (г. Екатеринбург, 28 февраля 2018 г.). Екатеринбург: РГППУ, 2018. С. 247–251

2 Характеристики дополнительной программы «Бадминтон»

2.1. Направленность программы

В Федеральном законе от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ» п.10, статья 75 «Дополнительное образование детей и взрослых» говорится о том, что оно направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формировании культуры здорового и безопасного образа жизни и здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности.

Дополнительная общеразвивающая программа «бадминтон в детском саду» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Санитарно-эпидемиологические требования СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

- Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. № 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

Структурное подразделение «Детский сад «Светлячок» осуществляет образовательную деятельность в интересах ребёнка, общества и государства, обеспечивает охрану здоровья и создание благоприятных условий для разностороннего развития личности, в том числе возможность удовлетворения воспитанников в самообразовании и получении дополнительного образования.

Программа реализуется посредством кружковой работы и направлена на:

- создание эффективной системы выявления и развития способностей, заложенных в ребенке;
- укрепление здоровья детей; развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, ловкость, гибкость);
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физкультурой и спортом, подвижными играми, самостоятельности, к самосовершенствованию.
- удовлетворение потребностей дошкольников в соответствии с их интересами и запросами родителей (их законных представителей).

2.2. Актуальность программы

Ценность дополнительного образования состоит в том, что оно усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует практическому приложению знаний и навыков, полученных в дошкольном образовательном учреждении, стимулирует познавательную мотивацию обучающихся. В условиях дополнительного образования дети могут развивать свой творческий потенциал, навыки адаптации к современному обществу и получают возможность полноценной организации свободного времени.

Бадминтон — одна из самых древних спортивных игр на Земле, ей около трёх тысяч лет. Бадминтон признан олимпийским видом спорта и с 1992 года включён в программу летних Игр. Сейчас в мире насчитывается более 80 миллионов любителей этого вида спорта. Неугасающий интерес к нему определяется тем, что он является удивительно доступным средством развития силы, скоростных качеств, выносливости, улучшения реакции, устранения деформации позвоночника детей. Доказано, что игра в бадминтон позволяет улучшать зрение, воспитывать волевые качества, помогает укреплять здоровье детей и взрослых.

Осознание специалистами широких развивающих возможностей этого вида спорта, доступности и простоты организации обучения, его демократичности, а также интерес детей и взрослых к игре бадминтон обусловили в последние годы рост числа спортивных секций при спортивных и общеобразовательных школах, кружков в ДОО, включение в образовательные программы разных уровней изучения элементов игры.

Программа решает ряд специфических задач.

Общие задачи: укрепление здоровья детей; развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, ловкость, гибкость), интереса к самостоятельным занятиям физкультурой и спортом, подвижными играми, к само-совершенствованию. Важным аспектом образовательного и тренировочного процесса является развитие

психических процессов, обобщённых умений и навыков, мотивационной сферы развития (саморазвития), рефлексивных способностей дошкольников.

К специфическим задачам относится приобретение правильных двигательных навыков, волевых и физических качеств, необходимых для успешного овладения элементами техники и тактики бадминтона; изучение правил игры в бадминтон.

Знаниевый блок программы связан с историей физической культуры и спорта, бадминтона; развивающими возможностями спорта и физической культуры; основными приёмами саморазвития и самоконтроля; с безопасностью тренировочного процесса; личной гигиеной и элементарными методами оказания доврачебной помощи при лёгких травмах.

В настоящей программе предлагаемые комплексы упражнений сгруппированы по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств, а также в соответствии с задачами освоения технических приёмов спортивного бадминтона. Такой подход призван сделать более наглядной для педагога структуру образовательного процесса, помочь отобрать физические упражнения, подвижные игры, тренировочные, рефлексивные задания и задания для самоконтроля с учётом уровня физического развития дошкольников, их половозрастных особенностей, текущих успехов, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Цель задачи и принципы реализации программы

Цель: Общая цель программы – укрепление здоровья детей и совершенствование их физического развития, с учетом возрастных и физических особенностей. Всестороннее развитие личности ребёнка, через средства ритмической гимнастики, формирование мотивации детей младшего дошкольного возраста к здоровому образу жизни, через активизацию двигательной активности.

Обучающие задачи:

1 год обучения	2 год обучения
Общая физическая подготовка связана с развитием физических качеств, обогащением двигательного опыта, совершенствованием двигательных умений и навыков детей, выполнением основных движений (ходьба, бег, ползание и лазанье, прыжки, бросание, ловля, метание), формированием потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. В комплексы разминки включаются групповые упражнения с переходами, ритмическая гимнастика, общеразвивающие упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса, спины, брюшного пресса и ног, статические упражнения. Предполагается освоение элементов спортивных игр	Общая физическая подготовка связана с дальнейшим развитием физических качеств, обогащением двигательного опыта, совершенствованием двигательных умений и навыков детей, техники выполнения основных движений (ходьба, бег, ползание и лазанье, прыжки, бросание, ловля, метание), с формированием потребности в ежедневной двигательной активности и физическом совершенствовании. Ставятся и другие задачи: развивать координацию движений и способность ориентироваться в пространстве, совершенствовать умение участвовать в разнообразных подвижных играх, играх с элементами соревнования, учить организовывать их; способствовать развитию психофизических качеств (ловкость, сила,

(городки, баскетбол, футбол, волейбол и пионербол). Особой строкой выделены формы работы, нацеленные на формирование у детей навыков планирования и оценки результатов деятельности, умения действовать по правилам (преимущественно на материале подвижных игр), формулировать задачи своего развития.

Специальная подготовка направлена на ознакомление дошкольников с историей игры; на помощь в определении детьми важнейших волевых и физических качеств, которыми должен обладать бадминтонист. Дети освоят элементы спортивной игры: умение принимать правильную стойку в различных эпизодах игры, выполнять подачу, перемещаться по площадке в соответствии с игровой ситуацией, выполнять простейшие удары по волану и принимать волан.

На основе личных достижений дошкольников организуются игры-соревнования, в ходе которых осуществляется не только отработка и использование соответствующих качеств и умений, но и знакомство с элементарными правилами проведения соревнований, с практикой судейства.

быстрота, выносливость, гибкость); учить применять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творчество в двигательной деятельности; поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

В подготовительной к школе группе происходит усложнение заданий комплексов разминки. Степень самостоятельности детей при их выполнении возрастает. Подбор упражнений осуществляется в соответствии с индивидуальными особенностями дошкольников. Организуется применение в игровой практике освоенных в старшей группе элементов спортивных игр.

Специальная подготовка включает овладение дошкольниками более сложными приёмами и элементами игры: выполнение прицельных ударов в различных условиях, скоростное перемещение по площадке в соответствии с игровой ситуацией; освоение комплексов упражнений, представляющих собой комбинации различных элементов спортивной игры бадминтон (перемещение по площадке и выполнение атакующего удара, приём атакующего удара с переводом волана на заднюю линию игровой площадки и др.).

Дети учатся анализировать игровую ситуацию, формулировать рекомендации, давать оценку своей игровой (технической и тактической) деятельности и деятельности товарищей. В процессе специальной подготовки происходит освоение простейших приёмов анализа своего физического развития, становление морально-волевых и физических качеств.

Развивающие задачи:

1 год обучения	2 год обучения
• реализовать естественную потребность детей в двигательной активности; • развивать физические качества и интеллектуальные способности (мышление, внимание, восприятие, ориентировку в пространстве)	• Развитие скоростных качеств: • Развитие скоростно-силовых качеств • Развитие координационных способностей • Развитие выносливости

Воспитательные задачи

Первого, второго года обучения
• прививать любовь к спорту, навыки здорового образа жизни; • воспитывать чувство ответственности за себя; • воспитывать нравственные и волевые качества: волю, смелость, активность • воспитывать сплоченность в коллективе, доброжелательное отношение друг к другу

ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ

Программа построена на основе принципов, утверждаемых ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификации) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьёй;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития)

Принципы построения образовательного процесса на основе дополнительной образовательной программы:

- ориентация на ценностные отношения определяет постоянство профессионального внимания педагога к формирующемуся отношению воспитанника к социально-культурным ценностям (человеку, природе, обществу, труду, познанию) и ценностным основам жизни — добру, истине, красоте, здоровью;
- субъектность — принцип, предписывающий педагогу максимально содействовать развитию способности ребёнка осознавать своё «Я» в связях с другими людьми и миром, осмысливать свои действия;
- принятие ребёнка как данности — принцип, определяющий признание за дошкольником права быть таким, какой он есть, ценности его личности; предполагающий сохранение уважения к личности каждого ребёнка вне зависимости от его успехов, развития, положения, способностей;
- соответствие воспитательного вмешательства характеру стихийного процесса становления личности (закон золотого совпадения) определяет поиск «оптимального соотношения воспитательного вмешательства в жизнь растущего человека с активностью воспитуемого» (по Б. М. Бим-Баду);
- субъект-субъектный характер взаимодействия всех участников образовательных отношений, выбор приёмов, методов и форм организации детских видов деятельности, обеспечивающих интеллектуальную, эмоциональную, личностную активность детей, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям воспитанников;
- природосообразность как принцип организации образовательного процесса предполагает, что выбор форм и методов воспитания, обучения и развития детей должен определяться «естественными основаниями», то есть тем, как, в каких формах и видах деятельности, на основе каких механизмов в каждом возрастном периоде происходит приобщение ребёнка к культурным ценностям;
- разнообразие приёмов, методов и форм организации детских видов деятельности, обеспечивающее включение в образовательный процесс и заинтересованное участие детей с различными типологическими и индивидуальными особенностями, уровнями сформированности отдельных аспектов культуры безопасности;
- учёт объективных потребностей, мотивов детей (познавательный интерес, стремление к активности, самоактуализации, самореализации в разных видах деятельности);
- построение образовательного процесса на диагностической основе, позволяющее менять компоненты педагогической системы в соответствии с данными обратной связи (см. также раздел «Планируемые результаты освоения парциальной программы»); с учётом социального развития каждого ребёнка на основе устойчивой обратной связи воспитательной деятельности с характером общественных отношений, обеспечивающих саморегулирование социальных контактов;
- построение образовательной среды, способной обеспечивать весь комплекс потребностей субъектов образовательных отношений, разнообразие вариантов выбора оптимальной траектории развития и взросления личности; создание мотивации активности, условий для самоопределения в разнообразных видах деятельности и во взаимодействии с разными сообществами для амплификации развития дошкольников;
- обеспечение индивидуальной комфортности для всех субъектов образовательных отношений;

— взаимодействие семей воспитанников и ДОО на основе определения объективных оснований сотрудничества по решению задач формирования культуры безопасности.

