

Детско - юношеская спортивная школа по бадминтону
Управления образования
Администрации Одинцовского муниципального района

Леонтьев Владимир Иванович
Бердюгина Янина Ивановна

Бадминтон в школе



Проект программы введения бадминтона в школе

«Займись спортом –
сделай первый шаг!»



**Основное в школе УРОК, но без
внеучебной работы он теряет свою
значимость**

Современная школа – это образовательное учреждение, способное обеспечить полноценное образование, гармоничное развитие психически и физически здоровой, социально адаптированной личности ребенка, путем интеграции в образовательный процесса научно обоснованных двигательных режимов и эффективных технологий.



- **Цель:** Научить школьников навыкам игры в бадминтон.
- **Задачи:** Формирование устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями средствами игры в бадминтон.

Почему в школах надо играть в бадминтон?

Бадминтон – великолепная игра. Игра доступная всем, подходит для детей разного уровня подготовки. Оборудование не требует дорогостоящего инвентаря. Бадминтонная площадка помещается в любом спортивном зале. Правила бадминтона просты и не требуют длительного изучения. Довольно простая техника игры, которую легко освоить. Игра в бадминтон положительно влияет на зрение, развивает силу основных мышечных групп, быстроту движений, скорость реакции, выносливость, координацию, способствует нормализации веса.



Этапы развития бадминтона в общеобразовательной школе

- 1 этап – введение уроков бадминтона в школьную программу
- 2 этап – внутришкольные соревнования классовых команд
- 3 этап – создание школьной команды
- 4 этап – участие школьной команды в Спартакиаде школьников Одинцовского муниципального района Московской области
- 5 этап – участие школьной команды в Спартакиаде школьников Московской области
- 6 этап – создание в образовательном Учреждении спортивной секции или группы начальной подготовки ДЮСШ по бадминтону



ПРОГРАММА

Программа может быть ознакомительной и обучающей. Для ознакомительной программы достаточно 2–4 уроков, а для обучающей надо 8 и более.

Часы для любой из программ при желании всегда можно найти в условиях современного учебного процесса. Например:

При введении третьего урока физкультуры в неделю дополнительно появляются 34 часа в год, из которых часть можно посвятить бадминтону.

Введение в школьную программу бадминтона

Введение бадминтона в школьную программу возможно за счет раздела спортивных игр и изменения количества часов (в сторону уменьшения) на лыжную подготовку, исходя из климатических условий и гимнастику в виду отсутствия полноценных условий (обеспечения) для проведения уроков гимнастики.

Сетка часов распределения учебного материала может быть такой:

Сетка часов распределения учебного материала

№ п/п	Разделы программы	Количество часов	Количество часов по четвертям			
			I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть
1.	Теоретические сведения	2	1	-	-	1
2.	Легкая атлетика	20	9	-	-	11
3.	Гимнастика	10	-	10	-	-
4.	Бадминтон	26	8	4	10	4
5.	Лыжная подготовка	10	-	-	10	-
Всего		68	18	14	20	16

