

# Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бадминтон» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке в дисциплинах: одиночный разряд, парный разряд, смешанный разряд с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта

«бадминтон», утвержденным приказом Минспорта России 31.10.2022 № 880 (далее – ФССП) в соответствии с:

* Федеральным законом от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона №127-ФЗ),
* Федеральным законом от 30.04.2021 г. №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании»;
* Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
* Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2022 г.

№575 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».

1. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно- тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

# Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (Приложение № 1 ФССП по виду спорта «Бадминтон»)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Срок реализации этапов  спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку  (лет) | Наполняемость (человек) |
| Этап начальной  подготовки | 1-3 | 8 | 10-16 |
| Учебно-тренировочный  этап (этап спортивной | 4-5 | 9 | 8-12 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| специализации) |  |  |  |

# Объем Программы.

- Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «бадминтон» (Приложение № 2 ФССП по виду спорта «Бадминтон»)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапный норматив | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап  начальной подготовки | | Учебно- тренировочныйэтап  (этап спортивнойспециализации) | |
| До года | Свыше года | До трех лет | Свыше трех  лет |
| Количество часов  в неделю | 4,5 | 6 | 10 | 14 |
| Общее  количество часов в год | 234 | 312 | 520 | 728 |

# Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации

**дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.**

**1.Учебно-тренировочные занятия** проводятся со сформированной учебно- тренировочной группой.

Для реализации программы применяются групповые, индивидуальные, смешанные и иные виды учебно-тренировочных занятий, в том числе с использованием дистанционных технологий.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Занятия начинаются не ранее 08:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20:00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 часов (п 3.6.2 СП 2.4.3648-20).

Проводятся (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

-не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

-не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

-обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса:

1. Объединяются (при необходимости) на временной основе учебно- тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно- тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском; (п.п. 3.7. Приказа № 634).
2. **Учебно-тренировочные мероприятия** - мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям (п. 19 ст. 2 Федерального закона № 329-ФЗ).

Учебно-тренировочные мероприятия (сборы) проводятся в целях качественной подготовки обучающихся и повышения их спортивного мастерства. Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований с учетом классификации учебно-тренировочных мероприятий (п. 39 Приказа № 999).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Виды учебно-тренировочных мероприятий** | **Предельная продолжительность учебно- тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток)** | |
| **Этап начальной подготовки** | **Учебно- тренировочный этап** |
| 1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям | | | |
| 1.1 | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубам России, первенствам России, другим всероссийским  спортивным соревнованиям | - | 14 |
| 1.2 | Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным  соревнованиям субъекта РФ | - | 14 |
| 2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия | | | |
| 2.1 | Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической  подготовке | - | 14 |
| 2.2 | Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный  период | До 21 суток подряд и не более двух учебно- тренировочных мероприятий в год | |

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса формируется количественный состав обучающихся для участия в учебно- тренировочных мероприятиях (сборах) с учетом планирования участия обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а так же в календарный план субъектов Российской Федерации и муниципальных

образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5 - кратного численного состава команды (указывается с учетом п.п. 3.5 Приказа № 634).

1. **Спортивное соревнование -** состязание среди спортсменов или команд по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника соревнования, проводимое по утвержденному его организатором положению (регламенту) (п. 18 ст. 2 Федерального закона № 329- ФЗ)

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

* соответствия возраста, пола и уровня спортивной классификации обучающихся, положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК) и правилам вида спорта;
* наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
* соблюдение общероссийских антидопинговых правил и правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Обучающиеся направляются на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий муниципальных образований и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях. Минимальный объём соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки определяется ФССП.

Объем соревновательной деятельности (Приложение № 4 ФССП по виду спорта «Бадминтон»)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды спортивных соревнований | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап | |
| До года | Свыше  года | Дор трех  лет | Свыше  трех лет |
| Контрольные | 1 | 1 | 1 | 3 |
| Отборочные | - | - | 2 | 5 |
| Основные | - | 1 | 3 | 2 |
| Состязания | 1 | 1 | 1 | 3 |

# Годовой учебно-тренировочный план

Учебно-тренировочный процесс в спортивной школе ведется в соответствии с годовым планом спортивной подготовки (включая шесть недель летнего периода самостоятельной подготовки и (или) летнего спортивно- оздоровительного лагеря для обеспечения непрерывности тренировочного процесса). В годовом плане спортивной подготовки количество часов, отводимых на спортивные соревнования и тренировочные мероприятия, указываются в соответствии с требованиями к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "Бадминтон" и перечнем учебно-тренировочных мероприятий. Самостоятельная подготовка должна составлять не менее 10% от общего количества часов, предусмотренных годовым планом спортивной подготовки.