Программа построена в соответствии с принципами развивающего, личностно-ориентированного обучения, на основе системно-деятельностного подхода. Предполагается совместная с дошкольниками разработка индивидуальных программ развития, системы самостоятельной постановки целей и задач, самостоятельного отслеживания воспитанниками своих результатов. Важным принципом является доступность предлагаемых детям форм работы, возможность успешного участия в них, самостоятельное отслеживание своих успехов и причин временных неудач.

2.4. Возрастные особенности детей

Программа предназначена для детей дошкольного возраста с 5 до 7 лет.

Зачисление в группы для занятий по Программе осуществляется в заявительном порядке, в соответствии с договором об оказании дополнительных бесплатных образовательных услуг между родителями и образовательной организацией в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», статья 75 «Дополнительное образование для детей и взрослых»).

Характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста

К старшему дошкольному возрасту относятся дети с 5 лет и до 7 лет — 7 лет.

В этом периоде детства продолжается заметный рост тела ребенка в длину. В среднем рост семилетних детей равен примерно 113—115 см. За два года — с 5 до 7 лет — ребенок вырастает на 15 см.

Средний вес 6—7-летнего ребенка равен 21—22 кг. С 5 до 6 лет он увеличивается на 2,1—2,2 кг. С 6 до 7 лет — на 1,7— 1,8 кг.

Возраст	Особенности развития
5-6 лет	Совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость. Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.
6-7 лет	Формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелазать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время

движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают упражняться в статистическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

В Программе учитываются:

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования;
- возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

2.5. Объем занятий (неделя/месяц)

Длительность занятий зависит от возраста детей, устанавливается в соответствии с Сан ПиН

Возраст	Максимально допустимый объём занятий в неделю/ месяц	
5-6 лет	25-30 минут	100-120 минут
6-7 лет	30 минут	120 минут

СТРУКТУРА И ОБЪЁМ ЗАНЯТИЙ

№	Части занятия	Цель	Формы работы	Продолжительность
1	Разминка	- вовлечение в совместную деятельность; - развитие интереса у детей к предстоящей деятельности и сосредоточение внимания на предстоящей деятельности - развитие внимания, способности к	- несложные игровые задания, - упражнения на развитие внимания, - творческие задания.	Старшая и подготовительная группа – 4-6 минут

		его распределению и переключению; - гимнастики для глаз; - дыхательные упражнения		
2	Основная часть	- отработка элементов спортивных игр, развитию важнейших физических качеств. - развитие коммуникативных способностей, - формирование обобщённых навыков, рост степени осознанности в выборе целей учения, развития, повседневной жизни	- общеразвивающие упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств, - обучение основным видам движений, - игры большой и средней интенсивности.	Старшая группа – 20 мин Подготовительная группа – 25 мин
3	Игра/рефлексия	- позитивный анализ проделанной работы	- игры малой подвижности, - несложные игровые задания	Старшая и подготовительная группа – 4-5 минут

2.6. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Раздел ы	Этапы	Содержание программы
1	Первы й год обуче ния	Знания	Из истории бадминтона. Спортивный инвентарь и форма для игры в бадминтон. Личная гигиена начинающего спортсмена. Основы безопасности и правила поведения во время тренировки. Элементарные правила доврачебной помощи. Важнейшие волевые и физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость и др.) спортсмена-бадминтониста, упражнения, нацеленные на их развитие.
		Общая физическая подготовка	Ходьба. Бег. Ползание, лазанье, равновесие Прыжки. Предметно-манипуляторная деятельность рук. Элементы баскетбола Элементы футбола Элементы волейбола Подвижные игры и эстафеты Упражнения дыхательной гимнастики Гимнастика для глаз Дополняет развивающее Развивающие игры и тренировки Упражнения для выработки скоростной выносливости Самоподготовка Техническая подготовка Знакомство со счётом при одиночной игре. Просмотр и обсуждение видеозаписей игр профессионалов Знакомство с игрой пионербол, элементами спортивных игр баскетбол и волейбол.
2	Вто рой год	Знания. Твой организм.	Ходьба. Бег.

	обучения	Предупреждение травматизма во время занятий.	Ползание, лазанье, равновесие. Прыжки Предметно-манипуляторная деятельность рук. Элементы баскетбола Элементы футбола Элементы волейбола Подвижные игры и эстафеты Игры и тренинги на развитие различных функций и видов внимания, памяти, восприятия, логического мышления. Упражнения дыхательной гимнастики Гимнастика для глаз Упражнения для выработки скоростной выносливости Самоподготовка Техническая и тактическая подготовка Одиночные и парные игры, смешанные парные игры со счётом. Анализ и работа по устранению ошибок в игре. Экскурсии, походы
--	----------	--	---

2.7. МЕТОДЫ И СРЕДСТВА

Бадминтон

Упражнения и игры с ракеткой и воланом, элементы спортивной игры бадминтон способствуют укреплению мышц рук, развитию у детей таких ценных качеств, как быстрота, ловкость, выносливость, точность и координация движений, глазомер.

Ознакомление с воланом

Детей знакомят с устройством волана, демонстрируют хвост и головку, поясняют назначение его составных элементов (держат волан за хвост, а удар наносят по головке).

Как держать ракетку*

Ракетка имеет следующие части: головка, шейка и рукоятка. Ракетку держат ведущей рукой четырьмя пальцами снизу, а большим пальцем сверху, точно так же, как молоток за конец ручки. Чтобы лучше управлять ракеткой, пальцы слегка расставляют вверх по ручке. При этом кисть не должна быть закреплена. Пальцы лишь слегка сжимают ручку. Такой хват создаёт условия для активной работы кисти при любых ударах.

Для детей до 12 лет существуют специальные ракетки с укороченной шейкой и более удобной для детской руки ручкой.

Существуют понятия «открытая» и «закрытая» стороны ракетки. Если удар по волану наносится так, как показано на рисунке (рис. 1), задействована открытая сторона ракетки. Закрытая сторона чаще используется при ударах слева.

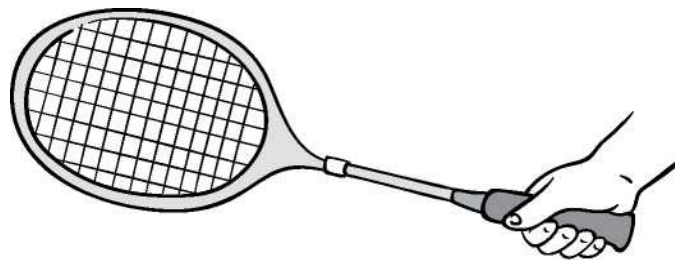


Рис. 1. Хват ракетки

* Здесь и далее даётся описание выполнения упражнений и игровых действий для правшей.

Высокая, средняя, низкая стойка и перемещение

При приёме подачи ребёнок располагается лицом к сетке, ноги немного согнуты. Вес тела распределён равномерно на передней части стопы. Плечевой пояс слегка смещён вперёд. Ракетка в согнутой в локте руке расположена на уровне бедра.

Игрок перемещается по площадке вперёд, назад и в сторону беговыми или мелкими приставными шагами. Необходимо научить детей делать выпад вперёд. С одной стороны — он должен быть максимально глубоким, с другой стороны — такой, из которого легко вернуться в основную стойку. Основные требования к перемещению — быстрота, лёгкость, своевременность. В ходе игры ребёнок должен всегда стараться возвращаться к центру поля.

Подача



Рис. 2. Стойка при подаче волана

При обучении дошкольников преимущественно используется подача открытой стороной ракетки. При подаче волана ребёнок встаёт в центр поля левым боком к сетке, левую ногу ставит вперёд, вес тела переносит на правую ногу. Волан держит левой

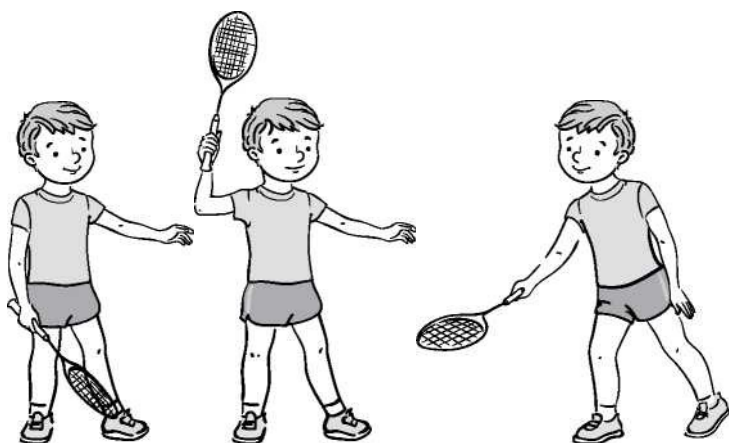
рукой за перья. Рука с ракеткой согнута в локтевом суставе и отведена назад и вверх (рис. 2). Игрок ударяет в колпачок волана сеткой ракетки. После подачи ребёнок поворачивает туловище к сетке, одновременно перенося тяжесть тела с правой ноги на левую.

Удары

В бадминтоне удары выполняются разнообразными способами. Их принято условно делить на три группы (рис. 3):

- 1) по отношению к стороне ракетки, которой они выполняются (удар открытой стороной ракетки — справа и закрытой стороной ракетки — слева);
- 2) по месту отражаемого удара по отношению к телу принимающего (нефронтальные — волан летит выше игрока, фронтальные — на уровне тела игрока);
- 3) по характеру траектории полёта волана (удары сверху, сбоку, снизу).

