

Управление образования администрации г. Коврова
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №2 имени Василия Алексеевича Дегтярева»
города Коврова Владимирской области

Рассмотрено
методическим
объединением
Протокол № 4
от «21» мая 2023г.

Принято
педагогическим советом
Протокол № 3
от «22» мая 2023 г.

Утверждаю.


Директор школы И.Ю.Махова
Приказ №153 от 13июня 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Настольный теннис»

уровень программы - базовый

для обучающихся 11-15 лет

срок реализации программы 1 год

Составитель:
Сухов Илья Рудольфович,
педагог дополнительного образования

г. Ковров
2023 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Нормативно-правовая база:

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институтом образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;
11. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года».

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования на федеральном уровне:

1. Паспорт Национального проекта «Успех каждого ребенка» Федерального проекта «Образование»;
2. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями);

3. Письмо Минобрнауки России от 03.07.2018 № 09-953 «О направлении информации» (вместе с «Основными требованиями к внедрению системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в субъектах Российской Федерации для реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»);

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

6. Письмо Минфина России от 6 августа 2019 г. № 12-02-39/59180 «О порядке и условиях финансового обеспечения дополнительного образования детей в негосударственных образовательных организациях»;

7. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации № Р-136 от 17 декабря 2019 г. «Об утверждении методических рекомендаций по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», и признании утратившим силу распоряжения Минпросвещения России от 1 марта 2019 г. №Р-21 «Об утверждении рекомендуемого перечня средств обучения для создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 6 марта 2020 г. № 84 «О внесении изменений в методику расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

9. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;

10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;

11. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей"

13. Об утверждении методик расчета показателей федеральных проектов национального проекта "Образование"

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

1. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка»;
2. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;
3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 20 апреля 2020 № 310-р «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей Владимирской области»;
4. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 470 «Об исполнении распоряжения администрации Владимирской области от 20.04.2020 № 310-р»;
5. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;
6. Распоряжение Администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 475 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей во Владимирской области»;
7. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 14 марта 2020 «Об утверждении медиаплана информационного сопровождения внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей Владимирской области в 2020 году»;
8. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".
9. Распоряжение Департамента образования Владимирской области от 30 июня 2020 № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 № 365»
10. Приказ управления образования № 284 от 6 июля 2020 г. «О реализации распоряжения департамента образования администрации Владимирской области от 30.06.2020 г. № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 г. № 365»;
11. Постановление администрации г. Коврова № 1009 от 15.06.2020 г. «Об утверждении программы ПФДО детей в г. Коврове»;
12. Порядок организации осуществления обучения по дополнительным общеобразовательным программам в МБОУ ООШ№2

Направленность: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности.

Концептуальная идея программы:

Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени.

Выбор спортивной игры – настольный теннис - определен ее популярностью в детской среде, доступностью, широкой распространённостью в городе, учебно-материальной базой школы.

Очень важно, чтобы ребёнок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Актуальность и новизна программы.

Актуальность и новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Педагогическая целесообразность заключается в возможности решения проблемы занятости свободного времени детей, формирования физических качеств, пробуждения интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребёнка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подачи, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, настольный теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребёнка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объёмами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Настольный теннис», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Занятия настольным теннисом позволяют проводить обширную коррекционно-развивающую работу (коррекция мелкой моторики, точности движений и др.), решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Формы обучения и отличительные особенности программы.

Адресат программы.

В секцию «Настольный теннис» принимаются учащиеся в возрасте 11-15 лет в начале учебного года. При наличии организационно-педагогических условий возможен набор учащихся в группу в течение учебного года.

Объём и срок освоения программы.

Дополнительная общеразвивающая программа по настольному теннису рассчитана на 1 год. Учебно-тренировочная нагрузка на группу - 2 раза в неделю по 1 часу (72 часа в год).

Формы организации образовательного процесса

- групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Примерная сводная таблица учебного курса и распределения учебной нагрузки.

№	Название изучаемого курса (предмета) Основные темы в тем.планировании	Кол-во часов
1	Теория	6
2	Общая и специальная физическая подготовка	12
3	Основы техники игры	18
4	Основы тактики игры	22
5	Контрольные игры и соревнования	8
6	Тестирование	2
7	Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке	4
Итого		72

Рабочая программа дополнительного образования «Настольный теннис» физкультурно-спортивной направленности является целостным интегрированным курсом, включает теоретические и практические занятия для получения учащимися знаний и навыков, необходимых для игры в настольный теннис. Программа предполагает кружковой уровень освоения знаний и практических навыков, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

1.2. Цель и задачи

Цель: создать условия для развития физических и личностных качеств учащихся, путём привлечения их к занятиям настольным теннисом.