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки в таблице.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды спортивной подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | |
| До года | Свыше года | До трех лет | Свыше трех лет |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 28-37 | 28-37 | 18-24 | 14-20 |
| 2. | Специальная физическая  подготовка (%) | 14-18 | 14-18 | 17-21 | 15-20 |
| 3. | Участие  в спортивных соревнованиях (%) | - | 1-2 | 2-4 | 4-6 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 32-42 | 32-42 | 32-42 | 30-42 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 8-11 | 8-11 | 10-14 | 11-15 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | 3-5 | 4-6 | 10-14 | 12-16 |
| 7. | Медицинские, медико-  биологические, восстановительные мероприятия, тестирование  и контроль (%) | 1-3 | 1-3 | 2-4 | 2-4 |

# Годовой учебно-тренировочный план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | |
| До года | Свыше года | До трех лет | Свыше трех лет |
| Недельная нагрузка в часах | | | |
| 4,5 | 6 | 10 | 14 |
| Максимальная продолжительность одного учебно- тренировочного занятия в часах | | | |
| 2 | 2 | 3 | 3 |
| Наполняемость групп (человек) | | | |
| 10-16 | 10-16 | 8-12 | 8-12 |
| 1. | Общая физическая подготовка (час.) | 65-86 | 87-115 | 94-125 | 102-145 |
| 2. | Специальная физическая  подготовка (час.) | 33-42 | 44-56 | 88-109 | 109-145 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (час.) | - | 3-6 | 10-20 | 29-44 |
| 4. | Техническая подготовка (час.) | 75-98 | 100-131 | 166-218 | 218-306 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час.) | 19-26 | 25-34 | 52-73 | 80-109 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (час.) | 7-12 | 12-19 | 52-73 | 87-116 |
| 7. | Медицинские,  медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час.) | 2-7 | 3-9 | 10-20 | 14-29 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Общее количество часов в год** | **234** | **312** | **520** | **728** |

* 1. **Календарный план воспитательной работы.**

Календарный план воспитательной работы составляется спортивной школой на учебный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика и следующих основных задач воспитательной работы:

-формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;

-воспитание лидерских качеств, ответственности и патриотизма;

-всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

-укрепление здоровья спортсменов;

-привитие навыков здорового образа жизни;

-формирование основ безопасного поведения при занятиях спортом;

-развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля;

-воспитание гражданина России, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённого в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

# Календарный план воспитательной работы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Направление работы | Мероприятия | Сроки  проведения |
| 1. | **Профориентационная деятельность** | | |
| 1.1. | Судейская практика | **Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:**   * практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; * приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; * приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; * формирование уважительного   отношения к решениям спортивных судей; | В течение года |
| 1.2. | Инструкторская практика | **Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:**   * освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера- преподавателя, инструктора; * составление конспекта учебно- тренировочного занятия в соответствии с | В течение года |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | поставленной задачей;   * формирование навыков наставничества; * формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; * формирование склонности к педагогической работе; |  |
| 2. | **Здоровьесбережение** | | |
| 2.1. | Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | **Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:**   * формирование знаний и умений   в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов);   * подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни   средствами различных видов спорта; | В течение года |
| 2.2. | Режим питания и отдыха | **Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся**:  **-** формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно- тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления  иммунитета); | В течение года |
| 3. | **Патриотическое воспитание обучающихся** | | |
| 3.1. | Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения  болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки | В течение года |
| 3.2. | Практическая подготовка | Участие в: | В течение года |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | * физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия),   награждения на указанных мероприятиях;   * тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей   дополнительные образовательные программы спортивной подготовки; |  |
| 4. | **Развитие творческого мышления** | | |
| 4.1. | Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов) | **Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на:**   * формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; * развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; * правомерное поведение болельщиков; * расширение общего кругозора юных спортсменов; | В течение года |

* 1. **План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в**

# спорте и борьбу с ним

Допингом в спорте признается нарушение антидопингового правила, в том числе использование или попытка использования субстанции и (или) метода, включенных в перечни субстанций и (или) методов, запрещенных для использования в спорте. (ч. I ст. 26 Федерального закона № 329-ФЗ)

Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним осуществляются в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами, утвержденными федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговыми правилами, утвержденными международными антидопинговыми организациями, (ч. 2 ст. 26 Федерального закона № 329-ФЗ).

В Организации осуществляется реализация мер по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводятся с обучающимися занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья обучающихся, об ответственности за нарушение антидопинговых правил. (п. 4 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап спортивной подготовки | Содержание мероприятия и его форма | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий |
|  | Теоретическое занятие  «Определение допинга и виды нарушений | 1 раз в год | Обучающимся даются  начальные знания по тематике; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап начальной подготовки | антидопинговых правил» |  | Согласовать с ответственным за антидопинговое  обеспечение в регионе |
| Теоретическое занятие  «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое  обеспечение в регионе |
| Теоретическое занятие  «Ответственность за нарушение  антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в  Организации |
| Онлайн обучение на сайте  РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн- курса - это неотъемлемая часть системы  антидопингового образования. |
| Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за  антидопинговое обеспечение в регионе |
| Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Теоретическое занятие  «Виды нарушений антидопинговых, правил» | 1-2 раза в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике. Согласовать с ответственным за  антидопинговое обеспечение в Организации |
| Теоретическое занятие  «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике. Согласовать с ответственным за  антидопинговое обеспечение в регионе |
| Теоретическое занятие  «Ответственность за нарушение  антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике. Согласовать с ответственным за  антидопинговое обеспечение в регионе |
| Практическое занятие  «Проверка лекарственных  препаратов (знакомство с международным | 1 раз в  год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | стандартом  «Запрещенный список |  |  |
| Физкультурно- спортивное мероприятие  «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия |
| Онлайн обучение да сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн- курса - это неотъемлемая часть системы  антидопингового образования. |
| Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое  обеспечение в регионе |