Рис. 3. Три группы ударов в бадминтоне



Общие упражнения для обучения технике игры

1. Подбросить волан вверх, хлопнуть в ладоши и поймать его.
2. Подбросить волан вверх, повернуться вокруг своей оси и поймать его.
3. Подбросить волан вверх и поймать одной рукой (правой, потом левой).
4. Подбросить волан вверх левой рукой и поймать его правой. Затем наоборот.
5. Научиться правильно брать и держать ракетку.

6. Имитация разных движений ракеткой (без волана).
7. Ударить ракеткой по подвешенному на верёвке волану (высоту волана следует менять).
8. Отбить волан ракеткой вверх несколько раз подряд.
9. Отбивать волан ракеткой вверх, продвигаясь маленькими шагами вперёд.
10. Подбросить волан одной рукой вверх и ударить по нему центром струнной поверхности ракетки, находящейся в другой руке.
11. Один ребёнок подбрасывает волан рукой вверх, а другой отбивает его ракеткой.
12. Один ребёнок бросает волан рукой стоящему напротив игроку (расстояние 2—3 м), необходимо отбить волан ракеткой. Ребёнок, бросивший волан, ловит его на лету руками. Упражнение повторяется. Через несколько минут дети меняются ролями.
13. Двое детей с ракетками становятся друг против друга на расстоянии 3—4 м. Один ребёнок подаёт волан, а другой отбивает. После нескольких минут игры дети меняются ролями.
14. Набивание волана открытой и закрытой стороной ракетки.
15. Тренировка в выполнении подачи.
16. Тренировка в выполнении приёма и различных видов ударов.
17. На высоте 130 см натягивается сетка. Дети распределяются по два и встают с двух сторон от сетки, по очереди подают и отбивают волан через сетку.

Контроль ошибок

На начальном этапе преобладают ошибки, связанные с техникой выполнения основных элементов игры.

- 1) Неверный хват ракетки, изменение хвата в ходе игры. Важно с первых занятий научить детей приёмам самоконтроля, включить элемент проверки положения ракетки в руке в выполнение любых упражнений.
- 2) Нарушение траектории движения руки и ракетки, принятие неправильной стойки при выполнении подачи. Сохранение этой группы досадных ошибок ощутимо тормозит обучение. Нельзя начинать освоение ребёнком новых элементов игры, если не освоена техника выполнения подачи. Преодолению проблем, возникающих при выполнении подачи, способствует использование разнообразных игровых заданий и упражнений, в которых создаются условия, исключающие или сводящие к минимуму возможность ошибочных действий.

Также большое значение имеют дополнительные задания и вопросы, обеспечивающие самоконтроль при выполнении подачи. Это система предварительной подготовки к выполнению подачи, игры «Подача под диктовку», «Куда полетит волан?» и «Найди ошибку», работа детей-консультантов.

- 3) Ошибки при жонглировании в основном связаны с неверным положением ракетки относительно тела игрока (дети пытаются принимать волан слишком высоко — на уровне лица и выше), неумением регулировать силу удара, принимать волан центром струнной поверхности ударной стороны ракетки, двигаться за воланом, мобильно меняя скорость, направление и технику перемещения.

Ошибки при приёме волана связаны с неумением выбрать необходимый вид удара. Это в свою очередь объясняется невысоким уровнем развития глазомера, небольшой точностью определения ожидаемой точки встречи ракетки с воланом, сохранением тенденции пытаться принимать волан, не сходя с места, меняя положение ракетки в руке.

- 4) Традиционно сложной является работа тренера по обучению детей различным видам ударов. Эта деятельность требует высокого уровня развития координации движений, глазомера, умения быстро и технично перемещаться к точке площадки, оптимальной для приёма волана. Способность принимать быстрое решение о выборе определённого вида удара и производить техничные действия приходит с опытом. Остальные элементы выполнения ударов необходимо отрабатывать постепенно, придерживаясь единой системы и индивидуального подхода.

Важно научить детей не отводить взгляд от волана до момента нанесения удара, сохранять правильное положение тела и руки в момент удара, контролировать амплитуду и силу производимого удара, посылать волан в нужном направлении движением головки ракетки.

5) Ошибки, связанные с перемещением и положением игрока на площадке. Увлекаясь игрой, дети забывают возвращаться к центру площадки или начинают движение, ещё не завершив удар.

Общий принцип выбора индивидуальных заданий при столкновении с проблемами дошкольников связан с необходимостью разделять собственно ошибки (то есть принципиально неправильное выполнение движений, элементов игры) и недостаточно освоенные действия.

Общие рекомендации

Обучение детей игре в бадминтон нужно начинать с подготовительных упражнений с воланом, ракеткой, воланом и ракеткой, упражнений, развивающих подвижность и эластичность лучезапястного сустава.

Важно научить дошкольников следить за воланом глазами и стараться попасть по волану центром струнной поверхности ударной стороны ракетки. Начинать работу стоит с имитационных упражнений, при выполнении которых осваивается принятие определённой игровой стойки, последовательность и техника выполнения движений. Необходимы упражнения, помогающие детям найти правильное положение ракетки при ударе. После освоения удара открытой стороной ракетки выполняются удары закрытой стороной. По мере освоения ударов игрокам нужно научиться регулировать дальность, скорость, траекторию полёта волана, освоить навык произведения всё более прицельных ударов, подбирая необходимые условия (сила удара, положение тела и ракетки при замахе и ударе).

При выполнении подачи нужно обращать внимание детей на то, что ракетка в момент соприкосновения с воланом не должна подниматься выше пояса. Для обучения подаче можно натянуть на высоте пояса верёвку и подвесить к ней воланы. Ребёнок встаёт так, чтобы носок впереди стоящей ноги находился под верёвкой, и наносит удар по волану. Движение ракетки заканчивается на высоте верёвки. Повторив подачу много раз, дошкольники осваивают правильное движение руки, держащей ракетку. Параллельно другой рукой детям нужно имитировать отпускание волана.

Стоит отметить, что начальный этап освоения элементов спортивного бадминтона чаще всего бывает непростым, так как игра требует наличия определённого уровня координации движений, ловкости, внимания, терпения. Индивидуальная работа по освоению приёмов редко кажется дошкольникам увлекательной. В то же время работа в паре требует терпимости и умения ждать. В соответствии с этим педагогу необходимо комбинировать разные приёмы обучения, выбирая для начала самые простые, доступные, эффективные, интересные.

Готовясь к неизбежным трудностям некоторых своих подопечных, стоит предусмотреть разные формы коррективной работы, поддержки детей, обеспечения им ситуации успеха в других видах деятельности — организации разминки, подвижных игр, шуточных соревнований, комментирования упражнений и т.д.

Гимнастика для глаз

Игра в бадминтон позволяет тренировать глазные мышцы, что имеет эффект профилактики развития близорукости, других заболеваний. Особый блок гимнастики для глаз используется для развития внимания, глазомера, формирования способности следить за движущимся предметом, ориентироваться в пространстве, а также для усиления профилактического и терапевтического эффекта занятий. Данные упражнения помогают снять утомление глаз, нервной системы.

Упражнения гимнастики для глаз могут использоваться автономно или составлять единый комплекс с упражнениями разминки, творческими заданиями, отработкой элементов спортивных игр.

Общие правила выполнения упражнений для глаз:

гимнастику для глаз удобно делать сидя;

необходимо сохранять неподвижность головы;

каждое упражнение нужно выполнять не менее 5 раз;

после выполнения каждого упражнения нужно несколько раз моргнуть и для отдыха закрыть глаза.

Удобна практика использования стандартных ориентиров, связанных с разметкой зала, положением отдельных предметов.

Упражнения гимнастики для глаз

1. Упражнение «Вверх-вниз», или «Покрась стену». Голову нужно держать прямо. Сначала осуществляется движение глазами вверх- вниз. Затем взгляд обращается к верхнему левому от ребёнка углу зала и движения вверх-вниз продолжаются с одновременным перемещением взгляда вправо. Таким образом, стена, перед которой он стоит, как бы «прокрашивается взглядом».
2. Упражнение «Маятник». Нужно перемещать взгляд вправо- влево строго горизонтально. Можно приговаривать «тик-так».
3. Упражнение «Конвертик». Смотреть в правый верхний угол, затем — в левый нижний, затем — в левый верхний угол, затем — в правый нижний. В заключение нужно обвести взглядом края воображаемого конверта.
4. Упражнение «Убежавшие часы». Быстро вращать глазами по часовой стрелке, затем против часовой стрелки.
5. Упражнение «Нарисуй глазами». Детям предлагается обвести взглядом контуры предмета, несложный рисунок, «нарисовать глазами» буквы, цифры, предмет.
6. Упражнение «Не упусти муху!». Детям нужно переводить взгляд согласно координатам, задаваемым водящим. Например: правый верхний угол, левый нижний угол. Можно называть предметы, расположенные на стене, и т.д.
7. Упражнение «То далеко, то близко. То высоко, то низко». В соответствии с названием упражнения водящий задаёт объект, на котором фокусируется взгляд.

2.8. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В соответствии с основной образовательной программой, принятой в ДОО, и общими подходами к проведению диагностических мероприятий выявляется уровень физического развития по ряду показателей.

Например:

- техника выполнения основных движений, их точность и выразительность;
- развитие физических качеств;
- сформированности умения соблюдать заданный темп в процессе ходьбы и бега;
- развитие координации движений;
- сформированности умения правильно и чётко выполнять разные виды упражнений в бросании, ловле, метании мяча и различных предметов;
- сформированности умения правильно оценивать свои силы и возможности при реализации двигательных задач, наблюдать, сравнивать и анализировать движения;
- сформированности умения ставить задачу и находить наиболее рациональные способы ее решения;
- сформированности умения самостоятельно регулировать двигательную активность;
- развитие способности ориентироваться в пространстве.

