**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 закрепощена. 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 , задействована открытая сторона ракетки. Закрытая сторона чаще используется при ударах слева.

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 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. 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 :

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. 2. Стойка при подаче волана.

Три группы ударов в бадминтоне.

Выбираемый педагогом арсенал ударов, с одной стороны, должен быть доступен старшим дошкольникам, а с другой — способен обеспечить детям возможность полноценной игровой практики на данном этапе обучения. Невысокое развитие координации движений и неразвитый глазомер начинающих бадминтонистов обусловливает необходимость первоначального освоения элементов, нетипичных для спортивного бадминтона: подачи, производимой по высокой дуге, и приёма волана сверху с последующим направлением его почти параллельно полу. При этом детей учат перемещаться «под волан» и производить удар, наблюдая за его перемещением через сетку головки ракетки. Лишь приобретя соответствующий опыт, дошкольники готовы к освоению техники выполнения ударов, составляющих арсенал бадминтониста. Для выполнения удара справа-сверху необходимо успеть на последнем шаге повернуться левым плечом к сетке и перенести тяжесть на стоящую сзади слегка согнутую ногу. Рука с ракеткой отводится вверх-назад, игрок ожидает, пока парашютирующий волан снизится примерно на 25–30 см по отношению к поднятой вверх ракетке. В этот момент следует начать резкое движение кистью, стараясь ударить волан прямо над головой. Выполняя высокий удар, ребёнок сопровождает волан ракеткой вперёд-вверх. Удары слева-сверху являются более сложными для правшей. Их выполняют стоя правым боком или спиной к сетке, ударяя по волану, летящему слева от игрока. При последнем шаге правой ногой туловище поворачивают влево, ракетка движется на замах по дуге вниз-влево. Обратное движение к волану начинается с поворота туловища направо и выведения согнутой в локте руки вверх. Овладение ударами сверху обеспечивает активный, атакующий стиль игры. Необходимо учить дошкольников использовать условия, при которых удар удаётся произвести сверху (перемещение навстречу волану, приседание, приём низкой стойки и т.д.). Удары сбоку отличаются от ударов сверху прежде всего горизонтальным положением предплечья, что существенно меняет логику осуществления удара и его траекторию. Сила удара обеспечивается отталкиванием опорной ногой при ударе. Удары снизу выполняют по волану, находящемуся ниже уровня сетки. Сложность этих ударов для детей состоит в трудности координирования действий при замахе и выборе траектории полёта волана. Замах осуществляется от плеча, если удар производится справа, и предплечьем при ударе слева. Для увеличения замаха и, соответственно, силы удара нужно учить дошкольников наносить удар, слегка отклоняясь в сторону, противоположную направлению удара. **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. \*

Примеры заданий и упражнений представлены в конспектах занятий.

 4) 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.

5) 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.

6) 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 35 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 впередистоящей 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 корректировки заданий, поддержки детей, обеспечения им ситуации успеха в других видах деятельности — организации разминки, подвижных игр, шуточных соревнований, комментировании упражнений и т.д