Обучающиеся по Программе знакомятся под роспись с локальными

нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами по виду спорта «бадминтон». (п. 5 ч. 2 ст. 34.3 Федерального закона № 329-ФЗ)

# Планы инструкторской и судейской практики.

В течение всего периода обучения тренер должен готовить себе помощников, привлекая учащихся к организации занятий и проведению соревнований. Инструкторская и судейская практика проводится на занятиях и вне занятий. Все занимающиеся должны освоить некоторые навыки учебной работы и навыки судейства соревнований.

Одной из задач спортивных школ является подготовка учащихся к роли помощников тренера, судей. Решение этих задач целесообразно начинать на учебно-тренировочном этапе и продолжать инструкторско-судейскую практику на последующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения, учащихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведению протоколов соревнований. Для этого им необходимо изучать разделы судейских правил по бадминтону. Во время обучения на учебно-тренировочном этапе необходимо научить занимающихся самостоятельному ведению дневника: вести учет тренировочных и соревновательных нагрузок, регистрировать спортивные результаты тестирования, анализировать выступления в соревнованиях.

**Планы инструкторской и судейской практики указываются по этапам спортивной подготовки.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап спортивной  подготовки | Мероприяти  я | Сроки проведения | Рекомендации по проведению  мероприятий |
| Учебно- тренировочный этап (этап спортивной | Инструкторская практика: | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| специализации) | Теоретические занятия | В течение года | Научить обучающихся начальным знаниям спортивной терминологии, умению составлять конспект отдельных частей |
| Практические занятия | В течение года | Проведение обучающимися отдельных частей занятия в своей группе с использованием спортивной терминологии, показом технических элементов, умение  выявлять ошибки. |
| Судейская практика: | | |
| Теоретические занятия | В течение года | Уделять внимание знаниям правил вида спорта, умению решать ситуативные вопросы |
|  | Практические занятия | В течение года | Необходимо постепенное приобретение практических знании обучающимися начиная с судейства на учебно- тренировочном занятии с последующим участием в судействе внутришкольных и иных спортивных мероприятий.  Стремиться получить квалификационную категорию спортивного судьи «юный спортивный судья» |

# Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Медико-восстановительные мероприятия проводятся с целью медико- биологического сопровождения, медицинского обеспечения, осуществления восстановительных и реабилитационных мероприятий, организации спортивного питания (возмещение энергозатрат, фармакологическое обеспечение).

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств указывается по этапам и годам спортивной подготовки.

**План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап спортивной  подготовки | Мероприятия |  | Сроки проведения |
| Этап начальной подготовки (по всем годам) - | Врачебно-педагогические  наблюдения |  | В течение года |
| Предварительные  медицинские осмотры |  | При определении допуска к  мероприятиям |
| Периодические  медицинские осмотры |  | 1 разе в 12 месяцев |
| Этапные и текущие медицинские обследования |  | В течение года  ' |
| Применение медико- |  | В течение года |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | биологических средств |  |  |
| Применение  педагогических средств |  | В течение года |
| Применение  психологических средств |  | В течение года |
| Применение  гигиенических средств |  | В течение года |
| Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)  (по всем годам) | Врачебно-педагогические  наблюдения |  | В течение года |
| Предварительные  медицинские осмотры |  | При определении  допуска к мероприятиям |
| Периодические  медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского  обследования) |  | 1 раз в 12 месяцев |
| Этапные и текущие медицинские  обследования |  | В течение года |
| Применение медико-  биологических средств |  | В течение года |
| Применение  педагогических средств |  | В течение года |
| Применение  психологических средств |  | В течение года |
| Применение  гигиенических средств |  | В течение года |

В СШ осуществляется медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организация систематического медицинского контроля, (п. 3 2 ст. 34.3 Федерального закона. № 329-ФЗ). СШ осуществляет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования в медицинских организациях, осуществляющие проведение медицинских осмотров лиц, занимающихся физической культурой и спортом на этапах спортивной подготовки.

Правила организации оказания медицинской помощи обучающимся (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра, установлены приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях».

Систематический контроль за состоянием здоровья обучающихся (в том числе при подготовке и проведении мероприятий), включает предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования); этапные и текущие медицинские обследования; врачебно-педагогические наблюдения, (п. 8 Приказа № 1144н).