В результате освоения парциальной программы у дошкольников могут быть сформированы:

- представления о правилах безопасного для себя и окружающих поведения в ходе тренировок в спортивном зале и на открытой игровой площадке; об истории спортивной игры бадминтон; о правилах, технике и тактике игры;
- умения:
 - соблюдать правила безопасности при транспортировке инвентаря, в ходе выполнения упражнений, игровой практики;

- использовать представления о технике и тактике игры в ходе отработки приёмов игры, в игровых ситуациях, в игровой практике;
- организовывать свой досуг и активный отдых сверстников, используя освоенные знания и умения;
- действовать в соответствии с игровой ситуацией;
- оценивать соответствие действий правилам игры и правилам безопасности;
- технично выполнять действия, связанные с отдельными элементами игры (см. таблицу).

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Педагог дополнительного образования:

- осуществляет деятельность, соответствующую программе дополнительного образования;
- комплектует состав обучающихся в группы (подгруппы), принимает меры по сохранению контингента обучающихся в течении всего срока обучения;
- обеспечивает сохранность и эффективное использование оборудования, технических средств обучения, расходных материалов;
- проводит занятия с учётом психолого-педагогических особенностей детей, применяет индивидуальный подход к воспитанникам, развивает у детей способом познавательной и практической деятельности, личностного развития, умения и навыков учебного труда, интересов к занятию;
- составляет планы, информационные материалы о возможностях и содержании дополнительной образовательной программы т предоставляет её при проведении мероприятий по привлечению детей ДОУ;
- организует разные виды деятельности, направленной на освоение дополнительной образовательной программы, ориентируясь на их личность;
- оценивает эффективность результатов и представляет характеристику итогов деятельности, отражающую степень их соответствия обозначенным целям и существующим нормам;
- оказывает, дополняет, расширяет, углубляет знания и навыки, полученные в ДОУ, способствует развитию интересов, талантов, и способностей детей, через разнообразные формы обучения;
- обеспечивает охрану жизни и здоровья воспитанников, обучен и имеет навыки в оказании первой помощи, знает состояние здоровья детей и детей с ОВЗ;
- обеспечивает проведение занятий в соответствии с программой и тематическим планированием

3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Срок реализации программы

2 года

3.2. Календарный учебный план

3.1. Учебный план. Первый год обучения (возрастная группа детей 5-6 лет)

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				Кол-во всего заняти й							
неделя	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4												
№ занятия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4									
Диагностика	2																																2		4									
Общая физическая подготовка		2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	К	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1		1	60								
Экскурсии/походы					1																										1				2									
Знаниевый компонент			1										1											1												3								
Заключительные соревнования																																		1		1								
Итого в месяц	8				8				8				8				6				8				8				8				8				8				70			

Второй год обучения группа (возрастная группа детей 6-7 лет)

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				Кол-во всего заняти й
неделя	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
№ занятия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4		
Диагностика	2																															2			4		
Общая физическая подготовка		2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	К	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2		1	1	60	
Экскурсии/походы					1																														1		
Знаниевый компонент			1										1											1											3		

Заключительные соревнования																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
-----------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.3. Расписание занятий

Возраст	Продолжительность (мин.)	Время проведения
5-6 лет (старшая группа)	25-30	15.30-15.55 16.00-16.25
6-7 лет (подготовительная группа)	30-35	15.30-16.00 16.05-16.35

3.4. Тематические планы занятий

Календарно- тематическое планирование

Первый год обучения

Месяц	название	Содержание
Сентябрь	Занятие 1	Знакомство с детьми. Ознакомление с игрой спортивный бадминтон. Совместное с детьми выявление физически и личностных качеств, необходимых бадминтонисту. Знакомство с историей бадминтона. Ознакомление с назначением разминки правилами её проведения, правилами безопасности и личной гигиены. Разминка в форме игры «Если нравится тебе, делай так». ОСНОВНАЯ часть занятия. Хват ракетки (упражнение «Молоток»), выполнение подачи (игра «Раз, два, три — на месте замри», упражнение (с подвешенным воланом, игровое упражнение «Колокол»). Взаимодействие с семьей воспитанников: отработка упражнений с подвешенным на верёвке воланом. Знакомство с комплексом упражнений утренней зарядки, заданиями.
	Занятие 2	Знакомство с разными по форме и назначению видами приветствия. Упражнение «Надуем шар», игра «Энергическое кольцо». Игра «Соблюдайте очередь!». Разминка включает отработку правильного выполнения упражнений утренней зарядки. Основная часть занятия. Упражнение «Набивание волана» открытой и закрытой стороной ракетки. Подача «под диктовку». Практика формулировки советов. Взаимодействие с семьёй: придумывание упражнений для весёлой разминки по разным темам. Например: «Лесные животные», «Перелётные птицы», «Весёлые клоуны» и т.д.

	Занятие 3	Игра «Два прихлопа» (вариант игры «Энергетическое кольцо»), игра «Волны». Разминка проводится одним из детей. Основная часть занятия. Упражнения утренней зарядки. Игра «Есть контакт», игра «Горячая картошка». Подача «под диктовку» и подача на оценку.
	Занятие 4	Игра «Энергетическое кольцо». Разминка с использованием упражнения «Все вместе». Основная часть занятия. Работа в микрогруппах, отработка элементов спортивных игр: передача и приём волана, мяча, набивание волана, баскетбольного мяча. Эстафета «Три корзины» — передачи мяча с предварительным установлением контакта с партнёром. Игра «Кто больше?».

Октябрь	Занятие 5	Вариант игры «Энергетическое кольцо», игра «Волны» Разминка. Пантомимы-загадки, подготовленные детьми, домино дополняются соответствующими литературными и народными загадками. Основная часть занятия. По результатам предыдущих занятий совместно с детьми подбираются индивидуальные задания (из раздела общефизической подготовки, упражнения на выполнение подачи приёма сверху, набивание волана открытой и закрытой стороной ракетки). Игра «Меткий стрелок» — командный турнир.
	Занятие 6	Вариант игры «Энергетическое кольцо». Совместное с детьми определение плана предстоящей работы. В основе разминки «Упражнения на белой линии». Основная часть занятия. Игра «Меткий стрелок» на счёт, выбираются детиконсультанты. Игра «Ловись, рыбка».
	Занятие 7	Разминка на основе игры «Страна Наоборот». Основная часть занятия. Совместное с детьми определение круга упражнений, которые помогают научиться прицельно выполнять подачу, удар, принимать волан сверху. Упражнения: «Набивание волана», «Жонглёры», игра «Меткий стрелок» в группах из четырёх человек.
	Занятие 8	План занятия представлен в пантомиме- разминке . Основная часть занятия. Эстафеты на ведение волана набиванием и подачами: «Улитки», «Кузнечики». Произвольная игра с использованием упражнений в набивании, ловле, передаче мяча. Упражнение «Магический квадрат».
Ноябрь	Занятие 9	Разминка «Пифагор», игра «Больше — меньше». Основная часть занятия. Эстафета «На все руки мастера». Работа в парах на основе индивидуальных заданий под руководством детей – тренеров.
	Занятие 10	Дети составляют план предстоящего занятия. Разминка на основе игры «Язык свиста». Основная часть занятия. Комментирование детьми пантомимы «Ошибки». Составление простейших игровых комбинаций. Игра «Спасайся, кто может!».

	Занятие 11	Дети составляют друг для друга игровые комбинации. Разминка. Выполнение базовых упражнений организуется детьми самостоятельно. Упражнения выборочно комментируются. Игр «Летит по небу шар». Основная часть занятия. Упражнение «Повороты», игровое упражнение «Конвейер». Вводится практика выбора судей.
--	------------	--

	Занятие 12	Форма проведения занятия — мастер-класс. Игра «Летит, летит по небу шар». «Интеллектуальная» разминка «Наклоны». Основная часть занятия. Игра «Я — детектив». Составление и разыгрывание детьми игровых комбинаций.
Декабрь	Занятие 13	«Интеллектуальная» разминка «Повороты». Основная часть занятия. Игровое задание «Я — детектив». Изучение тактического назначения освоенных элементов игры. Анализ игровых ситуаций. Игра «Морская фигура, на месте замри!». Игра «Минус пять».
	Занятие 14	Отгадывание детьми по символическим рисункам какие виды деятельности запланировал педагог на занятии. «Интеллектуальная» разминка «Сгибание». Основная часть занятия. Эстафета «На все руки мастер», игра «Необычная рыбалка».
	Занятие 15	Создание микрогрупп под руководством детей - тренеров. «Интеллектуальная» разминка «Вращение». Основная часть занятия проводится в форме мастерклассов. Игра «Не зевай!».
	Занятие 16	Дети принимают участие в формулировке правил различных игр. Разминка проводится водящим в рамках единой темы. Основная часть занятия. Игровое упражнение «Пенальти», упражнение «Вперёд!», игровое упражнение «Пересылка».
Январь	Занятие 17	Работа в тренировочных группах под руководством детей-тренеров. Разминка «Круг превращений», игра «Кто летает, кто плавает, кто ползает...». Основная часть занятия проводится в форме мастер-классов. Минисоревнование на базе освоенных детьми комбинаций. Игровое упражнение «Пенальти».
	Занятие 18	«День пионербола». Ознакомление детей с сутью и правилами игры пионербол, отработка перехода игроков на новые игровые места. Разминка дополняется упражнениями, направленными на освоение элементов игры пионербол. Основная часть занятия: игра «Есть контакт», игра «Снежная крепость», игра пионербол по упрощённым правилам. Выбираются капитаны и судья.