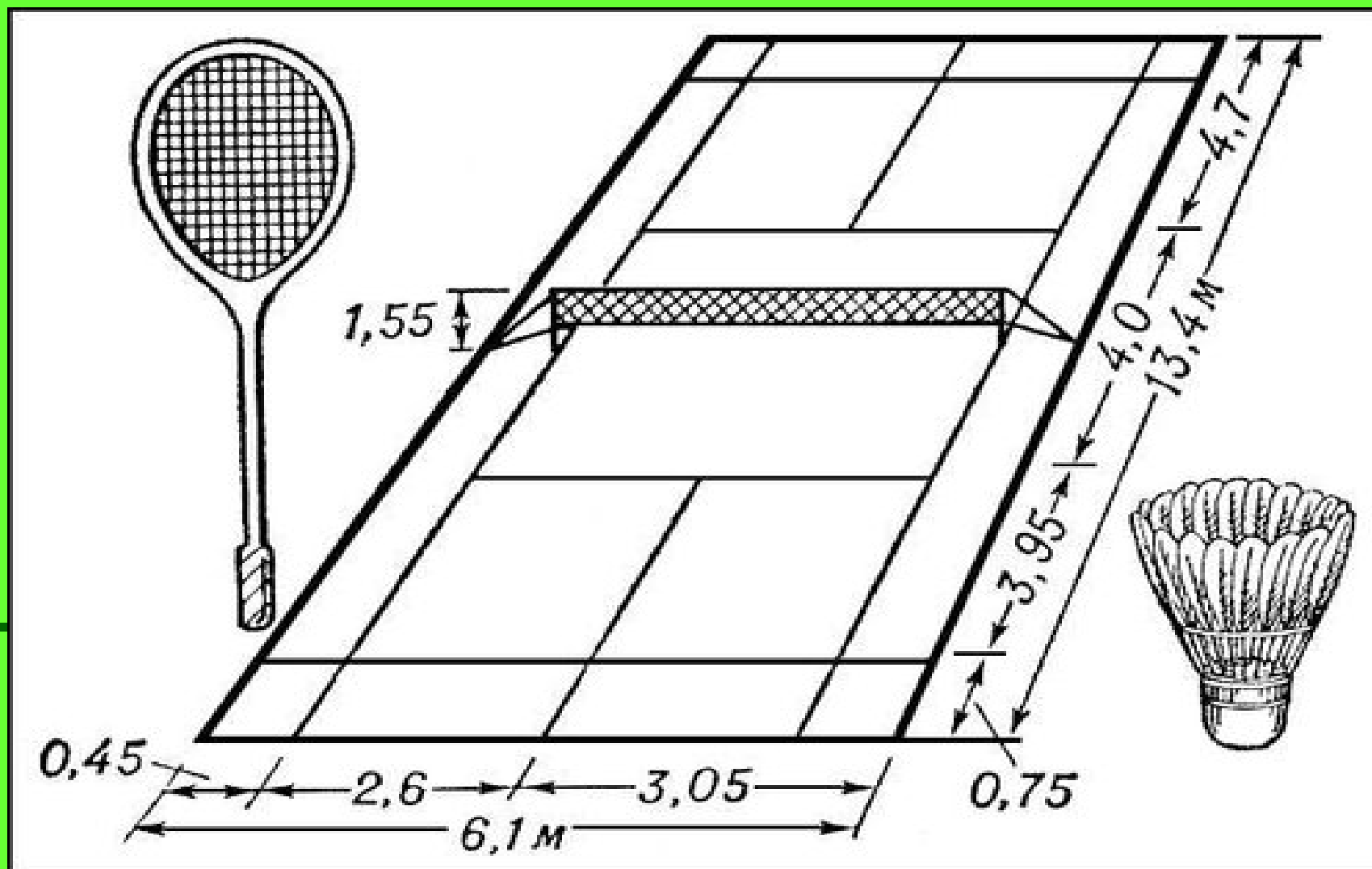
Внутришкольные соревнования

С чего начинать?



1. Разметка игровой площадки.
2. Изучение правил игры в бадминтон.
3. Подготовка Положения о соревнованиях.
4. Обеспечение безопасности.
5. Тренировка юных бадминтонистов.

Размеры площадки



Разметка площадки в игровом зале, производится малярным скотчем, при игре на улице целесообразнее использовать цветной шпагат.

Правила игры

1. Упрощенная система счета

Встреча состоит из трех партий до 21-го очка (до 2х побед в партиях). Сторона, выигравшая очко, добавляет его к своему счету. При счете «20-20» сторона, набравшая подряд 2 очка, выигрывает партию. При счете «29-29», сторона, выигравшая 30-е очко, выигрывает партию. Сторона, выигравшая партию, подает первой в следующей. Очки начисляются в каждом розыгрыше независимо от принадлежности подачи.