Основанием для допуска обучающегося к учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки является наличие у него медицинского заключения с установленной первой или второй группой здоровья, выданного по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации согласно возрастной группе в соответствии с приказами Минздрава России, (п. 36 Приказа

№ 1144н).

# Система контроля

* 1. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:
     1. На этапе начальной подготовки:

изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом; повысить уровень физической подготовленности;

овладеть основами техники вида спорта «бадминтон»; получить общие знания об антидопинговых правилах; соблюдать антидопинговые правила;

принять участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;

ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на учебно-тренировочной этап (этап спортивной специализации).

* + 1. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации): повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «бадминтон» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;

соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;

изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;

овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта

«бадминтон»;

изучить антидопинговые правила;

соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации начиная с четвертого года;

получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

* 1. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.
  2. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.
     1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта

«Бадминтон» (Приложение №6 ФССП по виду спорта «Бадминтон»)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года  обучения | | Норматив свыше года  обучения | |
| мальчики | девочки | мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | | |
| 1.1. | Бег на 30 м | с | не более | | не более | |
| 6,9 | 7,1 | 6,2 | 6,4 |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | | не менее | |
| 7 | 4 | 10 | 5 |
| 1.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической  скамье (от уровня скамьи) | см | не менее | | не менее | |
| +1 | +3 | +2 | +3 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | не менее | |
| 110 | 105 | 130 | 120 |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки | | | | | | |
| 2.1. | Метание волана | м | не менее | | не менее | |
| 3 | | 5 | 4 |
| 2.2. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | | не более | |
| 3,1 | 3,4 | - | - |
| 2.3. | Челночный бег 6х5 м | с | не более | | не более | |
| - | - | 15,6 | 15,8 |
| 2.4. | Прыжки через скакалку (за 30 с) | количество раз | не менее | | не менее | |
| 40 | 35 | - | - |
| 2.5. |  |  | не менее | | не менее | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прыжки через скакалку  (за 45 с) | количество  раз | - | - | 75 | 65 |

0 баллов - невыполнение минимальных требований физической подготовки 1 балл - обязательное выполнение минимальных показателей физической подготовки

При превышении минимальных показателей физической подготовки: До 10 (см, количество раз), улучшение результата в беге на 0,5 сек - добавляется 1 балл

До 20 (см, количество раз), улучшение результата на 1,0 сек - добавляется 2 балла

Перечень тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, утверждается локальным актом Организации

**до начала проведения аттестации** и охватывает следующие **направления**:

* история вида спорта;
* правила вида спорта;
* вопросы инструкторской и судейской практики;
* вопросы антидопингового обеспечения;
* техника безопасности.
  + 1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по

виду спорта «Бадминтон» (Приложение №7 ФССП по виду спорта

«Бадминтон»)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | | | |
| юноши | | девушки | |
| 1. Нормативы общей физической подготовки | | | | | | |
| 1.1. | Бег на 30 м | с |  | не более | |  |
|  | |  | |
| 1.2. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | количество раз | не менее | | | |
| 13 | | 7 | |
| 1.3. | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье  (от уровня скамьи) | см | не менее | | | |
| +4 | | +5 | |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | | | |
| 140 | | 130 | |
| 2. Нормативы специальной физической подготовки | | | | | | |
| 2.1. | Челночный бег 6х5 м | с |  | не более | |  |
|  | |  | |
| 2.2. | Поднимание туловища  из положения лежа на спине (за 1 мин) | количество раз | не менее | | | |
| 32 | | 28 | |
| 2.3. | Прыжки через скакалку (за 45 с) | количество раз |  | не менее | |  |
|  | |  | |
| 3. Уровень спортивной квалификации | | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 3.1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) | спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд»,  «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд» |
| 3.2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй  спортивный разряд», «первый спортивный разряд» |

0 баллов - невыполнение минимальных требований физической подготовки 1 балл - обязательное выполнение минимальных показателей физической подготовки

При превышении минимальных показателей физической подготовки: До 10 (см, количество раз), улучшение результата в беге на 0,5 сек - добавляется 1 балл

До 20 (см, количество раз), улучшение результата на 1,0 сек - добавляется 2 балла

В зачет учащимся идут итоговые результаты тестирования ОФП и СФП выполнения всех тестов.

Суммарная оценка результатов тестирования равна:

**Высокий** уровень подготовленности –7 баллов и выше ;

**Средний** уровень подготовленности – от 4-7 баллов;

**Низкий** уровень подготовленности – 0-4.

Уровень результатов для перевода на следующий этап спортивной подготовки является высокий (7 и выше).

Минимальный проходной балл - не менее 7 баллов

Перечень тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, утверждается локальным актом Организации

**до начала проведения аттестации** и охватывает следующие **направления**:

* история вида спорта;
* правила вида спорта;
* вопросы инструкторской и судейской практики;
* вопросы антидопингового обеспечения;
* техника безопасности.