Задачи:

1. Личностные:

- воспитывать у учащихся дисциплинированность, решительность, чувство коллективизма, чувства взаимопомощи и взаимопонимания;
- развивать лидерские качества;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни и систематических занятиях спортом или физической культурой.

2. Метапредметные:

- развивать координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Предметные:

- обучить правилам игры в настольный теннис;
- обучить и отработать технические приёмы игры в настольный теннис;
- обучить основам индивидуальной и парной тактик игры в настольный теннис;
- обучить правильному выполнению специальных физических упражнений;
- обучить учащихся безопасному поведению в быту, на занятиях, при посещении массовых мероприятий;
- изучить элементарные теоретические сведения о личной гигиене, истории настольного тенниса.

1.3. Содержание программы.

Учебно-тематический план.

Тематическое планирование 72 часов в год.

№	Содержание	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Теория	6	6	-	Наблюдение, беседа
2	Общая и специальная физическая подготовка	12	-	12	Наблюдение, беседа
3	Основы техники игры	18	2	16	Наблюдение, беседа
4	Основы тактики игры	22	2	20	Наблюдение, беседа
5	Контрольные игры и соревнования	8	-	8	Тестирование, зачет
6	Тестирование	2	2	-	Тестирование, зачет
7	Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке	4	-	4	Тестирование, зачет
		72	12	60	

Содержание программы

1. Вводное занятие.

- Инструктаж по технике безопасности.
- Форма одежды, расписание, планы на полугодие.
- Физическая культура – часть общей культуры общества; система физического воспитания, развитие спорта и спортивных достижений.
- Спорт как часть физической культуры.
- История возникновения настольного тенниса и развитие его в России.
- Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения.

Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

2. Общая и специальная физическая подготовка. Игровая площадка, стол, сетка, ракетка, накладки, мяч, одежда игроков. Общая и специальная физическая подготовка. Правила игры. Парные игры. Обязанности и права игроков. Терминология. Предупреждение травматизма. Гигиена спортсмена. Уход за одеждой, обувью. Простудные заболевания у спортсменов: причины и профилактика. Практические занятия. Общая и специальная физическая подготовка, 60 часов. Упражнения на подвижность суставов: вращение, повороты, наклоны, прыжки. Упражнения на развитие координации движений, силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости. Упражнения с предметами: скакалкой, набивным мячом, гантелями, ракеткой и теннисным мячом. Эстафеты. Виды приёма мяча: хватка ракетки, толчок, срезка, накат, подача, подрезка, передвижение у стола. Сдача нормативов по физической подготовленности.

3. Основы техники игры. Повторный инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Здоровье спортсмена. Способы хватки ракетки. Основная стойка и позиции. Виды и приемы мяча: удары по мячу правой и левой сторонами ракетки; двумя сторонами поочередно; на разную высоту (выше и ниже уровня глаз) с последующей ловлей ракеткой без отскока от нее; в движении; с поворотами; изменениями направления бегом; шагом; бегом с мячом, лежащим на поверхности игровой плоскости ракетки. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки. Удар по мячу, выбрасываемому (отбиваемому) тренером или партнёром. Поддачи: чередование и выполнение серии различных подач. Отражение подач и ударов:

«накатами», «подрезками», «подставками». Игра двумя мячами «накатом» слева и справа. Ведение счёта в игре, знакомство с протоколом. Работа со счётчиками во время проведения матча. Простудные заболевания у спортсменов: причины и профилактика. Влияние спорта на организм учащихся. Травматизм в процессе занятий настольным теннисом, оказание первой медицинской помощи. Самоконтроль и профилактика спортивного травматизма. Временные ограничения и противопоказания к занятиям и соревнованиям. Восстановительные мероприятия при занятиях настольным теннисом.

4. Основы тактики игры. Тактика игры. Выбор позиции, темпа. Сочетание подач с атакующими и защитными ударами. Завершающий удар в центр стола, вблизи сетки, на край стола. Контрудары. Стили игры: игра атакующего против защитника; игра защитника против атакующего; игра атакующего против атакующего. Тактика игры в различных зонах. Комбинации в одиночных и парных играх. Самостоятельные занятия дома: имитация ударов перед зеркалом; на время. Практические занятия: Общая физическая подготовка, 70 часов. Упражнения на подвижность суставов: вращение, повороты, наклоны, прыжки. Упражнения на развитие координации движений, силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости. Упражнения с предметами: скакалкой, набивным мячом, гантелями, ракеткой и теннисным мячом. Эстафеты. Сдача контрольных нормативов по физической подготовленности обучающихся. Специальная физическая подготовка.

5. Контрольные игры и соревнования. Практические занятия. Проведение учебных занятий, организация и проведение соревнований, составление планов одного и нескольких уроков.

6. Тестирование. Проведение тестирования по пройденному материалу.

7. Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке. Обучение занимающихся основам техники игры, проведение тренировочных занятий, организация и проведение соревнований по настольному теннису. Соревнования.

