

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
п. ЧЕРНЫШЕВСК**

Рассмотрено на
педагогическом совете
Протокол № 6
«26» 08 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ПО БАДМИНТОНУ**

Срок реализации – 1 год
Программа рассчитана для детей возраста 6-12 лет
Разработчик программы:
Никитина Ольга Николаевна
тренер-преподаватель

п. Чернышевск
2025г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015г. №729-р.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
5. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам, образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

Программа по бадминтону рассчитана на школьников в возрасте от 7 до 17 лет. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях. Теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий.

Содержание учебно-тренировочной работы в спортивной секции отвечает требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей школьников.

Спортивная группа создается с учетом возраста, пола и уровня

спортивной подготовки.

Программа раскрывает методические особенности обучения игре в бадминтон.

Целью физического воспитания является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры, а в частности бадминтона, в организации здорового образа жизни.

В рамках реализации этой цели программа по бадминтону для обучающихся будет способствовать решению следующих задач:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
- освоение знаний о игре в бадминтон, истории бадминтона и его современном развитии, роли формирования здорового образа жизни средствами бадминтона;
- обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества.

В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

Образовательный процесс. В группе занимаются и мальчики, и девочки. Количественный состав 25 учащихся. Это позволяет уделить внимание каждому ребенку и дать им полный объем знаний и умений,

предусмотренных программой.

В группах собираются дети с разным уровнем развития. Занятия проходят три раза в неделю, общая загруженность обучения- 6 часов (1 занятие – 2 часа).

Программа обучения. Занятия бадминтоном позволяют разносторонне воздействовать на организм человека, развивают силу, выносливость, координацию движения, улучшают подвижность в суставах, способствуют приобретению широкого круга двигательных навыков, воспитывают волевые качества.

Бадминтон развивает точность зрительного восприятия, быстроту движений и пространственное представление о своём теле на площадке. Широкая возможность вариативности нагрузки позволяют использовать бадминтон, как реабилитационное средство, в группах общей физической подготовки и на занятиях в специальной медицинской группе.

В тематическом планировании отражены темы основных разделов программы и даны характеристики видов деятельности обучающихся.

Содержание программы

Программа включает в себя три основных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

В разделе «Знания о физической культуре» представлены основные термины и понятия игры в бадминтон, история развития бадминтона, и его роль в современном обществе. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки бадминтонистов, особенности

организации и проведения самостоятельных занятий по бадминтону, даются правила игры в бадминтон и требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя: организацию и проведение самостоятельных занятий бадминтоном с учетом индивидуальных особенностей физического развития и уровня подготовленности; соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выбор инвентаря, одежды для занятий бадминтоном.

Организация и проведение самостоятельных занятий по бадминтону. Планирование занятий по бадминтону. Составление по образцу комплексов упражнений для развития физических качеств в бадминтоне. Подводящие и подготовительные упражнения в бадминтоне, необходимые для освоения двигательных действий. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Последовательное выполнение частей занятия, наблюдение за режимом нагрузки (по частоте сердечных сокращений) в течение занятия. Организация досуга посредством игры в бадминтон.

Оценка эффективности занятий по бадминтону. Самонаблюдение и самоконтроль на занятиях по бадминтону. Измерение частоты сердечных сокращений во время занятий. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Правила самостоятельного тестирования физических качеств в бадминтоне. Оценка основных технических приемов игры (стойки, подачи, удары, передвижение по корту). Способы выявления и устранения ошибок в бадминтоне. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Раздел «Физическое совершенствование», ориентирован на

гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья. Этот раздел включает в себя несколько направлений:

«Физкультурно-оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» и «Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью».

«Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся. В этом разделе изучаются оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с обще-развивающей направленностью», направлена на физическое совершенствование обучающихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки бадминтонистов. Освоение обучающимися способам хватки ракетки, подачи, ударов по волану, техники передвижения по площадке, технико-тактических действий в бадминтоне.

Способы держания (хватки) ракетки: универсальная, для удара открытой и закрытой стороной ракетки.

Стойки: при подаче, при приеме, игровые; правосторонние, левосторонние; высокие, средние, низкие; атакующие, защитные, универсальные.

Поддачи: открытой и закрытой стороной ракетки; высоко-далекая, высокая, атакующая, плоская, короткая.