**Первый год обучения**

Занятие 1. Знакомство с детьми. Ознакомление с игрой спортивный бадминтон. Совместное с детьми выявление физических 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», упражнения с подвешенным воланом, игровое упражнение «Колокол»). Взаимодействие с семьями воспитанников\*: отработка упражнений с подвешенным на верёвке воланом. Знакомство с комплексом упражнений утренней зарядки, заданиями «Таблицы рекордов». Занятие 2. Знакомство с разными по форме и назначению видами приветствия. Упражнение «Надуем шар», игра «Энергетическое 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. Эс- \* Далее стандартная часть работы, проводимой дома, опускается, указываются только дополнительные задания. 39 тафета «Три корзины» — передачи мяча с предварительным установлением контакта с партнёром. Игра «Кто больше?». Занятие 5. Вариант игры «Энергетическое кольцо», игра «Волны». Разминка. Пантомимы-загадки, подготовленные детьми, 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 дети-консультанты. 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». 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. Игра «Летит, летит по небу шар». Основная часть занятия. Упражнение «Повороты», игровое упражнение «Конвейер». Вводится практика выбора судей. 40 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. 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 символьным 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 детейтренеров. «Интеллектуальная» разминка «Вращение». Основная часть занятия проводится в форме мастер-классов. 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». 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. Мини-соревнование 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. Занятие 19. План занятия составляется с учётом предложенных детьми подвижных игр. Разминка «Деля-неделя». Основная часть занятия. Подвижная игра с мячом проводится назначенным ведущим. Игра пионербол по упрощённым правилам. Свободная 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. 41 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. Эстафета «Баскетбол». Занятие 22. Формирование группы под руководством детейтренеров в соответствии с результатами дошкольников. Разминка «Фигуры», игровое задание «Живые узоры». Основная часть занятия проходит в форме мастер-классов. Игра «Футбольный» баскетбол». Команда-победитель проводит подвижную игру с мячом. 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». 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». 3-й тур. Пионербол. Занятие 28. 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, с баскетбольным мячом. Игра «Зигзаг». Занятие 29. День Левши. Разминка «Левой, левой». Основная часть занятия. Эстафета «Мастер Левша». Игровое упражнение «Пересылка». Игра «Белая линия». 42 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 Занятие 1 (32). Разминка строится на основе символьных загадок и рисунков, предложенных детьми. Основная часть занятия. Упражнение «Сверху — снизу». Игра «Спортлото». Игра «Заколдованные восьмёрки». Занятие 2 (33). Совместно с детьми составляется план занятия на основе выбранных дошкольниками видов деятельности. Разминка «Войди в ритм». Основная часть занятия. Игра «Воздушный змей». Проводятся игры и организуются виды деятельности, выбранные детьми. Занятие 3 (34). 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 (35). Рассматриваются предложения детей о проведении игр с «запретами». Разминка «Страна Наоборот». Основная часть занятия. Игра в бадминтон пара на пару: техника, тактика, правила. Игра «Болотце». Занятие 5 (36). 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 (37). 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 (38). «Жили-были Ох и Ах». Разминка в стиле Оха и Аха. Основная часть занятия. Эстафета «На все руки от скуки». Ве- 43 дение баскетбольного мяча, остановка, бросок в кольцо. Передача баскетбольного мяча разными способами. Упражнения: «Не урони», «Достань волан». Занятие 8 (39). «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». Занятие 9 (40). 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. Игра пионербол. Занятие 10 (41). Разминка. Игра «Быстрые звуки». Основная часть занятия. Отработка движений, выполняемых при нанесении атакующего удара. Отработка «смеша» в парах. Игра «А вам слабо?!». Занятие 11 (42). «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 (43). «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. Занятие 13 (44). «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 (45). День командных соревнований. Разминка, игра «Тень» на базе различных тематических блоков. Основная часть занятия. Командный турнир по бадминтону. Игра «Сломанный телефон». Занятие 15 (46). 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 (47). Десятиборье. Рассказ педагога о десятиборье и десятиборцах. Соревнования: подтягивание, подъём туловища из 44 положения лёжа, прыжки через скакалку, прыжок с места в длину; прицельный удар, подача, переброс с ракетки на ракетку, набивание баскетбольного мяча, бросок в кольцо, пионербол. В соревнованиях участвуют все дети группы. Занятие 17 (48). «Счетоводы». Детям предлагается «количественно» оценить свои успехи в освоении различных элементов спортивного бадминтона. Разминка. Игра «Вспышка молнии». Основная 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 (49). 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». Занятие 19 (50). «Все любят цирк». Педагог предлагает воспитанникам придумать и подготовить программу, подобную цирковой, используя свои спортивные достижения. Разминка «Парад-алле». Основная часть занятия. На основе знакомых детям упражнений проводятся игры: «Жонглёры», «Дрессированный мяч», аттракцион «Горящий обруч». Игра «Собачки». Игра «Ручной волан». Занятие 20 (51). По договорённости с детьми организуется 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 (52). «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 (53). 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 мя- 45 чом. Игра «Смеш». Объявляется конкурс загадок о спортивных играх, инвентаре, различных видах спорта. Занятие 23 (54). 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 (55). 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 детских проектов. Занятие 25 (56). Подводятся итоги конкурса на лучший план занятия. Занятие проводится по выбранному большинством детей сценарию. Занятие 26 (57). «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; выполнение упражнений ОФП; организация фантом выполнения остальными детьми группы упражнений, проведение подвижных, развивающих и спортивных игр, мини-соревнований, подготовки и уборки инвентаря; шуточные задания. Занятие 27 (58). 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 и простейших приёмов спортивного бадминтона. Занятие 28 (59). «Повторялки». Разминка. Игра «Два притопа, три прихлопа». 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 (60). В основе всех заданий лежат числа. Разминка. Подвижно-дидактическая игра «Первый — второй». Основная часть занятия. Игровое упражнение «Выше, дальше, веселее». Игровое упражнение «Счетоводы». Игра в бадминтон в парах. Мини-соревнования в одиночной и парной игре. Игра «По порядку становись!». Занятие 30 (61). Дети придумывают задания с запретами. Разминка на основе игры «Запретные числа». Основная часть занятия. Игра «Повторы». Игровое упражнение «Запрещённый приём». Игра «Цветные команды». Взаимодействие с семьёй: придумать упражнения для «Цветной зарядки». Занятие 31 (62). 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». Заключительные соревнования. Соревнования в одиночной и парной игре по упрощённым правилам. Все дети должны побывать в роли игроков, судей, тренеров и зрителей. Открытый турнир «Большой панамы». Турнир проводится для всех желающих. Участники распределяются по возрастным группам. Предварительно всем желающим предоставляется возможность ознакомиться с правилами игры спортивный бадминтон.