# Рабочая программа по виду спорта бадминтон

* 1. **Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки**

Группы начальной подготовки 1-го года обучения. Отбор для занятий бадминтоном осуществляется из числа детей, не имеющих медицинских противопоказаний к этому, на основании результатов приемных нормативов. Из них выделяются наиболее дисциплинированные, инициативные, работоспособные, целеустремленные с хорошими данными физического

развития, быстрые, ловкие с хорошей координацией движения, чувством ритма, мотивацией занятий – быть первым (лучшим) в подвижных играх, эстафетах и упражнениях. Основные задачи спортивной подготовки:

* укрепление здоровья на основе всесторонней физической подготовки – использование средств и методов, применяемых в других видах спорта с учетом возрастных критериев.
* развитие физических способностей, характерных для высококвалифицированных игроков – быстроты, выносливости, ловкости, устойчивости интереса к занятиям, волевых качеств.
* обучение основам техники игры – хвата ракетки, стойки, упражнения с ракеткой и воланом, имитация ударов и имитация перемещений.
* выполнение контрольных нормативов по общей, специальной физической подготовке и по технике выполнения ударов и имитаций.

Группы начальной подготовки 2 -го года обучения. Отбор детей, перспективных для продолжения занятий на основании углубленных наблюдений тренера-преподавателя за состоянием здоровья, темпами прироста двигательных качеств и изменением психо-физиологических показателей, вызванных систематическими занятиями бадминтоном. Основные задачи спортивной подготовки:

* + дальнейшее укрепление здоровья обучающихся на основе занятий физкультурой и спортом с использованием как общих, так и применяемых в бадминтоне упражнений, методов и средств.
  + развитие специфических для бадминтона физических качеств – быстроты движений, скоростной и скоростно-силовой выносливости, прыгучести, гибкости, координации движений, имитации ударов и перемещений.
  + продолжение обучения основам техники игры – стойки, перемещение, имитации ударов, изучение подач, двухсторонняя игра, изучение тактики, игра на счет, соревнования.
  + выполнение контрольных нормативов и разрядных требований. Программный материал:

Теоретическая подготовка:

* + занятия физическими упражнениями в режиме дня, всестороннее развитие человека, влияние физических упражнений на развитие сердечно- сосудистой и дыхательной систем организма, двигательного аппарата человека;
* занятия физкультурой в домашних условиях;
  + история появления и развития бадминтона, спортивный инвентарь; - правила поведения учащихся на занятиях;
* правила содержания инвентаря, ремонт ракеток;
* спортивная одежда и обувь;
* гигиена и режим для спортсмена;
* гигиенические требования к спортивной одежде;
* оценка учащимися своего самочувствия, уровня физической подготовленности;
* простейшие упражнения по освоению элементов техники;
* определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений.

Практическая подготовка:

Общая физическая подготовка Общая физическая подготовка чрезвычайно важна для создания базовых условий специализации, укрепления здоровья. Особенно благоприятен ранний возраст обучающихся для развития качеств и способностей, не связанных с проявлением их абсолютных показателей. Целесообразно развивать такие качества, как гибкость, ловкость, двигательно- координационные способности. Для этого применяются широкий комплекс общеразвивающих упражнений, подвижные игры, беговые и прыжковые упражнения.

Специальная физическая подготовка. Для развития специальных физических качеств (быстрота, игровая выносливость, скоростные скоростно- силовые качества) применяется широкий комплекс упражнений на подготовку наиболее важных в бадминтоне мышц туловища, ног, рук.

Техническая подготовка. На возрастном уровне групп начальной подготовки неправомерно требовать от детей четкого, технически безупречного выполнения конкретных заданий в упражнениях с воланом и ракеткой. Основными педагогическими принципами работы тренера-преподавателя являются последовательность и преемственность заданий и упражнений, переход от простого к сложному. Для реализации этих принципов наиболее эффективными (в порядке повышения сложности упражнений) являются:

* многократность повторения хватки ракетки и основной стойки игрока;
* упражнения с ракеткой и воланом: набивания волана, набивания волана об стенку;
* различные виды жонглирования воланом. После освоения элементарных упражнений с воланом и ракеткой рекомендуется переход к изучению техники простейших ударов, разучивание имитации передвижения по площадке (правильное положение туловища, ног, ракетки, кисти, локтя, плеча)

В группах начальной подготовки в конце учебного года проводятся соревнование - тестирование по физической подготовке и упражнениям с ракеткой и воланом согласно контрольных нормативов, приведенных в программе. Обучающиеся групп начальной подготовки 2-го года обучения принимают участие в соревнованиях. Контроль подготовки. Качество подготовки обучающихся находится под постоянным контролем тренера- преподавателя.

Учебно- тренировочные группы 1-го и 2-го годов обучения.

