



ДОКУМЕНТЫ

БАДМИНТОННОГО КЛУБА

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № _____

ПРИ ОТДЕЛЕ ДОШКОЛЬНОГО И ШКОЛЬНОГО

ОБРАЗОВАНИЯ _____

УПРАВЛЕНИИ ОТДЕЛЕ ДОШКОЛЬНОГО И

ШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

20__-20__ УЧЕБНЫЙ ГОД

Информация о членах кружка

<i>n/n</i>	Имя фамилия	Год рождения	Класс	Адрес	Родители	Номер телефони	Прим.
<i>1.</i>							
<i>2.</i>							
<i>3.</i>							
<i>4.</i>							
<i>5.</i>							
<i>6.</i>							
<i>7.</i>							
<i>8.</i>							
<i>9.</i>							
<i>10.</i>							
<i>11.</i>							
<i>12.</i>							
<i>13.</i>							
<i>14.</i>							
<i>15.</i>							

<i>16.</i>							
<i>17.</i>							
<i>18.</i>							
<i>19.</i>							
<i>20.</i>							
<i>21.</i>							
<i>22.</i>							
<i>23.</i>							
<i>24.</i>							
<i>25.</i>							
<i>26.</i>							
<i>27.</i>							
<i>28.</i>							
<i>29.</i>							
<i>30.</i>							

«Утверждаю»
Директор школы:

«___» _____ 20__ г

«Согласован»
Зам директора школы:

«___» _____ 20__ г

ПЛАН

кружка «_____» на 20__-20__ учебный год

п/п	Темы	часы	число	прим
1.	Введение	1		
2.	Возникновение и развитие бадминтона	1		
3.	Новые правила бадминтона	1		
4.	Первый официальный чемпионат миру по бадминтону	1		
5.	Закрепление	1		
6.	Airbadminton	1		
7.	Основные понятия	1		
8.	Площадка	1		
9.	Сетка	1		
10.	Инвентарь	1		
11.	Тестирование волана на скорость	1		
12.	Ракетка	1		
13.	Струнная поверхность	1		
14.	Способ держания (хват) ракетки	1		
15.	Видов хвата ракетки	1		
16.	При азиатской хватке	1		
17.	Экипировка	1		
18.	Правила игры	1		
19.	Подача	1		
20.	Одиночные игры	1		
21.	Парные игры	1		
22.	Последовательность подач	1		
23.	Нарушения	1		
24.	Спорный розыгрыш	1		
25.	Непрерывность игры	1		
26.	Судьи и апелляции	1		
27.	Основные хватки ракетки в бадминтоне	1		
28.	Стойка бадминтониста	1		
29.	Подачи	1		
30.	Типы подачи	1		
31.	Низкая подача открытой стороной ракетки	1		
32.	Высоко-далекая подача	1		
33.	Удары в бадминтоне	1		
34.	Высоко-далекий (высокий атакующий) удар	1		
35.	Смеш и полусмеш	1		
36.	Короткие - быстрые удары	1		

37.	Короткий – быстрый над головой	1		
38.	Короткий – близкий удар	1		
39.	Подставка	1		
40.	Плоский удар	1		
41.	Перевод	1		
42.	Блокирующий удар	1		
43.	Удары над головой закрытой стороной ракетки	1		
44.	Тактика игры в бадминтон	1		
45.	Главное в тактике любой игры	1		
46.	Игра в одиночном разряде	1		
47.	Игра в парном разряде	1		
48.	Тактика игры смешанных пар (микст)	1		
49.	Выбор позиции	1		
50.	Особенности психологической подготовки в ациклических видах спорта	1		
51.	Биомеханической характеристикой ациклических упражнений	1		
52.	Закрепление	1		
53.	Психофизиологический статус бадминтонистов	1		
54.	Методика воспитания физического качества «ловкость»	1		
55.	Что такое ловкость?	1		
56.	Упражнения	1		
57.	Методика воспитания физического качества «быстрота»	1		
58.	Упражнения для развития гибкости	1		
59.	Методика воспитания физического качества «выносливость»	1		
60.	Методика воспитания физического качества «сила»	1		
61.	Упражнения для развития силовых способностей	1		
62.	Упражнения	1		
63.	Очисти свой сад от камней	1		
64.	Закинь волан	1		
65.	Гонка волана	1		
66.	Убеги от водящего	1		
67.	Четные и нечетные	1		
68.	Вышибалы подачи	1		

Дата: “__” _____ 20____ год. Классы: _____. Руководитель кружка: _____

Тема: Введение

Цель:

- популяризация бадминтона,
- приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом,
- повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом
- обучение учащихся технике игры;
- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом

Оборудование: свисток, экипировка для бадминтона



Бадминтон – является компактный спортивным видом спорта, не требующий огромным затратного финансирования на приобретение игрового инвентаря и специализированной экипировки. Игровую площадку можно легко оборудовать в любом, даже самом маленьком по диаметре зале, площадке во дворе или в парке. Игра в бадминтон подкупает своей простотой. Уже после проведения первых занятий обучающийся практически овладевает основами техники игры и может самостоятельно вести её [1; 5; 8 и др.].