Удары: фронтальные, не фронтальные; открытой и закрытой стороной ракетки; сверху, сбоку, снизу; высоко-далекий; высокий атакующий; атакующий («смэш», «полусмэш»); плоский; укороченный; сброс на сетке; подставка; подкрутка, в «противоход».

Передвижения: вперед, назад, в сторону; простой, переменный, приставной, перекрестный; выпад, прыжок, бег.

Упражнения для развития гибкости и подвижности в суставах. Упражнения для развития силы кисти. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития ориентации в пространстве, равновесия, реагирующей способности. Упражнения на расслабление.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью», ориентирована на обучение: стойкам при подаче, приеме волана; передвижениям по зонам площадки; плоской, короткой подач, открытой и закрытой стороной ракетки; нападающему, блокирующему, плоскому ударам; приемам короткого удара справа, слева, с отбросом на заднюю линию, подставка открытой и закрытой стороной ракетки у сетки. Совершенствование тактики игры в нападении, в защите, в разных зонах площадки. Отработка тактических игровых комбинаций. Игра в бадминтон по правилам. Упражнения специальной физической и технической подготовки.

Тематический план (3 раза в неделю по 2 часа)

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка
1.	Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	12	2	10
2.	Ознакомление учащихся с размерами площадки, с правилами игры на счет.	2	2	
3.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	20		20

4.	Изучение основных типов подач в бадминтоне(высоко-далекая, короткая и плоская подачи).	22	2	20
5.	Совершенствование основных типов подач в бадминтоне.	6		6
6.	Обучение техники приема подачи.	12		12
7.	Техника и тактика парной игры.	12	2	10
8.	Изучение основных ударов в бадминтоне (удары сверху открытой и закрытой стороной, удары справа и слева).	22	2	20
9.	Совершенствование основных ударов в бадминтоне.	12		12
10.	Обучение техники выполнения атакующего удара(смеша).	8	2	6
11.	Изучение сеточного удара (подставка откидка, удар по диагонали).	20	2	18
12.	Совершенствование сеточного удара.	8		8
13.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	14		14
14.	Проведение одиночных встреч до 5,11,21очков.	24		25
15.	Сдача контрольных нормативов.	6		6
	Всего	200		

Учебно-тематический план составлен на основании Учебного графика и Образовательной программы ДЮСШ п. Чернышевск, исходя из 34 учебных недель.

Календарно-тематическое планирование по бадминтону

№ п/п	Наименование тем	План	Факт	Примечание
1.	Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	Сентябрь 1 неделя		
2.	Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	Сентябрь 1 неделя		
3.	Ознакомление учащихся с размерами площадки, с правилами игры на счет	Сентябрь 1 неделя		
4.	Изучение техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	Сентябрь 2 неделя		
5.	Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.	Сентябрь 2 неделя		
6.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением	Сентябрь 2 неделя		
7.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Сентябрь 3 неделя		
8.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Сентябрь 3 неделя		
9.	Ознакомление с основными типами подач в бадминтоне	Сентябрь 3 неделя		

10.	Изучение техники передвижения по площадке.	Сентябрь 4неделя		
11.	Ознакомление с основными типами подач в бадминтоне	Сентябрь 4 неделя		
12.	Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи	Сентябрь 4неделя		
13.	Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи.	Октябрь 5неделя		
14.	Обучение техники выполнения высоко-далекой подачи.	Октябрь 5неделя		
15.	Обучение техники приема подачи	Октябрь 5неделя		
16.	Обучение техники приема подачи.	Октябрь 6неделя		
17.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Октябрь 6неделя		
18.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Октябрь 6неделя		
19.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Октябрь 7неделя		
20.	Обучение техники выполнения короткой подачи.	Октябрь 7неделя		
21.	Обучение техники выполнения короткой подачи.	Октябрь 7неделя		
22.	Обучение техники выполнения короткой подачи.	Октябрь 8неделя		
23.	Обучение техники приема подачи.	Октябрь 8неделя		

24.	Обучение техники приема подачи	Октябрь 8неделя		
25.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Ноябрь 9неделя		
26.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Ноябрь 9неделя		
27.	Обучение техники выполнения плоской подачи	Ноябрь 9неделя		
28.	Обучение техники выполнения плоской подачи.	Ноябрь 10неделя		
29.	Обучение техники выполнения плоской подачи.	Ноябрь 10неделя		
30.	Обучение техники приема подачи	Ноябрь 10неделя		
31.	Обучение техники приема подачи.	Ноябрь 11неделя		
32.	Совершенствование техники приема подачи и выполнения подачи.	Ноябрь 11неделя		
33.	Сдача контрольных нормативов	Ноябрь 11неделя		
34.	Сдача контрольных нормативов.	Ноябрь 12неделя		
35.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Ноябрь 12неделя		
36.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением	Ноябрь 12неделя		
37.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Декабрь 13неделя		
38.	Техника и тактика парной игры.	Декабрь		