Отбор детей, перспективных для углубленной тренировки основ техники и тактики бадминтона. На этом этапе определяются потенциальные возможности учащихся в постоянном совершенствовании физических качеств, быстром овладении техническими приемами и тактикой игры, формировании психофизиологических показателей, характерных для игроков высокого класса. Основные задачи спортивной подготовки:

* дальнейшее укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие учащихся, работа по развитию качеств, уровень которых является недостаточным для данного этапа подготовки. Применение широкого комплекса средств физического совершенствования: спортивные игры, другие виды спорта, разнообразные виды активного отдыха, использование природных факторов – солнца, воздушных ванн, гидропроцедур.
* развитие специальных для бадминтона физических качеств (быстрота ударных движений, передвижений, смена игровых позиций и стоек, игровая выносливость), повышение их уровня с помощью специальных средств, применяемых в бадминтоне - тренажеров и приспособлений, имитации элементов техники, передвижений и их сочетаний, а также педагогических методов.
* обучение широкому арсеналу технико-тактических приемов игры: разнообразные способы подач, и их приема, ударов, перемещений, их совершенствование и применение в соревновательных условиях.
* выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке, зачеты по теории игры, практике организации учебно- тренировочного процесса и судейства соревнований.

Программный материал. Теоретическая подготовка.

* история развития бадминтона.
* любительский и профессиональный бадминтон в России. Основы техники бадминтона.
* техника подач;
* техника ударов;
* использование физических упражнений в домашних условиях для развития специальных физических качеств – упражнения для ног, растяжка, пресс, кисть.
* режим для спортсмена. Сон. Регулярность питания, калорийность пищи и ее витаминизация. Личная гигиена одежды, обуви, тела. - правила техники безопасности.

Практическая подготовка.

Укрепление здоровья и развитие физических качеств и координационных способностей учащихся, по повышению функциональных возможностей их организма. Применяется широкий комплекс упражнений предыдущего этапа подготовки. Расширяется круг подвижных и спортивных игр по упрощенным правилам. Использование для целей общей физической подготовки занятий другими видами спорта (легкая атлетика, плавание, спортивная гимнастика, акробатика).

Специальная физическая подготовка.

Развитие специальных физических качеств, необходимых спортсмену для достижения высоких результатов в бадминтоне, интенсификация учебно- тренировочного процесса. Использование имитационных упражнений – для совершенствования ударных движений, передвижений. Повторение

упражнений, применявшихся на предыдущем этапе подготовки. Применение тренажеров и приспособлений.

Технико-тактическая подготовка.

Повторение материала предыдущего этапа подготовки: имитация передвижений, ударов, сочетание ударов справа и слева, игра на счет. Повышение скорости обработки всех ударов, многоволанка. Индивидуализация стиля игры в зависимости от особенностей физического развития, психофизиологических показателей и склонностей учащихся. Игры на счет с применением различных заданий. Участие в соревнованиях.

Учебно-тренировочные группы 3-го - 5-го годов обучения. Основные задачи спортивной подготовки:

* продолжение отбора детей, перспективных для дальнейшей углубленной специализации в бадминтоне.
* дальнейшее укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие с использованием средств и методов предыдущего года занятий.
* повышение уровня развития физических качеств и координационных способностей: скоростной выносливости, быстроты передвижений и ударов, игровой выносливости с помощью традиционных для игры педагогических методов, приспособлений и тренажеров, имитационных упражнений.
* углубленное совершенствование технико-тактических приемов игры.
* изучение теории игры, правил соревнований, методики проведения занятий, судейство соревнований, проведение занятий в роли помощника тренера.
* выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, технико-тактической подготовке. Зачеты по практике организации и проведения занятий и соревнований. Выполнение разрядных нормативов, достижение на соревнованиях результатов, запланированных тренером.

Программный материал. Теоретическая подготовка.

* развитие физической культуры и спорта в Российской федерации в наши

дни.

* пути развития детского спорта в стране.
* техника бадминтона.
* просмотр видеозаписей игр и техники выполнения ударов.
* тренировка в домашних условиях: упражнения для развития

специальных физических качеств.

* + правила техники безопасности.
  + личная гигиена. Режим дня. Сон. Питание. Значение средств закаливания организма. Практическая подготовка. Общая физическая подготовка. Для общего развития применяются средства и упражнения предыдущего этапа подготовки. Особое внимание уделяется развитию скоростной скоростно- силовой выносливости, быстроты передвижений, игровой выносливости. Спортивные игры – баскетбол, флорбол, футбол, теннис. Широкое

использование тренажеров и технических приспособлений для развития мышц ног, туловища.

Специальная физическая подготовка.

Продолжение работы по развитию специальных физических качеств и способностей, характерных для ведущих игроков мира. Широкое применение в занятиях имитационных упражнений, как средства тренировки наиболее необходимых для игры групп мышц. Повышение уровня функциональной работоспособности организма при помощи технических средств: тренажеров, приспособлений и педагогических методов. Повторение упражнений предыдущего этапа подготовки.

Технико-тактическая подготовка.

