

Бадминтон

Продолжительность занятия: 1 ч. Количество занятий в неделю: 2 занятия. Возраст обучающихся: 7-12 лет. Стоимость в месяц: 1000 руб. Педагог – учитель высшей квалификации, кандидат в мастера спорта по легкой атлетике Дроцев Николай Георгиевич.

Бадминтон - не хобби и не страсть.
Это - как полет под небесами...
Прежде, чем волан успел упасть,
Мы к нему навстречу мчимся сами....

Если вы ищете интересный и азартный вид спорта, который поможет заниматься физической активностью с удовольствием, поддерживать себя в форме и отлично проводить время, то бадминтон – именно то, что вам нужно. Занятия бадминтоном помогут развить выносливость и получить навыки тактики. В занятия включены здоровьесберегающие элементы.



Основные задачи курса:

- укреплять опорно-двигательный аппарат и содействовать правильному разностороннему физическому развитию;
- развивать координационные способности;
- обучать простейшим техническим действиям в нападении и защите, взаимодействию в парной игре с партнером;
- воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыки культурного поведения, чувство дружбы;
- воспитывать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки и укрепления здоровья.