		13неделя		
39.	Техника и тактика парной игры	Декабрь 13неделя		
40.	Техника и тактика парной игры.	Декабрь 14неделя		
41.	Ознакомление с основными ударами в бадминтоне	Декабрь 14неделя		
42.	Обучение техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	Декабрь 14неделя		
43.	Обучение техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	Декабрь 15неделя		
44.	Обучение техники выполнения удара сверху открытой стороной ракетки	Декабрь 15неделя		
45.	Обучение техники выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки	Декабрь 15неделя		
46.	Обучение техники выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки	Декабрь 16неделя		
47.	Обучение техники выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки	Декабрь 16неделя		
48.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Декабрь 16неделя		
49.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Январь 17неделя		
50.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Январь 17неделя		
51.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Январь 17неделя		
52.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Январь 18неделя		

53.	Обучение техники выполнения удара справа и слева	Январь 18неделя		
54.	Обучение техники выполнения удара справа и слева	Январь 18неделя		
55.	Обучение техники выполнения удара справа и слева	Январь 19неделя		
56.	Совершенствование техники основных ударов в бадминтоне.	Январь 19неделя		
57.	Совершенствование техники основных ударов в бадминтоне	Январь 19неделя		
58.	Совершенствование техники основных ударов в бадминтоне.	Февраль 20неделя		
59.	Обучение техники выполнения атакующего удара (смеш).	Февраль 20неделя		
60.	Обучение техники выполнения атакующего удара (смеш)	Февраль 20неделя		
61.	Обучение техники выполнения атакующего удара (смэш).	Февраль 21неделя		
62.	Сдача контрольных нормативов.	Февраль 21неделя		
63.	Сдача контрольных нормативов	Февраль 21неделя		
64.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Февраль 22неделя		
65.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Февраль 22неделя		
66.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением	Февраль 22неделя		
67.	Круговая тренировка, общефизическая	Февраль		

	подготовка.	23неделя		
68.	Ознакомление с сеточными ударами	Февраль 23неделя		
69.	Обучение техники сеточного удара подставка.	Февраль 23неделя		
70.	Обучение техники сеточного удара подставка.	Март 24неделя		
71.	Обучение техники сеточного удара подставка.	Март 24неделя		
72.	Обучение техники сеточного удара откидка.	Март 24неделя		
73.	Обучение техники сеточного удара откидка.	Март 25неделя		
74.	Обучение техники сеточного удара откидка.	Март 25неделя		
75.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Март 25неделя		
76.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Март 26неделя		
77.	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	Март 26неделя		
78.	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	Март 26неделя		
79.	Обучение техники сеточного удара по диагонали.	Апрель 27неделя		
80.	Совершенствование техники основных сеточных ударов.	Апрель 27неделя		
81.	Совершенствование техники основных сеточных ударов.	Апрель 27неделя		

82.	Совершенствование техники основных сеточных ударов.	Апрель 28неделя		
83.	Техника и тактика парной игры.	Апрель 28неделя		
84.	Техника и тактика парной игры.	Апрель 28неделя		
85.	Техника и тактика парной игры.	Апрель 29неделя		
86.	Круговая тренировка, общефизическая подготовка.	Апрель 29неделя		
87.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Апрель 29неделя		
88.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Апрель 30неделя		
89.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Апрель 30неделя		
90.	Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.	Апрель 30неделя		
91.	Совершенствование техники приема и выполнения подач.	Май 31неделя		
92.	Совершенствование техники приема и выполнения подач.	Май 31неделя		
93.	Совершенствование техники основных ударов в бадминтоне	Май 31неделя		
94.	Совершенствование техники основных ударов в бадминтоне.	Май 32неделя		
95.	Совершенствование техники основных сеточных ударов.	Май 32неделя		
96.	Совершенствование техники основных	Май		

	сеточных ударов.	32неделя		
97.	Совершенствование техники выполнения атакующего удара (смеш).	Май 33неделя		
98.	Сдача контрольных нормативов.	Май 33неделя		
99.	Сдача контрольных нормативов	Май 33неделя		
100.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Май 34неделя		
101.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Май 34неделя		
102.	Проведение одиночных встреч до 5,11, 21 очков.	Май 34неделя		

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Условия выполнения программы:

- Количество детей 25 человек в одной группе.
- Желательно наличие небольшого роста результатов, показанных занимающимися.