Февраль	Занятие 19	План занятия составляется с учётом предложенных детьми подвижных игр. Разминка «Деля-неделя». Основные часть занятия. Подвижная игра с мячом проводится назначенным ведущим. Игра пионербол по упрощённым правилам. Свободы игра в бадминтон в парах.
	Занятие 20	Проводится разминка по выбору детей. Основная часть занятия. Подвижная игра с мячом проводится детьми самостоятельно. Игра «Магический квадрат» с мячом, с ракетками и воланом в форме соревнования. Упражнение «В четыре руки». Свободная игра в бадминтон в парах.
	Занятие 21	Разминка «Фигуры». Игра «Не зевай!». Основная часть занятия. Свободная игра в бадминтон в парах; в четвёрках. Отработка элементов спортивных игр по индивидуальным заданиям.
	Занятие 22	Формирование группы под руководством детей - тренеров в соответствии с результатами дошкольников. Разминка «Фигуры», игровое задание «Живые узоры». Основная часть занятия проводится в форме мастер-классов.

Март	Занятие 23	Дети должны определить ход предстоящего занятия по результатам игры «Найди подсказку». Разминка «Фигуры», игровое задание «Геометрические узоры». Основная часть занятия. Игровое упражнение «Конвейер». Игра пионербол по упрощённым правилам: капитаны организуют выполнение тренировочных упражнений.
	Занятие 24	Работа строится по заданиям, составленным детьми друг для друга. Разминка «Круг превращений». Основная часть занятия. Пары детей работают по индивидуальным заданиям. Дошкольники самостоятельно проводят подвижные игры.
	Занятие 25	Работа планируется на основе карточек, составленных детьми. Разминка «Крылья, ноги и хвосты». Основная часть занятия. Игровое упражнение «Ваньки-встаньки». Свободная игра в парах в бадминтон с соблюдением основных правил. Дидактическая игра «Продолжи предложение».
Апрель	Занятие 26	Подготовка к предстоящим соревнованиям. Упражнения разминки по очереди предлагают все дети группы. Основная часть занятия. Эстафета «На все руки мастер» дополняется заданиями, требующими концентрации внимания, согласованности действий, быстроты реакции, четкого понимания инструкции. Игра «Горелки».
	Занятие 27	Спартакиада. 1-й тур (теоретический). 2-й тур. Упражнения общей физической подготовки (ОФП) (конкурс «Кто больше?!»); конкурс «Самый меткий».
	Занятие 28	3-й тур. Пионербол. Отработка выполнения в движении освоенных детьми ЭЛЕМЕНТОВ спортивных игр бадминтон и баскетбол. Разминка проводится командой, победившей в спартакиаде. Основная часть занятия. Игра «Крабы» с ракетками и воланом.
	Занятие 29	День Левши. Разминка «Левой, левой». Основная часть занятия. Эстафета «Мастер Левша». Игровое упражнение «Пересылка». Игра «Белая линия».
Май	Занятие 30	Разминка совмещается с игрой «Подсказки». Основная часть занятия. Игра «Журчит ручеёк», упражнение «Лодочки». Игра «Крабы», игра «Зигзаг».
	Занятие 31	День загадок. В содержание занятия включаются загадки из слов, символов, загадки-пантомимы. Разминка «Войди в ритм». Основная часть занятия. Игра «Три подсказки». Упражнения: «Сверху — снизу», «Перекат». Игра «Горячая картошка».

Второй год обучения

Месяц	Название	Содержание
Сентябрь	Занятие 1	Разминка строится на основе символьных загадок и рисунков, предложенных детьми. Основная часть занятия. Упражнение «Сверху — снизу». Игра «Спортлото». Игра «Заколдованные восьмёрки».

	Занятие 2	Совместно с детьми составляется план занятия на основе выбранных дошкольниками видов деятельности. Разминка «Войди в ритм». Основная часть занятия. Игра «Воздушны змей». Проводятся игры и организуются виды деятельности, выбранные детьми.
	Занятие 3	День запретов. Разминка с элементами спортивной ходьбы. Эстафета «Гонцы». Основная часть занятия. При выполнении различных упражнений вводятся запреты, связанные с техникой выполнения упражнений и заданий. Игра «Запретные слова».
	Занятие 4	Рассматриваются предложения детей о проведении игр с «запретами». Разминка «Страна Наоборот». Основы часть занятия. Игра в бадминтон пара на пару: техника, тактик, правила. Игра «Болотце».

Октябрь	Занятие 5	День друга. Разминка «Не разлей вода», игра «Страна Наоборот». Основная часть занятия. Игра в бадминтон пара на пару, отработка технических и тактических находок детей. Эстафета «Один за всех и все за одного». Игра «Кошка и курица». Игра «С кочки на кочку». Игра «Ваньки-встаньки» проводится капитанами команд.
	Занятие 6	Организуются мини-соревнования по бадминтону. Разминка. Игра «Повелитель чисел». Основная часть занятия. Выбираются судьи, определяются задания для болельщиков, повторяются правила проведения соревнований. Игра идёт до 7 очков или 5 минут в зависимости от уровня игры детей. Разработка и вручение медалей.
	Занятие 7	«Жили-были Ох и Ах». Разминка в стиле Ох, и Аха. Основная часть занятия. Эстафета «На все руки от скуки». Ведение баскетбольного мяча, остановка, бросок в кольцо. Передача баскетбольного мяча разными способами. Упражнения: «Не урони», «Достань волан».
	Занятие 8	«Лесная разминка» проводится детьми в форме игры «Круг превращений». Основная часть занятия. Повторение основных элементов игры волейбол. Игра в бадминтон в парах. Эстафета «Во лесочке, у реки».
Ноябрь	Занятие 9	Разминка. Актуализация знаний детей о представителях разных видов спорта. Основная часть занятия. Освоение детьми атакующего удара «смеш»: комплекс движений туловища и руки, особенности перемещения по площадке, тактика использования атакующих ударов, правила безопасности. Отработка удара в парах.
	Занятие 10	Разминка. Игра «Быстрые звуки». Основная часть занятия. Отработка движений, выполняемых при нанесении атакующего удара. Отработка «смеша» в парах. Игра «А вам слабо?!».
	Занятие 11	«На все руки мастер». Разминка в форме игры «Если нравится тебе, то делай так». Основная часть занятия. В форме игры «Назвался груздем, полезай в кузов» проводится отработка различных вариантов перемещения по площадке. Подготовка к конкурсу «А вам слабо?!».
	Занятие 12	«А вам слабо?!». Разминка «Делай как я». Основная часть занятия. Дети (или пары игроков) по очереди организуют участие всех членов группы в подготовленных ими конкурсах.

Декабрь	Занятие 13	«Делай как я». Детям предлагается по названию догадаться, как будет проходить занятие. Разминка проводится в форме игры «Зеркала». Основная часть занятия. Игра в бадминтон в парах, повторение основных элементов и правил игры. Дети придумывают варианты игры с воланом и ракетками под девизом «Делай как я». Игра «Зигзаг». Игра «Проводник».
	Занятие 14	День командных соревнований. Разминка, игра «Тень» базе различных тематических блоков. Основная часть занятия. Командный турнир по бадминтону. Игра «Сломанный телефон».
	Занятие 15	Командные соревнования. Разминка проводится в форме игры «Тень» на основе загадок. Основная часть занятия. Эстафета «Быстрый и меткий»: ведение мяча и бросок в кольцо. Повторение элементов волейбола: общая работа группы, работа в парах. Игра пионербол с элементами волейбола.
	Занятие 16	Десятиборье. Рассказ педагога о десятиборье и десятиборцах. Соревнования: подтягивание, подъём туловища из положения лежа, прыжки через скакалку, прыжок с места в длину прицельный удар, подача, переброс с ракетки на ракетку, набивание баскетбольного мяча, бросок в кольцо, пионербол.
Январь	Занятие 17	«Счетоводы». Детям предлагается «количественно» оценить свои успехи в освоении различных элементов спортивного бадминтона. Разминка. Игра «Вспышка молнии». Основы часть занятия посвящается определению ряда количественных показателей: набивание волана в движении, стоя на месте, открытой и закрытой стороной ракетки; набивание волана в паре; попадание в выделенные зоны площадки с подачи или атакующим ударом. Игра «Утро, день, вечер, ночь». Взаимодействие с семьёй: подготовить приятные сюрпризы для своих товарищей.
	Занятие 18	День сюрпризов. Разминку проводят дети. Игра «Шлагбаум». Основная часть занятия. Игровое упражнение «Жонглёры» (или игровое упражнение «Лошарики»), Игровое упражнение «Сюрприз в корзине». Игра «Весёлый футбол».
Февраль	Занятие 19	«Все любят цирк». Педагог предлагает воспитанникам придумать и подготовить программу, подобную цирковой, используя свои спортивные достижения. Разминка «Парад-але». Основная часть занятия. На основе знакомых детям упражнений проводятся игры: «Жонглёры», «Дрессированный мяч», аттракцион «Горящий обруч». Игра «Собачки». Игра «Ручной волан».
	Занятие 20	По договорённости с детьми организует индивидуальная работа по подготовке номеров «цирковой» программы. Разминка «На белой линии». «Жонглирование» мячами. Основная часть занятия. Свободная игра в бадминтон в парах. Организация подготовки детьми номеров к празднику.