2. Интервалы и изменение концовки встречи

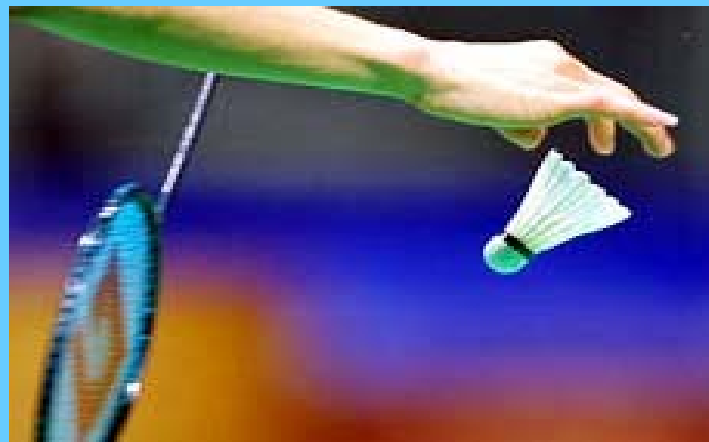
Когда счет достигает 11 очков игрокам дается 60-ти секундный перерыв. Интервал – 2-х минутный перерыв предоставляется между каждой партией. В третьей партии, при счете 11, игроки меняются сторонами.

3. *Подача*

В начале встречи при четном счете подача производится с правого поля. При нечетном счете – с левого.

Если подающий игрок выигрывает розыгрыш, то очко добавляется к его счету, его следующая подача производится с другого поля.

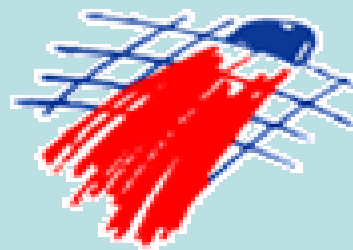
Если принимающий игрок выигрывает розыгрыш, то очко добавляется к его счету, и к нему переходит право выполнить подачу.



Подготовка Положения о соревнованиях

Положение о проведении соревнований должно содержать следующие разделы:

1. Цели и задачи.
2. Сроки и место проведения соревнований.
3. Руководство проведения соревнований.
4. Программа и условия проведения соревнований.
5. Участники соревнований.
6. Обеспечение безопасности участников и зрителей.
7. Заявки.
8. Награждение.



Обеспечение безопасности

Спортивные мероприятия проводятся на объектах спорта, отвечающих требованиям соответствующих нормативно-правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение общественного порядка и безопасности участников, а также при условии наличия актов готовности объектов к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

Методика обучения

Методику обучения бадминтону можно разделить на следующие части:

1. Подготовка к обучению (общая и специальная физическая подготовка).
2. Обучение технике и тактике (хватка ракетки, основная стойка, перемещение по площадке, удары).
3. Совершенствование приемов игры и тактических действий.

Структура урока на занятиях бадминтоном

- Разминка. Равномерный бег или подвижная игра с бегом в течение 6 минут. ОРУ, упражнения с воланом, ракеткой или воланом и ракеткой.
- Основная часть. Включает обучение, закрепление и совершенствование техники и тактики игры, а также развитие физических качеств. Она должна строиться с учетом возможностей учащихся.
- Заключительная часть. Спокойные упражнения (например, подача на технику или на точность). Собирают (сдают) ракетки и воланы. Снимают, если необходимо, сетки. Подведение итогов занятия.

СТУПЕНИ ОСВОЕНИЯ ТЕХНИКИ

- Правильная имитация упражнения.
- Попадание по наброшенному волану при соблюдении техники. Особенно – ударной стороны ракетки.
- Отбивание волана в направлении партнера.
- Точное отбивание партнеру (в руки, под правую или левую сторону для удара).
- Отбивание с подачи (партнер набрасывает волан подачей).
- Отбивание с других приемов игры.
- Применение в учебных и тренировочных играх.
- При обучении следует придерживаться принципа, указывающего на последовательность: «ПРАВИЛЬНО, ТОЧНО, СИЛЬНО».

Выводы:

1. Бадминтон игра доступная для всех
2. Бадминтон самая демократичная и народная игра.

Используемые ресурсы интернета

1. <http://sport.gazeta.ru>
2. www.1september.ru