Формы и построение занятий

Основная организационная форма тренировочного процесса — групповое тренировочное занятие продолжительностью 2 часа.

Во всех формах занятий необходимо соблюдать основное правило: постепенно начинать занятие, затем проводить основную работу (кривая нагрузки здесь может быть различной в зависимости от вида упражнений, характера нагрузки и т. д., но на более высоком уровне) и в заключение снижать нагрузку. Такая физиологическая кривая обязательна для любого тренировочного занятия, в какой бы форме оно ни проводилось.

Тренировочные занятия строятся по общепринятой структуре,

состоящей или из четырех частей (вводной, подготовительной, основной и заключительной), или из трех (разминки, основной и заключительной).

**Оборудование и спортивный инвентарь,
необходимые для прохождения спортивной подготовки**

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Спортивное оборудование и инвентарь			
1	Стойки для бадминтона	комплект	1 шт.
2	Сетка для бадминтона	комплект	1 шт.
3	Ракетка для бадминтона	штук	На занимающегося
4	Волан для бадминтона	штук	На занимающегося

Планируемые результаты освоения образовательной программы

Результаты освоения программного материала спортивной секции по бадминтону оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и представлены соответственно мета предметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах занимающихся. Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия бадминтоном для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно-значимых результатов в физическом совершенстве

Мета предметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно- практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программного материала спортивной секции по бадминтону, в единстве с освоением материала других

образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по бадминтону, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из бадминтона, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по бадминтону.

Предметные результаты характеризуют опыт занимающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программного материала спортивной секции по бадминтону. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по бадминтону.

В результате освоения программы по бадминтону занимающиеся должны:

знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа; уметь:
- выполнять технические действия по бадминтону;
 - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
 - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
 - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений по бадминтону;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
 - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

**Контрольные нормативы для определения технической подготовленности в
бадминтоне**

№ п/п	Контрольные упражнения	7-10лет	11лет	12лет	13лет	14лет	15лет	16-17 лет
1.	Набивание (жонглирование) волана, кол-во раз	8-10	11-15	16-20	21-25	26-30	31-35	36-40
2.	Передвижение в четыре точки из центра площадки (приставным, крестным и простым шагом), переноса воланы в каждый угол площадки	22	22	18	16	14	12	10
3.	Выполнение короткой передачи волана из правой передней зоны площадки в левую переднюю зону (по диагонали), кол-во раз	4-6	6-8	8-10	10-12	12-14	14-16	14-18
4.	Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол- во раз	2	3-4	4-6	5-7	6-8	7-9	7-9

5.	Выполнение короткой подачи закрытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	2	3-4	4-6	5-7	6-8	7-9	7-9
6.	Выполнение высоко-далекой подачи на заднюю линию площадки, кол-во раз	1-3	2-4	3-5	4-6	5-7	7-8	7-9
7.	Выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии в среднюю зону площадки, кол-во раз	-	-	-	4-5	5-6	6-7	7-8

Учебно-методические пособия

1. Бадминтон: учебник для студентов вузов по направлению 032100 – физ. культура/Ю.Н.Смирнов.–2-еизд., исправ. и доп.–М.:Советский спорт, 2011. – 248 с.
2. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: методические указания/В.М.Мачнев.–Оренбург:ГОУОГУ,2003. – 27 с.
3. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учебное пособие / В.Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
4. Бадминтон: примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОриШВСМ/А.Н.Горячев; А.А.Ивашин; Московская городская федерация бадминтона. – М.: Советский спорт, 2010. –160 с.
5. Игра бадминтон: учебно-методическое издание / А.В. Щербаков, Н.И. Щербакова. – М.: ООО «Гражданский альянс», 2009. – 121 с.
6. Тристан В.Г. Физиология спорта: учеб. пособие/В.Г.Тристан, О.В. Погадаева. – Омск: СибГУФК, 2003. – 92 с.
7. Учимся играть в бадминтон / В.Г. Турманидзе., А.В. Турманидзе. – М.:Чистыепруды,2009. – 32с.: ил.– (Библиотека «первого сентября». Серия «Спорт в школе», вып. 25).