	Занятие 21	«Цирк зажигает огни». Праздник включается в канву общих спортивных мероприятий. Первое отделение: «жонглёры» с мячами, «дрессировщики» с отдельными командами, «акробаты» с «ручным воланом». Игра со зрителями «Бегущий мяч». Второе отделение: «жонглёры» с ракетками и воланом. «Дрессировщики» и «акробаты» с «ручным воланом». Мини-турнир по бадминтону или пионерболу между командами, которые образованы из артистов и зрителей.
	Занятие 22	Разминка проводится детьми по очереди. Основная часть занятия. Игра в бадминтон в парах с использованием второй ракетки, выполнение стандартных упражнений. Игра «Квадраты» с использованием двух ракеток и волана; с волейбольным мячом. Игр «Смеш». Объявляется конкурс загадок о спортивных играх, инвентаре, различных видах спорта.
Март	Занятие 23	День загадок. Задания строятся на основе загадок. Разминка с использованием подготовленных детьми загадок. Основная часть занятия. Дети загадывают загадки и организуют выполнение зашифрованных в них заданий. Игра пионербол с элементами волейбола. Объявляется конкурс на лучший план занятия.
	Занятие 24	Работа по карточкам с заданиями, составленными детьми. Разминка «Ритмические узоры» по рисункам и под руководством воспитанников. Основная часть занятия. Игра «Зигзаг» организуется капитанами. Игра «Ожившие картины». Рассмотрение н и в проектов.
	Занятие 25	Подводятся итоги конкурса на лучший план занятия. Занятие проводится по выбранному большинством детей по сценарию.
	Занятие 26	«Фанты». Рассмотрение правил игры «Фанты». Разминка по правилам игры «Фанты». Основная часть занятия. Фанты получают задания по следующим категориям: воспроизведение приёмов и элементов спортивных игр в парах; выполнений упражнений ОФП; организация фантом выполнения остальными детьми группы упражнений, проведение подвижных, развивающих ипритных игр, мини-соревнований, подготовки и уборки инвентаря, шуточные задания.
Апрель	Занятие 27	День открытых дверей. Основная задача — Научить новобранцев элементарным приёмам и правилам игры бадминтон. Общая разминка. Основная часть занятия. Игровая ситуация «Спорт - ТВ». Игра «Назови». Задания цикла «Лиха беда начало»: освоение элементов игры простейших приёмов спортивного бадминтона.
	Занятие 28	«Повторялки». Разминка. Игра «Два притопа, ТРИ ПРИХЛЮПА». Основная часть занятия. Игра «Повторы». Игра «То далеко, то близко. То высоко, то низко». Свободная игра в парах, выполнение прицельных ударов и ударов разных категорий по заданию педагога. Игра «Баскетбол с собачкой».

	Занятие 29	В основе всех заданий лежат числа. Разминка. Подвижно-дидактическая игра «Первый — второй». Основная часть. Игровое упражнение «Выше, дальше, веселее». Игровое упражнение «Счетоводы». Игра в бадминтон в парах. Мини-соревнование в одиночной и парной игре. Игра «По порядку становись!».
	Занятие 30	Дети придумывают задания с запретами. Разминка на основе игры «Запретные числа». Основная часть занятия. Игра «Повторы». Игровое упражнение «Запрещённый приём». И «Цветные команды». Взаимодействие с семьёй: придумать упражнение для «Цветной зарядки».
	Занятие 31	День рекордов. Заранее совместно с детьми составляется программа праздника, приглашаются гости. Разминка «Цветная зарядка». Основная часть занятия. Выступают дети, добившиеся наилучших результатов в выполнении отдельных упражнений ОФП, элементов спортивных игр. Всем желающим предоставляется возможность попытаться повторить, побить рекорд. Игра «Ритмические узоры».
Май	Занятие 32	Соревнования в одиночной и парной игре по упрощённым правилам. Все дети должны побывать в роли игроков, судей, тренеров и зрителей.

4.ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

4.1. Формы контроля усвоения Программы

Таблица 1

Критерии оценки показателей техники игры в «Бадминтон» в старшей группе (5–6 лет), первый год обучения

№	Показатели техники	Критерии оценки
Жонглирование шариком Воспитанник выполняет жонглирование шариком в течение 1 минуты на площадке 4 х 4 м. Испытуемый держит ракетку удобной рукой		
1	Хват ракетки	Держит ракетку одной рукой, правильный хват*
2	Удар кистью руки	Выполняет удар кистью руки, не поднимает всю руку для удара
3	Высота полета	Шарик летит выше подбородка ребенка
4	Слежение за шариком	В течение 1 минуты жонглирования смотрит на шарик, не теряя его из вида
5	Передвижение в пределах указанной площадки	Выходит за пределы площадки менее трех раз

Удар снизу

Инструктор и испытуемый стоят напротив друг друга на расстоянии 2–2,5 м. Инструктор набрасывает воланы на сетку ракетки, а испытуемый выполняет удары снизу по 5 попыток открытой и закрытой стороной ракетки. Ребенок держит ракетку удобной рукой

6	Старт	Самостоятельно принимает стойку бадминтониста**, следит за началом набрасывания волана, готов выполнять движение без напоминания
7	Движение к волану	Вытягивает руку с ракеткой по направлению к волану, выполняет шаг навстречу волану
8	Замах снизу	Замах выполняет рукой, включая кисть
9	Удар открытой ракеткой	Удар сеткой ракетки, волан летит в прямом направлении, выше глаз испытуемого
10	Удар закрытой ракеткой	Удар сеткой ракетки, волан летит в прямом направлении, выше глаз испытуемого

Таблица 2

Критерии оценки показателей техники игры в «Бадминтон» в подготовительной к школе группе (6–7 лет), второй год обучения

№	Показатели техники	Критерии оценки
Жонглирование воланом		
Воспитанник выполняет жонглирование воланом в течение 1 минуты на площадке 4 х 4м в закрытом помещении. Испытуемый держит ракетку удобной рукой		
1	Хват ракетки	Держит ракетку одной рукой, правильный хват*
2	Удар кистью руки	Выполняет удар кистью руки, не поднимает всю руку для удара
3	Высота полета	Волан летит выше подбородка ребенка
4	Следить за воланом	В течение 1 минуты жонглирования смотрит на волан, не теряя его из вида
5	Передвижение в пределах указанной площадки	Не выходит за пределы площадки
Удар сверху		
Инструктор и испытуемый стоят напротив друг друга на расстоянии 2–2,5 м. Инструктор набрасывает воланы на сетку ракетки, а испытуемый выполняет по 5 ударов сверху открытой и закрытой стороной ракетки		

6	Старт	Самостоятельно принимает стойку бадминтониста**, следит за началом набрасывания волана, готов выполнять движение без напоминания
7	Движение к волану	Вытягивает руку с ракеткой по направлению к волану, выполняет шаг навстречу волану
8	Замах сверху	Замах выполняет рукой, включая кисть и плечо
9	Удар открытой ракеткой	Удар сеткой ракетки, волан летит в прямом направлении, выше головы испытуемого
10	Удар закрытой ракеткой	Удар сеткой ракетки, волан летит в прямом направлении, выше головы испытуемого
Подача снизу открытой ракеткой Испытуемый стоит на правой стороне площадки на расстоянии не ближе 3 м от сетки. Выполняет подачу удобной рукой		
11	Хват ракетки	Держит ракетку одной рукой, правильный хват*
12	Исходное положение	Ракетка в правой (левой) руке, ноги слегка согнуты в коленях, на ширине плеч, правая (левая) нога на шаг назад, опора на две ноги; головка ракетки направлена вниз, волан в левой руке, держится за перья, головкой вниз
13	Удар сеткой ракетки	Кисть с ракеткой отводится назад; волан выпускается чуть впереди себя, в момент удара рука и ракетка образуют одну линию; удар производится ниже талии сеткой ракетки
14	Направление полета	Волан упал на противоположное поле, не касаясь стены или потолка
15	Высота полета	Волан летит над сеткой, не касаясь ее

Методические указания: в карту обследования ставится «+», если этот элемент техники присутствует. Если испытуемый не выполняет этот элемент техники, то ставится «-».

***Правильный хват ракетки:**

- левой рукой взять ракетку за стержень ручкой к себе так, чтобы плоскость обода головки ракетки была перпендикулярна полу;
- правой рукой взять ракетку за ее ручку, как бы здороваясь с ней, и обхватить ее, словно при рукопожатии;
- рукой обхватить рукоятку так, чтобы видеть торцовый конец настолько, чтобы не мешать движениям кисти во время ударов из различных положений;
- первая фаланга большого пальца должна лежать слева – сбоку на широкой плоскости ручки;
- если вы держите ракетку правой рукой и вытянули ее вперед перед собой так, чтобы плоскость головки ракетки была перпендикулярна поверхности пола, то открытая сторона ракетки левая, закрытая – правая.

**** Стойка бадминтониста:** ноги слегка согнуты, плечи расположены параллельно сетке, туловище несколько наклонено вперед, рука с ракеткой находится перед грудью. Центр тяжести распределен равномерно на обе ноги.

Карты обследования детей

Карта обследования детей старшей группы (первый год обучения)																											
№	Ф.И.	Показатели техники																				Результат (%)				Уровень сформированности	
		Жонглирование шариком										Удар снизу															
		Хват ракетки		Удар кистью р уки		Высота полета		Слежение за воланом		Передвижени в пределах указанной площадки		Старт		Движение к волану		Замах		Удар открытой раке ткой		Удар закрытой ракеткой							
1	Иванов И.	–	+	–	+	–	+	–	+	–	+	–	–	+	+	–	–	+	+	–	+	10	80	Н	С		
2	Петрова Н.	–	+	–	–	–	+	–	+	–	–	–	–	+	+	–	–	+	+	–	+	10	60	Н	ЧС		

НГ – показатели на начало года;

КГ – показатели на конец года;

Н – уровень умений не сформирован;

ЧС – уровень умений частично сформирован;

С – уровень умений сформирован.

Карта обследования детей подготовительной группы (второй год обучения)																																			
№	Ф.И.	Показатели техники																								Результат %		Уровень сформированности							
		Жонглирование воланом										Удар сверху										Подача снизу открытой ракеткой													
		Хват ракетки		Удар кистью руки		Высота полета		Слежение за воланом		Передвижение в пределах указанной площадки		Старт		Движение к волану		Замах		Удар открытой ракеткой		Удар закрытой ракеткой		Хват ракетки		И.п.						Удар сеткой ракетки		Направление полета волана		Высота полета	
1	Иванов И.	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	53	93	ЧС	С		
2	Петрова Н.	+	+	-	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	-	+	33	86	Н	С	

НГ – показатели на начало года;

КГ – показатели на конец года;

Н – уровень умений не сформирован;

ЧС – уровень умений частично сформирован;

С – уровень умений сформирован.

4.2. Показатели физической подготовленности детей

1 год обучения (5-6 лет)

Координация движений (подбрасывание и ловля мяча)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 10 раз	7 – 10 раз	7 – 10 раз	менее 7 раз	-
девочки	более 10 раз	7 – 10 раз	7 – 10 раз	менее 7 раз	-

Оборудование: мячи.