2.1. Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата занятия	Тема	Общее кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятий	Форма контроля
1.		Инструктаж по технике безопасности	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
2-3		Краткий исторический обзор развития настольного тенниса в России. Правила игры в настольный теннис	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
4-5		Гигиена и врачебный контроль.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
6-7		Упражнения на подвижность суставов	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
8-9		Упражнения на развитие координации движений	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа

10-11		Удары по мячу накатом.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
12-13		Удары по мячу накатом.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
14-15		Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
16-17		Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
18		Основные положения теннисиста.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
19		Исходные положения, выбор места.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
20		Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
21		Одношажные и двухшажные перемещения.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
22		Правила безопасности игры. Правила соревнований.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
23		Выбор ракетки и способы держания.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
24		Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
25-26		Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
27-28-29		Удары по мячу накатом.	3	3	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
30-31-32		Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	3	3	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
33-34-35		Игра в ближней и дальней зонах.	3	3	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа

36-37		Тактика одиночных игр	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
38-39		Игра в защите	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
40-41		Основные тактические комбинации.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
42-43		Короткая подача	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
44-45		Длинная подача.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
46-47		Подача накатом	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
48-49		Удары слева, справа	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
50-51		Удары справа и слева срезкой.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
52-53		Удары накатом с подрезанного мяча.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
54-55		Удары накатом по короткому мячу.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
56-57		Основные тактические комбинации.	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
58-59		Контрольные игры и соревнования	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет
60-61		Контрольные игры и соревнования	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет
62-63		Контрольные игры и соревнования	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет
64-65		Контрольные игры и соревнования	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет
66-67		Тестирование	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Тестирование
68-69		Контрольные нормативы по общей и специальной	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет

		физической подготовке				
70-71		Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке	2	2	Коллективно-групповая и индивидуальная	Зачет
72		Учебная игра. Итоги прошедшего спортивного года.	1	1	Коллективно-групповая и индивидуальная	Наблюдение, беседа
		итого	72	72		

Планируемые результаты и способы проверки.

1. Личностные:

- проявление дисциплинированности, решительности, чувства коллективизма, чувства взаимопомощи и взаимопонимания;
- наличие лидерских качеств;
- проявление потребности в здоровом образе жизни и систематических занятиях спортом или физической культурой.

2. Метапредметные:

- координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Предметные:

- знают правила игры в настольный теннис;
- применяют технические приёмы игры в настольный теннис;
- владеют основами индивидуальной и парной тактик игры в настольный теннис;
- обучены правильному выполнению специальных физических упражнений;
- обучены безопасному поведению в быту, на занятиях, при посещении массовых мероприятий;
- изучены элементарные теоретические сведения о личной гигиене, истории настольного тенниса.

Результативность обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Настольный теннис» определяется в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности. Текущий контроль осуществляется в течение учебного года в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности.

. Условия реализации программы.

- **Дидактические материалы**
 - правила игры и пояснения к ним;
 - руководство игрой;
 - положение о соревнованиях;
 - работа судейской коллегии, обслуживающей соревнования.
- **Информационное обеспечение**
 - учебная литература;
 - учебные видеофильмы;
 - журналы и справочники.

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение:

Характеристика помещения:

- светлое, с хорошим освещением помещение, в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28, площадью – 46 кв.м.

- спортивная форма, кроссовки;
- набор для настольного тенниса;
- стол для настольного тенниса.

Кадровое обеспечение

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления, с высшим образованием, стаж работы в данном учреждении и в данном направлении не менее 2 лет.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- представление об игре «настольный теннис»: стойки теннисиста, хватки ракетки; видов ударов (подрезки, накаты, подачи); ведение счёта в игре, основные правила игры;
- знание технических приемов: набивание мяча ладонной стороной ракетки, набивание мяча тыльной стороной ракетки, набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки; игра накатами справа по диагонали; игра накатами слева по диагонали; сочетание наката справа и слева в правый угол стола, выполнение наката справа в правый и левый углы стола, откидка слева со всей левой половины стола, сочетание откидок справа и слева по всему столу, выполнение подачи справа накатом в правую половину стола, выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола;
- умение играть на счёт (по действующим правилам);
- умение играть в групповые игры: «Круговая», «Дворник», «Один против всех», «Круговая с тренером» и другие.
- Анализ выполненных работ. Общее обсуждение со всеми учащимися группы.
- Командные и личные соревнования. Результаты.
- Участие в соревнованиях различных уровней (районные, муниципальные, городские).
- По окончании учебного года награждение лучших учащихся.

2.4. Оценочные материалы

Диагностические методики:

- Диагностические карты. Входная диагностика - октябрь. Промежуточная диагностика – январь. Итоговая диагностика – апрель – май, по годам обучения.
- Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся» (см приложение №1).
- Учёт достижений учащихся (участие в соревнованиях).
- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения» (см. приложение №2).
- Фотографии учащихся на занятиях, соревнованиях, походах и т.п..

