

Аннотация программы внеурочной деятельности «Бадминтон»

Данная программа позволяет обучающимся совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия. При занятиях бадминтоном усиленно развиваются психические процессы, нравственные качества, формируются сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Адресат программы:

Обучающиеся МБОУ г. Мурманска Лицей №2. В группу принимаются обучающиеся в возрасте от 11 до 14 лет первой и второй группы здоровья, вне зависимости от их способностей и степени подготовки.

Цели программы: Создание условий для формирования у обучающихся устойчивых мотивов в бережном отношении к своему здоровью, использовании игры в бадминтон в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

1. формирование культуры здорового образа жизни;
2. формировать систему знаний о безопасном поведении во время проведения спортивных соревнований, о технике безопасности в тренировочном и соревновательном процессах;
3. формировать систему знания о технических и тактических приемах, используемых в бадминтоне;
4. формирование культуры движений посредством технических действий игры в бадминтон;

Развивающие:

1. развивать у обучающихся навыки творчески решать тактические задачи и тщательно анализировать ошибки в процессе занятий и соревнований;
2. развивать у обучающихся навыки саморегуляции, способность прикладывать волевые усилия и преодолевать трудности в тренировочном процессе;
3. развивать коммуникативные умения и навыки эффективного взаимодействия и сотрудничества при выполнении групповых игровых заданий;
4. развивать физические качества (ловкость, сила, гибкость, выносливость и т.д.)
5. способствовать развитию мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

Воспитательные:

1. формировать уважительное отношение к нормам и правилам, принятым в обществе;
2. формировать уважительное отношение к соперникам,

- болельщикам, обслуживающему персоналу;
- воспитывать терпимость к чужому мнению, внимательное, доброжелательное отношение к версиям и суждениям других учащихся;
 - воспитывать личную ответственность за выполнение коллективной работы; и т.п.
 - формировать позитивное отношение к ведению здорового образа жизни.

Сроки реализации программы: Программа рассчитана на 1 год и составляет 68 часа.

Формы и режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность занятия - 45 минут.

Комплектование группы: 15 человек.

Формы подведения итогов: Итоги после прохождения программы подводятся в форме игровых соревнований в объединении.

Формы организации учебных занятий: коллективные (занятия), групповые (работа в парах).

- Проведение теоретических занятий (лекции, беседы, просмотр и обсуждение учебных фильмов).
- Проведение практических занятий (общая и специальная физическая подготовка, обучение основам техники и тактики).
- Организация и учет контрольных упражнений.
- Участие в спортивных соревнованиях.
- Проведение воспитательных и культурно-массовых мероприятий (физкультурные и спортивные праздники).

Для учёта теоретических знаний проводятся беседы и мини-зачёты по пройденному материалу в форме устных опросов.

Планируемые результаты

Данная программа направлена на приобретение обучающимися теоретических сведений о бадминтоне, овладение приемами техники и тактики игры, приобретения навыков участия в ней и организации самостоятельных занятий.

В ходе изучения предлагаемой программы, обучающиеся приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Практический раздел программы предусматривает:

- овладение техникой основных приёмов нападения и защиты;
- формирование навыков деятельности игрока индивидуально и совместно с партнёров (игра в паре) на основе взаимопонимания и согласования;
- приобретения навыков организации и проведения самостоятельных занятий.

К концу обучения обучающиеся будут знать:

- правила игры в бадминтон;
- теорию игры в бадминтон;
- размеры площадки;
- технику и тактику игры в бадминтон;

уметь:

- самостоятельно провести разминку;
- правильно передвигаться на площадке;
- имитировать удары с передвижением по площадке;
- выполнять различные удары;
- взаимодействовать в парной игре;

обладать:

- умением выполнять точные и дифференцированные пространственные, временные и мышечные восприятия;
- команда (парная игра) должна обладать коммуникативными способностями.