Внедрение бадминтона в учебный процесс физического воспитания способствует формированию мотивации и потребности студентов в ценности здорового образа жизни, развитию основных физических и психических качеств личности, творческому использованию физической культуры в организация здорового образа жизни. При игре в бадминтон не применяется какой-то дорогостоящий инвентарь. Игроки могут иметь разную физическую и техническую подготовленность, половую принадлежность. В зависимости от целей занятия или урока могут решаться разные задачи: оздоровительная, совершенствование физических качеств и техники игры, соревновательная. Физическая нагрузка, как отмечено выше, может варьироваться очень сильно, что связано с большим расходом энергии и интенсивной работой сердечно-сосудистой и дыхательной систем

Домашнее задание: Повторение

Зам директора школы _____ дата _____ 20____ год

Дата: “ ___ ” _____ 20____ год. Классы: _____. Руководитель кружка: _____

Тема: Возникновение и развитие бадминтона

Цель:

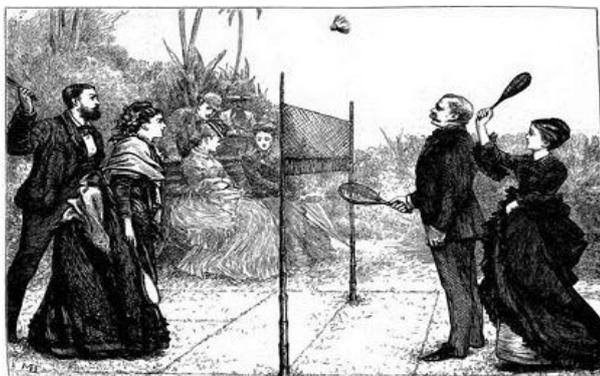
- популяризация бадминтона,
- приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом,
- повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом
- обучение учащихся технике игры;
- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом

Оборудование: свисток, экипировка для бадминтона

Игра бадминтон начинает свою историю с V века до н.э. На тот момент в Китае практиковалась подвижная игра ти цзянь цзы, в которой использовали волан. Игра заключалась в удержании волана в воздухе как можно большее количество времени. Так, как ракетки еще не использовались, игроки отбивали волан ногами.



Во многих европейских странах в XVII веке была известна подвижная игра *battledore and shuttlecock*. Сначала забава была популярна только среди детей, но вскоре игру начали осваивать и взрослые, в особенности в высших слоях общества. Игра в том варианте не предполагала соперничества и велась без сетки. Суть игры состояла в том, чтобы не допустить падения волана на землю. Именно эта подвижная игра дала

начало для таких игр, как спортивный бадминтон и теннис. Современный этап развития бадминтона начинается в 1872 году. История заключалась в том, что Бофорт – английский герцог – привез с собой волан и ракетки после путешествия в Индию. Игра называлась пунэ и впервые была представлена обществу в герцогстве Бадминтон, практически сразу завоевала любовь среди офицеров армии, поскольку содержала элементы соперничества. Так именованная игра дала название подвижной игре. Правила игры заключались в том, чтобы перебрасывать волан через сетку, соревнуясь друг с другом в скорости и прыткости. Поклонники игры придумали специальную форму одежды для игры в бадминтон. Джентльмены надевали сапоги на довольно высоком каблуке, сюртуки, а на голову – цилиндр. Леди также принимали участие в игре, надевая для турниров длинные юбки и широкополые шляпы.