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса

Предполагается обучение как в традиционном очном формате, так и в дистанционном, в случае возникшей необходимости.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному в МБОУ СОШ №4.

Методы обучения

- индивидуальный метод;
- групповой метод;
- индивидуально-групповой метод;
- словесный (объяснение, рассказ, беседа, консультация).
- игровой (игры: развивающие, подвижные; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; настольные, электротехнические);
- наглядный (использование наглядных, демонстрационных и видеоматериалов, приборов, моделей и т.д.)
- психологический и социологический (анкетирование, психологические тесты; создание и решение различных ситуаций).

Формы организации образовательного процесса

- групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Формы организации учебного занятия

Тренировочные занятия, беседы, наблюдения, игры, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, эстафеты.

Программой предусмотрена **работа с родителями воспитанников.**

Педагогические технологии

- информационно-коммуникационная технология;
- здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

- подготовительная часть (разминка),
- основная часть,
- заключительная часть.

2.6. Список литературы:

для педагогов:

1. Г.А. Барчукова, В.А.Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2009.
2. Воробьев В. А. Методика проведения учебно-тренировочного сбора в сборной команде России по настольному теннису // Настольный теннис — информационно-методическая газета. — М., 1998. — № 2.
3. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 1992.
4. Амелин А. Н. Анализ техники современных подач в настольном теннисе и экспериментальное обоснование их совершенствования. М., 1998.
5. Ю.П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 1999.
6. Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхнее-Волжское книжное издательство, 2000.
7. О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000.
8. О.В.Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 1995.
9. Иванов В. С. Теннис на столе. М., 1992.

для родителей:

1. Байгулов Ю. П. Настольный теннис: Вчера, сегодня, завтра / Ю. П. Байгулов - М., 2000.
2. Барчукова Г. В. Игра, доступная всем / Г. В. Барчукова, С. Д. Шпрах. — М., 1999.

3. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой (Из опыта работы) / В. Г. Гришин. — М., 2005.
4. Серова Л. К. Содержание спортивной подготовки в настольном теннисе. Курс лекций / Л. К. Серова. - СПб., 2001.
- для учащихся:**
1. В.М.Богушас. Играем в настольный теннис. Москва: Просвещение, 1997.
 2. Г.А.Барчукова. Настольный теннис. Москва: ФиС, 1999.
 3. Амелин А.Н. Настольный теннис (Азбука спорта) / А.Н. Амелин, В. А.Пашин. — 3-е изд., испр. и доп. — М., 1999.
 4. Барчукова Г. В. Учись играть в настольный теннис / Г. В. Барчукова. — М., 1999.
 5. Богушас В. Ракеткой мастерски владей / В.Богушас. — М., 2004.
 6. Матыцин О. В. Развитие настольного тенниса в Китае: факторы успеха // Настольный теннис — информационно-методическая газета. — 1991.- №3.
 7. Настольный теннис: Неизвестное об известном / Под ред. О. В. Матыцина. — М., 1994.

Приложения

Приложение №1

Критерий	Удовлетворительно	Хорошо
Представление об игре «Настольный теннис».	Имеет общие представления об игре «Настольный теннис».	Знает стойки теннисиста, хватки ракетки, виды ударов (подрезки, накаты, подачи), ведение счёта в игре, правила игры.
Знание технических приемов.	Выполняет технические приемы до 60 %.	Выполняет технические приемы более 60%.
Умение играть на счёт.	Умеет играть на счет.	Умеет играть и вести счет по правилам.
Умение играть в групповые игры.	Умеет играть.	Умеет играть, разъяснить правила игры.
Умение выполнять элементы физической подготовки согласно своему возрасту.	Выполняет согласно нормативам для своего возраста до 50 %.	Выполняет согласно нормативам для своего возраста.

Приложение №2

Дорогой друг!

Нам, педагогам, очень важно знать, с какими интересами, мечтами, желаниями ты пришёл в это объединение.

Ответь, пожалуйста, что привело тебя в данный коллектив?

Ознакомься с предложенными вопросами, отметь их цифрами 1, 2, 3 и т. д., начиная с наиболее значимых для тебя:

Надежда заняться любимым делом.

Желание узнать что-то новое, интересное.

Надежда найти новых друзей.

Надежда на то, что занятия помогут лучше понять самого себя.

Желание узнать о том, что не изучают в школе.

Надежда на то, что занятия в коллективе помогут преодолеть трудности в учебе.

Надежда на то, что занятия в коллективе помогут в будущем приобрести интересную профессию.

Надежда на то, что занятия в коллективе помогут исправить имеющиеся недостатки.

Желание провести свободное время с пользой.

Спасибо!