Повторение материала предыдущего этапа подготовки. Повышение скорости передвижений и выполнения всех ударов. Отработка ударов на площадке, тренировка подач и их приема. Тренировка комбинаций для одиночных, парных и смешанных игр. Изучение технико-тактических действий в парах. Индивидуальные тренировки в зависимости от индивидуальных особенностей стиля игры. Тренировочные игры, участие в соревнованиях. Контроль подготовки.

# Учебно-тематический план по этапам спортивной подготовки

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап спортивно й  подготовки | Темы по теоретической подготовке | Объем времени в год  (минут) | Сроки проведения | Краткое содержание |
| Этап начальной подготовки | **Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года**  **обучения:** | **≈ 120/180** |  |  |
| История возникновения вида спорта и его развитие | ≈ 13/20 | сентябрь | Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских  игр. |
| Физическая культура – важное средство  физического развития и укрепления здоровья человека | ≈ 13/20 | октябрь | Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков. |
| Гигиенические основы | ≈ 13/20 | ноябрь | Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и  спортом |  |  | полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах. |
| Закалив ание организма | ≈ 13/20 | декабрь | Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях  физической культуры и спортом. |
| Самоко  нтроль в процессе  занятий  физической культуры и спортом | ≈ 13/20 | январь | Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме. |
| Теорети ческие основы обучения  базовым элементам техники и тактики вида спорта | ≈ 13/20 | май | Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения. |
|  | … | июнь | Понятийность.  Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду  спорта. |
| Режим  дня и питание обучающихся | ≈ 14/20 | август | Расписание учебно- тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное,  сбалансированное питание. |
| Оборуд  ование и спортивный | ≈ 14/20 | ноябрь-май | Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного  инвентаря. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | инвентарь по  виду спорта |  |  |  |
| Учебно- трениро- вочный этап (этап спортивно й специализа  -ции) | **Всего**  **на учебно- тренировочно м этапе до трех лет обучения/ свыше трех лет обучения:** | **≈ 600/960** |  |  |
| Роль и  место  физической культуры в формировании личностных качеств | ≈ 70/107 | сентябрь | Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в  собственных силах. |
| История возникновения олимпийского движения | ≈ 70/107 | октябрь | **Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).** |
| Режим  дня и питание обучающихся | ≈ 70/107 | ноябрь | Расписание учебно- тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное  питание. |
| Физиологическ ие основы  физической культуры | ≈ 70/107 | декабрь | Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы  развития двигательных навыков. |
| Учет соревнователь ной  деятельности,  самоанализ обучающегося | ≈ 70/107 | январь | Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. |
| Теоретические основы технико- тактической подготовки.  Основы техники вида спорта | ≈ 70/107 | май | Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Психологическ ая подготовка | ≈ 60/106 | сентябрь- апрель | Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые  качества личности. Системные волевые качества личности |
| Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта | ≈ 60/106 | декабрь- май | Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к  спортивным соревнованиям. |
| Правила вида спорта | ≈ 60/106 | декабрь- май | Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников  спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях. |

1. **Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам**
   1. Обучение бадминтону в МБУ ДО «Малоархангельская ДЮСШ» осуществляется по следующим дисциплинам:

* одиночный разряд;
* парный разряд;
* смешанный разряд.

Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта "бадминтон", по которым осуществляется спортивная подготовка.

* 1. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "бадминтон" учитываются при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том

числе годового учебно-тренировочного плана.

* 1. Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.
  2. Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при

условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта "бадминтон" и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта "бадминтон" не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

* 1. В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления

спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "бадминтон".

# Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

1. Материально-технические условия реализации дополнительной программы спортивной подготовки по виду спорта «Бадминтон».

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

* наличие тренировочного спортивного зала;
* наличие тренажерного зала;
* наличие раздевалок, душевых;
* наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238);
* обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (приложение № 10 к ФССП);
* обеспечение спортивной экипировкой (приложение № 11 к ФССП);
* обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
* обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
* медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

# Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

**(Приложение № 10 из ФССП по виду спорта «Бадминтон»):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование | Единица  измерения | Количество  изделий |
| 1. | Волан для бадминтона (перьевой) | штук | 960 |
| 2. | Волан для бадминтона (пластиковый) | штук | 240 |
| 3. | Обмотка для ракеток | штук | 50 |
| 4. | Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг) | комплект | 3 |
| 5. | Станок для натяжки ракеток | штук | 1 |
| 6. | Струна для натяжки ракеток | комплект | 30 |
| 7. | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | штук | 7 |
| 8. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 9. | Ракетка для бадминтона | штук | 10 |
| 10. | Сетка для бадминтона | комплект | 2 |
| 11. | Скамейка гимнастическая | штук | 3 |
| 12. | Стенка гимнастическая | штук | 3 |
| 13. | Стойки для бадминтона | комплект | 2 |
| 14. | Барьер легкоатлетический | штук | 8 |
| 15. | Барьер низкий | штук | 8 |
| 16. | Координационная лесенка для бега | штук | 5 |
| 17. | Мат гимнастический | комплект | 4 |
| 18. | Перекладина гимнастическая | штук | 1 |
| 19. | Скамейка гимнастическая | штук | 3 |
| 20. | Стенка гимнастическая | штук | 3 |
| 21. | Степ-платформа | штук | 5 |
| 22. | Утяжелители для ног | комплект | 10 |
| 23. | Фишка (конус) | штук | 30 |
| 24. | Эспандер ленточный | штук | 10 |
| 25. | Эспандер трубчатый с резиновыми ручками | штук | 5 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование | | | | | |
|  |  |  |  | Этапы спортивной подготовки | |
| № п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап  (этап спортивной |
|  |  |  |  |  | специализации) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | количество | срок эксплуатации (мес) | количество | срок эксплуатации (мес) |
| 1. | Волан для бадминтона  (перьевой) | штук | на обучающегося | - | - | 32 | 1 |
| 2. | Обмотка для ракеток | штук | на  обучающегося | - | - | 24 | 12 |
| 3. | Ракетка для  бадминтона | штук | на  обучающегося | - | - | 2 | 12 |
| 4. | Струна для натяжки ракеток | комплект | на обучающегося | - | - | 24 | 12 |

Обеспечение спортивной экипировкой:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование | | | | | | | |
| № п/п | Наименование | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно- тренировочный этап  (этап спортивной специализации) | |
| количество | срок эксплуатации  (лет) | количество | срок эксплуатации (лет) |
| 1. | Костюм спортивный  тренировочный зимний | штук | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 2. | Костюм спортивный  тренировочный летний | штук | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 3. | Кроссовки для  спортивного зала | пар | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 4. | Спортивные брюки | штук | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 5. | Фиксаторы для  голеностопа | комплект | на  обучающегося | - | - | - | - |
| 6. | Фиксаторы коленных  суставов | комплект | на  обучающегося | - | - | - | - |
| 7. | Фиксаторы локтевых  суставов | комплект | на  обучающегося | - | - | - | - |
| 8. | Футболка | штук | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 9. | Шорты | штук | на  обучающегося | - | - | 1 | 1 |
| 10. | Чехол на ракетку | штук | на | - | - | 1 | 12 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | (сумка-чехол) |  | обучающегося |  |  |  |  |

# Кадровые условия реализации Программы

Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

18.1. В деятельности по реализации Программы в МБУ ДО «Малоархангельская ДЮСШ»участвуют педагогические, руководящие и иные работники. Минимальная укомплектованность организации педагогическими, руководящими и иными работниками:

* + руководящие работники: директор, заместитель директора, специалист по кадровому делопроизводству;
  + педагогические работники: тренер-преподаватель по бадминтону.

18.2 Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников спортивной школы, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер- преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615).

* 1. В целях обеспечения непрерывности профессионального развития тренеры-преподаватели МБУ ДО «Малоархангельская ДЮСШ» не реже одного раза в три года проходят обучение по программам повышения квалификации в организациях, имеющих лицензию на право ведения данного вида образовательной деятельности.
  2. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта "бадминтон", а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

# Информационно-методические условия реализации Программы

Для реализации Программы в МБУ ДО «Малоархангельская ДЮСШ» созданы следующие информационно-методические условия:

* в учреждении имеются методические и учебные пособия;
* в процессе обучения тренеры-преподаватели используют информационные Интернет-ресурсы (базы данных, информационные системы, обучающие

образовательные ресурсы, электронные библиотеки), аудиовизуальные средства (видеофильмы).

# Список информационных, методических и учебных пособий:

* 1. Н.В. Казанцева, Е.В. Глазова, А.А. Малеванный. Методика обучения бадминтону для студентов средних специальных и высших учебных заведений: учеб. Пособие. - Иркутск.: Издательство БГУ, 2016. - 104 с.:
  2. В.П. Помыткин. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика. Ульяновск.2012.- 344с.

# Перечень Интернет-ресурсов, в т.ч. электронных образовательных ресурсов:

1. официальный сайт министерства спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru/);
2. официальный сайт министерства физической культуры и спорта Краснодарского края <http://www.kubansport.ru/>;
3. официальный сайт российского антидопингового агентства [http://www.rusada.ru](http://www.rusada.ru/);
4. официальный сайт всемирного антидопингового агентства [http://www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org/) ;
5. официальный сайт олимпийского комитета России <http://www.roc.ru/>;
6. официальный сайт международного олимпийского комитета [https://www.olympic.org](https://www.olympic.org/);
7. методический раздел сайта ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» https://fcpsr.ru/cat/1/1/37;
8. сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/>;
9. электронный ресурс «Спортивная Россия» <https://infosport.ru/>;
10. сайт для учителей физической культуры Физкультура

«https://fizcultura.ucoz.ru/;

1. научная электронная библиотека [http://www.elibrary.ru/;](http://www.elibrary.ru/%3B)
2. электронный ресурс «Российская Спортивная Энциклопедия» <https://libsport.ru/>;