Домашнее задание: Повторение

Зам директора школы _____ дата _____ 20__ год

Дата: “__” _____ 20____ год. Классы: _____. Руководитель кружка: _____

Тема: Новые правила бадминтона

Цель:

- популяризация бадминтона,
- приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом,
- повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом
- обучение учащихся технике игры;
- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом

Оборудование: свисток, экипировка для бадминтона

Новые правила бадминтона были написаны в 1887 году в клубе бадминтонистов Бата. Под председательством Бата в 1893 году была создана первая в своем роде Ассоциация бадминтонного клуба Английского королевства. По всей Англии стремительно образовывались клубы бадминтонистов. Первоначально в ассоциацию были приняты 9 клубов. Затем в течение одного года ассоциация пополнилась еще 14 клубами. Первый открытый чемпионат Англии по бадминтону был организован в 1899 году. Однако, официальной датой первых соревнований все же стал 1904 год – именно тогда

начался отсчет чемпионатов. Сегодня, как и в те дни, ежегодный открытый чемпионат Англии по бадминтону остается самым престижным из числа международных турниров. Постепенно, игра в бадминтон распространилась и получила популярность не только в Английском королевстве. Уже в 1937 году была образована Международная федерация бадминтона, президентом которой был выбран сэр Дж. А. Томас. За 20 лет своего председательства в федерации, сэр Дж. А. Томас сумел внести существенный вклад в развитие бадминтона во всей Великобритании. Сэр Томас был не только управляющим, но также отличным бадминтонистом. Он одержал 21 победу на открытом первенстве Англии, 90 раз становился победителем на различных междуна родных турнирах. В честь сэра Томаса, начиная с 1948 года каждые три года проводился Кубок Томаса среди мужских команд Великобритании. Также в 1956 году был основан традиционный Кубок Убер, который разыгрывался среди женщин (женских команд). Кубок был именован в честь известной бадминтонистки, победившей на чемпионате Англии 13 раз. Начиная с 1960-х годов бадминтон начал стал популярным во многих странах мира. На проводимых международных турнирах собирались многотысячные поклонники зрелищной игры

Домашнее задание: Повторение



Зам директора школы _____ дата _____ 20__ год

веб-сайтимиз: Zokirjon.com

***Zokirjon.com* веб-сайти орқали ўзингиз учун керакли маълумотларни юклаб олинг.**

Зокиржон Админ билан

***90-834-22-66* номердаги телеграм орқали боғланишингиз *пза234* излаб телеграмдан ёзишингиз сўралади.**

Телеграмда мурожаатингизга ўз вақтида жавоб берилади

***75* листдан иборат бадминтон *68* соатли тўгаракни тўлиқ ҳолда олиш учун телеграмдан ёзинг.**

Телеграм каналимиз:

[@maktablar_uchun_hujjatlar](https://t.me/maktablar_uchun_hujjatlar)

Тўлов учун: ХУМО 9860230104973329

Пластик эгаси Набиев Зокиржон



ДИҚҚАТ!!!

Бу ҳужжатни ҳеч кимга тарқатмаслик шарти билан олишингиз мумкин.
Сизга бу **ОМОНАТ** қилиб берилади.
Тўлиқ ҳолда олганингиздан сўнг:
Фақат ўзингиз учун фойдаланинг.
Ҳеч кимга берманг ҳаттоки энг яқин инсонингизга ҳам.
Интернет веб-сайтларга жойламанг.
Телеграм орқали канал ва группаларга тарқатманг.
ОМОНАТГА ҲИЁНАТ ҚИЛМАНГ.

Bizni xizmatdan foydalanib qulay imkoniyatga ega bo'ling!

Bizda rus va o'zbek maktablar uchun quydagi hujjatlar mavjud.

- 1. 1-11-sinflar uchun sinf soati ish reja va konspektlari UZ-RU**
- 2. 1-11-sinflar uchun barcha fanlardan to'g'arak hujjatlari UZ-RU**
- 3. Sinf rahbar hujjatlari UZ-RU**
- 4. Metodbirlashma hujjatlari UZ-RU**
- 5. Ustama hujjatlari UZ-RU**
- 6. 1-11-sinflar uchun barcha fanlardan konspektlar UZ-RU**
- 7. 1-11-sinflar uchun ish rejalar (Taqvim mavzu rejalar) UZ-RU**
- 8. Maktab ish hujjatlari UZ-RU**
- 9. Direktor ish hujjatlari UZ-RU**
- 10. MMIBDO' ish hujjatlari UZ-RU**
- 11. O'IBDO' ish hujjatlari UZ-RU**
- 12. Psixolog hujjatlari UZ-RU**
- 13. Xotin-qizlar qo'mitasi ish hujjatlari UZ-RU**
- 14. Kutubxona mudirasi ish hujjatlari UZ-RU**
- 15. Besh tashabbus hujjatlari UZ-RU**
- 16. Ochiq dars ishlanmalar, taqdimotlar, slaydlar UZ-RU**
- 17. Bayonnomalar UZ-RU**
- 18. O'qituvchilarning ilg'or tajribasini omalashtirish hujjatlari**
- 19. Tezislar, referatlar, mustaqil ishlar.**