Процедура тестирования: ребенок подбрасывает и ловит мяч двумя руками, не прижимая к себе и не сходя с места.

Ловкость

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	менее 6,5 сек	6,6 – 7,2 сек	6,6 – 7,2 сек	более 7,2 сек	-
девочки	менее 7,0 сек	7,1 – 8,0 сек	7,1 – 8,0 сек	более 8,0 сек	-

Оборудование: кегли (10 шт); секундомер.

Процедура тестирования: ребенок пробегает 10 – метровую дистанцию, на которой прямой линии установлены кегли в количестве 10 штук. Пробегая, ребенок должен огибать кегли: одну справа, одну слева. Дается 2 попытки.

Результат: измеряется по секундомеру с точностью, записывается лучший результат.

Прыжки в длину с места (см)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 80 см	71 – 80 см	71 – 80 см	менее 70 см	-
девочки	более 80 см	71 – 80 см	71 – 80 см	менее 70 см	-

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребенок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении *нельзя* опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (см). засчитывается лучшая из попыток.

Прыжки в высоту с места (см)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 25 см	23 – 25 см	23 - 25 см	менее 23 см	-
девочки	более 23 см	20 – 22 см	20 – 22 см	менее 20 см	-

Оборудование: колокольчик и т.д.

Процедура тестирования: ребенок подпрыгивает вверх, стараясь дотронуться до предмета, который подвешен над головой.

Результат: измеряется расстояние от вытянутой руки ребенка до коснувшегося им предмета.

Метание (м)

	высокий		выше среднего		средний		низкий		очень низкий	
	права я	лева я	правая я	левая я	права я	лева я	права я	лева я	права я	лева я
мальчик и	более 8 м	более 5,5м	5,0 – 8,0 м	4,5 м	5,0 – 8,0 м	4,5 м	менее 5 м	менее 4 м	-	-
девочки	более 7 м	более 5,5м	5,0 – 8,0м	4,5 м	5,0 – 8,0м	4,5 м	менее 5 м	менее 4 м	-	-

Оборудование: теннисный мячик; мешочек с песком массой 200г в количестве не менее 3; рулетка; мел; размеченная дорожка.

Процедура тестирования: на асфальтовой дорожке или на спортивной площадке. Предварительно размечается дорожка мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами. Линия отталкивания (шириной 40 см) заштриховывается мелом. По команде ребенок подходит к линии отталкивания, из исходного положения стоя производит бросок мячом (мешочком) одной рукой, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске *нельзя* изменять положение стоп.

Исходное положение в пол – оборота к направлению метания;

Наличие замаха;

Перенос центра тяжести на стоящую сзади полусогнутую ногу во время замаха;

Перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска;

Энергичный бросок с последующим сопровождением рукой мяча (мешочка).

Результат: Засчитывается лучший результат из 3 попыток.

Равновесие (сек)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 11 сек	7 - 11 сек	7 – 11 сек	менее 7 сек	-
девочки	более 14 сек	9 – 14 сек	9 - 14 сек	менее 9 сек	-

Оборудование: секундомер.

Процедура тестирования. По команде "можно" ребенок становится на левую ногу, правую сгибает в коленном суставе и ставит ее на опорную ногу чуть выше колена и немного развернув ее вправо. Руки ставятся на поясе, глаза закрыты. Результат – время выполненное в стойке на одной ноге.

Общие указания и замечания. Секундомер включается тогда, когда ребёнок становится на одну ногу, выключается – при потере равновесия. При выполнении теста необходима страховка.

2 год обучения (6-7 лет)

Координация движений (отбивание мяча на месте)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 20 раз	15 – 20 раз	15 – 20 раз	менее 15 раз	-
девочки	более 20 раз	15 – 20 раз	15 – 20 раз	менее 15 раз	-

Оборудование: мячи.

Процедура тестирования: ребенок отбивает мяч не сходя с места.

Координация движений (ведение мяча)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 6 м	4 – 5 м	4 – 5 м	менее 4 м	-
девочки	более 6 м	4 – 5 м	4 – 5 м	менее 4 м	-

Оборудование: мячи.

Процедура тестирования: ребенок ведет мяч в прямом направлении.

Ловкость

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	менее 6,0 сек	6,1 – 6,6 сек	6,1 – 6,6 сек	более 6,6 сек	-
девочки	менее 6, 5 сек	6,6 – 7,0 сек	6,6 – 7,0 сек	более 7,0 сек	-

Оборудование: кегли (10 шт); секундомер.

Процедура тестирования: ребенок пробегает 10 – метровую дистанцию, на которой прямой линии установлены кегли в количестве 10 штук. Пробегая, ребенок должен огибать кегли: одну справа, одну слева. Дается 2 попытки.

Результат: измеряется по секундомеру с точностью, записывается лучший результат.

Прыжки в длину с места (см)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 100 см	90 – 100 см	90 – 100 см	менее 90 см	-
девочки	более 100 см	90 – 100 см	90 – 100 см	менее 90 см	-

Оборудование: яма с песком для прыжков; прорезиненная дорожка; мат; рулетка; мел.

Процедура тестирования: ребенок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении *нельзя* опираться позади руками.

Результат: измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (см). засчитывается лучшая из попыток.

Прыжки в высоту с места (см)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 28 см	23 – 28 см	23 - 28 см	менее 23 см	-
девочки	более 25 см	20 – 25 см	20 – 25 см	менее 20 см	-

Оборудование: колокольчик и т.д.

Процедура тестирования: ребенок подпрыгивает вверх, стараясь дотронуться до предмета, который подвешен над головой.

Результат: измеряется расстояние от вытянутой руки ребенка до коснувшегося им предмета.

Метание (м)

	высокий		выше среднего		средний		низкий		очень низкий	
	права я	лева я	правая я	левая я	права я	лева я	права я	лева я	права я	лева я
мальчик и	более 9 м	более 6,7м	7,0 – 9,0 м	5,5 – 6,7м	7,0 – 9,0 м	5,5 – 6,7м	менее 7 м	менее 5,5 м	-	-
девочки	более 8 м	более 5,5м	6,0 – 8,0м	4,5- 5,5 м	6,0 – 8,0м	4,5- 5,5 м	менее 6 м	менее 4,5м	-	-

Оборудование: теннисный мячик; мешочек с песком массой 200г в количестве не менее 3; рулетка; мел; размеченная дорожка.

Процедура тестирования: на асфальтовой дорожке или на спортивной площадке. Предварительно размечается дорожка мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами. Линия отталкивания (шириной 40 см) заштриховывается мелом. По команде ребенок подходит к линии отталкивания, из исходного положения стоя производит бросок мячом (мешочком) одной рукой, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске *нельзя* изменять положение стоп.

- Ø Исходное положение в пол – оборота к направлению метания;
 - Ø Наличие замаха;
 - Ø Перенос центра тяжести на стоящую сзади полусогнутую ногу во время замаха;
 - Ø Перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска;
 - Ø Энергичный бросок с последующим сопровождением рукой мяча (мешочка).
- Результат: Засчитывается лучший результат из 3 попыток.

Равновесие (сек)

	высокий	выше среднего	средний	низкий	очень низкий
мальчики	более 60 сек	45 – 60 сек	45 – 60 сек	менее 45 сек	-
девочки	более 60 сек	50 – 60 сек	50 – 60 сек	менее 50 сек	-

Оборудование: секундомер.

Процедура тестирования. По команде "можно" ребенок становится на левую ногу, правую сгибает в коленном суставе и ставит ее на опорную ногу чуть выше колена и немного развернув ее вправо. Руки ставятся на поясе, глаза закрыты. Результат – время выполненное в стойке на одной ноге.

Общие указания и замечания. Секундомер включается тогда, когда ребёнок становится на одну ногу, выключается – при потере равновесия. При выполнении теста необходима страховка.

4.3. Комплекс умений и способностей

Упражнения с воланом – подготовка детей к игре в бадминтон:

- Вытянуть руки вперед и перебросить волан из правой руки в левую и обратно. Задача – не уронить волан.
- Поднять руки вверх и переложить быстро волан из одной руки в другую. Выполнить несколько раз, не уронив волан и не смотря на него.
- Спрятать руки за спину и переложить волан из правой руки в левую и обратно несколько раз, не уронив его.
- Подбросить волан вверх и поймать обеими руками (можно соревноваться самим с собою – на сколько раз больше получится сделать упражнение по сравнению с предыдущим разом. Можно ставить себе задачу – хочу удержать волан 10 раз и попробовать достичь этого результата).
- Подбросить волан вверх. Пока волан летит, хлопнуть в ладоши и поймать волан.
- Подбросить волан вверх, повернуться вокруг себя на 360 градусов и поймать волан.

- Подбросить волан вверх и поймать одной рукой. Попробовать так сделать 5 раз правой рукой, потом 5 раз левой рукой, не уронив волана.
- Подбросить волан левой рукой, а поймать правой. И наоборот.

Варианты упражнений с ракеткой для детей дошкольного возраста:

- Имитация движений ракетки (выполнение движений как в игре в бадминтон, но без волана). Дети представляют себя спортсменами и показывают пантомиму. Но в этой пантомиме они должны правильно держать ракетку, ведь они в этой игре настоящие спортсмены!
- Натяните между двумя деревьями или столбами веревку и подвесьте на ней воланы на ниточке на разной высоте. В этом упражнении малыш научится ударять ракеткой по висющему волану. Сначала все удары выполняются как удары справа (ладошка смотрит на волан, а тыльная сторона кисти обращена к ребенку). Затем все удары выполняются как удары слева. Затем можно будет чередовать их. Можно выполнять удары по висющему волану по прямой, по кругу, с разной силой, т.е. экспериментировать.
- Учимся подавать волан. Натяните веревку на высоте пояса ребенка и подвесьте на нее воланы. Малыш встает так, чтобы его носок левой ноги находился под веревочкой и ударяет по волану снизу. Движение ракетки заканчивается на высоте веревки. Так ребенок привыкает к правильному положению руки при подаче волана. После такой тренировки можно попробовать подать волан уже по-настоящему, без веревки.
- Отбивать волан ракеткой (волан летит вверх-вниз на 30 см), стоя на одном месте.
- Отбивать волан ракеткой (волан летит вверх-вниз), продвигаясь вперед маленькими шажками.
- Один игрок в паре (мама, педагог, старший ребенок) бросает волан, а малыш его отбивает ракеткой. Пара стоит на расстоянии 2-3 метров друг от друга. Бросивший волан ловит его руками. Так играют несколько раз, затем меняются местами.
- Игра в паре без сетки. Задача – отбивать друг другу волан, не давая ему упасть на землю. Если играют много пар, то выигрывает та пара, чей волан дольше не падал на землю.
- Игра в паре с сеткой. Пара игроков стоит по разные стороны от сетки. Сетка натянута на высоте 120 см-130см. Сначала один игрок подает волан, а другой отбивает его обратно через сетку. Через несколько минут (время нужно оговорить заранее) игроки меняются местами.

Варианты игр с подгруппами детей

«Нападающие и защитники»

Все игроки делятся на две команды. Команды встают по разные стороны от сетки. Одна команда – «команда нападающих». Другая команда по другую сторону сетки – «команда защитников». Нападающие подают воланы, а защитники должны их отбить и не дать им возможности упасть на своей половине площадки. Через 3-5 минут команды меняются местами.

«По очереди»

Этот вариант игры в бадминтон проводится тогда, когда игроки уже легко играют во вариант 1. Начинает игру команда нападающих. Игроки из команды нападающих по одному по очереди подают волан через сетку. Если игроки команды

защитников отбили волан, то их команда получает очко и получает право подачи волана. Если они не смогли отбить волан – то они теряют очко. И право подачи волана остается у команды нападающих. Волан в каждой команде всегда подается по очереди – сначала первым игроком, потом вторым, потом третьим и так далее!

«Попади в мишень»

Сделайте на игровой площадке три круга мишени (один круг в другом, диаметры – 1 метр, 1,5 метра, 2 метра). Нарисуйте на расстоянии 4 метра от мишени линии. Игроки по очереди становятся на линию и подают волан. Задача – попасть воланом в мишень. За попадание в маленький круг – 3 очка, в средний – 2 очка, в большой – 1 очко. Чемпионом станет тот, кто наберет больше очков в этой игре. Можно соревноваться индивидуально или командой.

«Флажки»

На площадке нарисуйте линию. Кроме воланов и ракеток Вам понадобятся флажки или палочки. Флажки – более интересный для детей вариант. Яркие привлекательные флажки очень легко сделать, приклеив к любой палочке прямоугольник или треугольник из бумаги или ткани. Все играющие в бадминтон делятся на пары. Один в паре – игрок с воланом и ракеткой. А другой – его помощник с тремя флажками. Игроки встают дружно около начерченной линии. По сигналу они ракеткой ударяют по волану. Задача – послать волан как можно дальше. Их помощники следят за «своим» воланом и бегут к нему. Нужно найти и запомнить место, куда приземлился волан. На место, где «свой» волан опустился на землю, помощник ставит флажок. Поставив флажок, помощник быстро относит волан игроку из своей пары. Игрок делает три попытки. А дальше игрок и помощник меняются ролями

Подвижные игры с бадминтоном

«Волан навстречу волану»

Описание игры. Дети становятся парами на расстоянии 2—3 м один от другого. У всех детей — по волану. По сигналу они начинают перебрасывать воланы друг другу, стараясь не уронить их на землю. Выигрывает пара, которая дольше удерживает волан (воланы не должны сталкиваться и падать). Методические приемы. Необходимо объяснить детям, чтобы они при броске придерживались правой стороны, тогда воланы не будут сталкиваться.

«Попади в круг»

Описание игры. На землю кладется гимнастический обруч. 5—8 детей становятся вокруг обруча на расстоянии 2 м от него. По сигналу воспитателя дети бросают воланы в обруч, затем берут их и бросают снова (3 — 4 раза). Побеждает тот ребенок, который большее число раз попадет в обруч.

Методические приемы. Детей можно разделить на несколько играющих групп и проводить игру одновременно во всех группах.

«Подбей волан»

Описание игры. Дети свободно располагаются на площадке, каждый — с ракеткой и воланом. По сигналу воспитателя все подбивают волан вверх, стараясь не дать ему упасть. Выигрывает ребенок, который дольше выдержит волан в воздухе и не даст ему упасть.

«Кто дальше»

Описание игры. На площадке обозначается линия. Дети делятся по двое. У одного из них — волан и ракетка, а у другого — флажок. Дети с воланами и ракетками становятся около линии на расстоянии вытянутых в стороны рук. По сигналу воспитателя они ударом ракеток посылают воланы как можно дальше. Их напарники бегут с флажками к воланам, ставят флажки на их место и возвращают воланы товарищам. После трех попыток дети меняются ролями. Побеждает тот ребенок, чей флажок будет находиться дальше.

«Осаль воланом»

Цель игры. Совершенствовать умение подбрасывать волан высоко вверх, ловить и салить им.

Описание игры. Игра проводится по типу народной игры с мячом. Дети встают в круг в центре водящий с воланом в руке. Он сильно подбрасывает волан вверх и называет имя любого играющего. Все в это время стараются разбежаться в разные стороны (за раннее намечается границы площадки, за пределы которой выбегать нельзя). Ребенок, чье имя назвали, подбегает к волану и старается его поймать в воздухе или поднимает с земли(пола) и кричит: «Стой!». все играющие обязаны остановиться на том месте, где их застал сигнал. Ребенок с воланом делает два шага вперед(можно два прыжка) в сторону любого игрока (не обязательно близко находящегося) и бросает в него волан (салить разрешается только в ноги). Если волан задел игрока тот становится водящим, если промахнулся, то водящий останется прежний(но не более 3-х раз подряд).

Методические приемы: Инструктор следит , чтобы дети соблюдали правила игры, водящий бросал волан точно вверх двумя ли одной руками.

«Поймай волан»

Цель игры. Точно передавать волан и ловить его в воздухе.

Описание игры. Игра проводится в четырех подгруппах, стоящих в кругах. В центре каждого круга водящий. Дети перебрасывают волан друг другу, стараясь, чтобы водящий не коснулся или не поймал его. Если ему это удастся, он занимает место того, кто неудачно бросил волан. Последний идет в середину круга.

Методические приемы. Инструктор следит, чтобы дети долго не держали волан, не бросали одному и тому же ребенку. Если водящий не может долго поймать волан, назначается новый. Игру можно усложнить : вести двух водящих и перебрасывать два волана.

«Перебрось из рук в руки»

Цель игры. Бросать и ловить волан поочередно правой и левой рукой. Описание игры. Две команды строятся в колонну по одному. У водящих волан. Перед каждой командой на расстоянии 5-6 м ориентир. Нужно перебрасывать волан из левой руки в правую, дойти до ориентира, обойти его и вернуться на свое место, передав волан очередному играющему. При потере волана игра продолжается с этого же места. Побеждает команда ,которая быстрее закончила игру.

Методические приемы. Инструктор стоит перед играющими и контролирует действие детей, правильность выполнения задания.

5. МЕТОДИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

5.1. Обеспечение образовательной деятельности учебными и учебно-методическими пособиями

№	Наименование образовательной программы	Автор, название, год издания учебного, учебно-методического издания и (или) наименование электронного образовательного ресурса	Вид образовательного и информационного ресурса (печатный/ электронный)
1	Парциальная программа «Бадминтон для дошкольников». Планирование и конспекты занятий	Под ред. Тимофеева Л.Л. – М., 2017.	печатный
2	Выигрыш в бадминтоне (азбука игры и тайны мастерства)	С.Алексеев. – Екатеринбург, 2006	печатный
3	Игра бадминтон учебно-методическое издание	А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009.	печатный
4	Обучение дошкольников игре в бадминтон	Н.Кучина / Дошкольное воспитание. – 1998. - № 2.	печатный
5	Бадминтон для всех [Текст]	В.А.Лепешкин. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – (Все про спорт).	печатный
6	Методические рекомендации по начальному обучению игре в бадминтон	Под ред. Ивашина А.А.- М., 1983.	печатный

7	Методические рекомендации тренерам к практическим занятиям по обучению технике бадминтона	Под ред. Рыбакова Д.П.- М., 1980.	печатный
8	Основы спортивного бадминтона	Д.П. Рыбаков, М.И. Штильман, - М.,1992.	печатный
9	Спортивные игры: правила, тактика, техника	Под ред. Е.В. Конеевой. – Ростов н/Д, 2004.	печатный
10	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).	печатный

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- Оборудование и инвентарь: сетки бадминтонные и средства крепления для них (по числу площадок с учётом возможности организации игры на участке ДОО в летний период);
- ракетки (детские) и воланы (по числу обучающихся);
- табло электронное или перекидное;
- мячи волейбольные и баскетбольные для дошкольников или лёгкие резиновые мячи;
- оборудование для разминки и обыгрывания сюжетов занятий;
- воздушные шары;
- обруч (по числу обучающихся);
- конусы (по числу обучающихся);
- мишень (по числу обучающихся);
- флажки (по числу обучающихся);
- скакалки (по числу обучающихся);
- гимнастическая скамейка;
- канат;
- картинки-схемы;

7. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Успех в работе по обучению детей игре бадминтон может быть, достигнут при тесном взаимодействии с родителями воспитанников, поскольку те знания и умения, которые ребёнок получает в детском саду, должны подкрепляться в условиях семьи. Поэтому родителям необходимо создать условия для совместных с детьми игр в бадминтон вне детского сада:

- родителей необходимо знакомить с физкультурной работой в детском саду;
- информировать о том, каких успехов добиваются дети;
- приглашать участвовать в совместных физкультурных досугах и праздниках;

Формы работы с родителями разнообразны:

- проведение открытых мероприятий;
- беседы;
- консультации;
- оформление буклетов, стендов;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430461

Владелец Шибаета Татьяна Юрьевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025