

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КУРГАНИНСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТ-ЦЫ ТЕМИРГОВЕВСКОЙ

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» мая 2025 г.  
Протокол № 5

Утверждаю:

директор МБУ ДО ЦДТ

ст-цы Темиргоевской

М.Б. Гумерова

Приказ № 94 ОД

«30» мая 2025г..

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ТЕННИСНЫЙ ДЕБЮТ»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 72 часа (1 год-72ч.;)

Возрастная категория: от 11 до 17 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 76715

Автор-составитель:

Передерин Иван Сергеевич

педагог дополнительного образования

ст. Темиргоевская, 2025 г.

## **РАЗДЕЛ 1**

### **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЁМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

#### **Пояснительная записка.**

Настоящая программа дополнительного образования основана на :

- 1.Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2.Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- 3.Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ о государственном (муниципальном) социальном заказе на основе государственных (муниципальных)услуг в социальной сфере;
4. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. №808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики»;
6. Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. №400 « О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
8. Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. №145;
9. Концепция развития творческих (креативных)индустрий и механизмов осуществления их государственной поддержки в крупных и крупнейших

городских агломерациях до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительством Российской Федерации от 20 сентября 2021 г. №2613-р;

10. Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 №3894-р;

11. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

13. Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 11 октября 2020 года №1678;

14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

15. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

16. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29 сентября 2023 г. №АБ-3935/06 «О методических рекомендациях»;

17. Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»);

18. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 апреля 2017 г. № ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»).

19. Устав учреждения.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, помогает развитию физических данных учащихся, способствует поддержке физической формы и ведению здорового образа жизни. Благодаря этому воспитывается новое общество, с повышенным уровнем грамотности в вопросах сохранения и укрепления здоровья не только учащихся, но и их родителей.

Программа направлена на социально-экономическое развитие муниципального образования и региона в целом. Одним из приоритетных направлений социально-экономического развития муниципального образования Курганинский район является обеспечение доступности и повышения качества образования, в том числе через дальнейшее развитие дополнительного образования.

Программа направлена на обеспечение доступности дополнительного образования, так как предусматривает возможность реализации и обучение детей находящихся в трудной жизненной ситуации, а также одаренных и талантливых детей с различными образовательными возможностями.

Привлечение учащихся к настольному теннису возможно благодаря его здоровому соревновательному духу, положительному мотивационному потенциалу, возможности участия в игре всей семьи.

Данная программа является модифицированной и ориентирована на учащихся в возрасте 11-17 лет.

**Актуальность.** Соревновательный характер игры, самостоятельность действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья. Особое внимание уделяется формированию правильной осанки, воспитанию и развитию основных физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости, ловкости. Физическая подготовка теннисиста осуществляется в тесной связи с овладением техники выполнения каждого упражнения.

Кроме того, актуальность предлагаемой образовательной программы определяется социально-культурным запросом со стороны учащихся и их родителей.

**Новизна** программы состоит в предоставлении учащимся широкого набора практических, технических и тактических упражнений для развития физических данных, психологических действий и для удовлетворения возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что у учащихся при её освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические навыки, формируются личностные и волевые качества.

Упражнения с мячами развивают у учащихся общую моторику рук и ног, координацию движений, точность, развитие быстроты движений, скоростно - силовые способности.

Игра оказывает положительное воздействие на многие системы организма (способствует улучшению слуха, обострению зрения, правильному ритму дыхания, повышает двигательные функции организма, (в игре участвуют все группы мышц), координацию, улучшает работу сенсорной системы, вестибулярного аппарата, помогает снять физическое и эмоциональное напряжение после уроков, и дает мощный психотерапевтический эффект.

Программа способствует физическому оздоровлению учащихся, является альтернативной безнадзорности и вредным привычкам, формирует у учащихся чувство ответственности, взаимной поддержки и взаимопомощи.

**Отличительной особенностью** данной программы является направленность на реализацию принципа вариативности. Максимальное количество времени отводится для выполнения практических действий. Для усиления коррекционной направленности на двигательную сферу и повышение роли процесса физического воспитания в разностороннем, гармоничном развитии учащихся (за счёт развития мышления, познавательной активности) широко используются на занятиях; упражнения на координацию, выдержку, выносливость, коррекционные игры, нестандартные приёмы.

**Адресат программы.** В объединение принимаются учащиеся в возрасте 11-17 лет при отсутствии ограничений по состоянию здоровья и

имеющий медицинскую справку о допуске к занятиям. Формирование учебных групп проводится по возрастному принципу. В отдельных случаях на усмотрение педагога и с учётом индивидуального развития учащихся в группу могут быть включены учащиеся и другого возраста. Группы могут формироваться учащимися разного пола, с различным уровнем физического развития, кругом интересов, личностными характеристиками и различной степенью подготовки, независимо от степени сформированности интересов и наличия способностей. Наполняемость учебной группы – 15 человек

В Программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: талантливых (одаренных, мотивированных) детей; детей находящихся в трудной жизненной ситуации, их самореализации в условиях дифференцированного и индивидуального обучения. На занятиях применяется индивидуальный подход ко всем учащимся, индивидуальные задания повышенной сложности для одарённых детей. В случае если учащиеся этих категорий будут зачислены на данную программу, предполагается разработка индивидуальных образовательных маршрутов для данной категории обучающихся.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края

### **Уровень программы, объём и сроки реализации**

Программа ознакомительного уровня по настольному теннису рассчитана на 1 года обучения, 36 учебных недель в году. Полный объём учебных часов составляет 72 часа в год обучения, 2 часа в неделю.

### **Режим занятий:**

занятия учебных групп проводятся два раза в неделю по 1 академическому часу (один академический час составляет 45 минут, перерыв 15 минут).

**Форма обучения – очная.**

**Особенности образовательного процесса:**

В соответствии с учебным планом в объединении формируются группы учащихся разного возраста.

Состав группы постоянный. Занятия групповые. Виды занятий по программе предусматривают; традиционные занятия, практические занятия, занятия – соревнования, турниры, эстафеты, игры, занятия – зачёты.

В содержание учебно – тренировочных занятий в группах начальной подготовки входят:

- общефизическая подготовка с широким диапазоном средств всестороннего физического воздействия;
- подготовительные упражнения, способствующие овладению разнообразными технико-тактическими приёмами;
- подводящие и основные упражнения, способствующие овладению техническими и тактическими приёмами;
- подготовительные игры и игровые упражнения;
- теоретические занятия по программе,
- соревнования.

Программа может быть реализована с применением электронного обучения, дистанционных технологий, при этом используя следующие **формы дистанционных образовательных технологий:**

- видео-занятия, мастер-классы;
- открытые электронные библиотеки,
- сайты по данному направлению;



-викторины по изученному материалу;

-адресные дистанционные консультации.

-использование мессенджеров и других бесплатных систем мгновенного обмена сообщениями ,изображениями, видео и аудио через интернет с поддержкой голосовой и видеосвязи.

**Цель программы:** формирование у учащихся устойчивой мотивации к игре в настольный теннис.

**Задачи:**

**Предметные:**

- овладеть основными техническими требованиями игры в настольный теннис.

-научиться делать простые подачи;

-научиться отражать мячи методом подставки ракетки и толчком;

-научиться выполнять управляемые удары,

- научиться способам передвижений у стола.

**Метапредметные:**

- сформировать основные физические качества (быстроты, гибкости, ловкости, выносливости, силы);

- развивать основы специальных физических качеств (реакции, чувство мяча).

**Личностные:**

- сформировать основные морально - эстетические принципы (уважение к окружающим, вежливости, взаимопонимания, взаимопомощи);

-прививать чувства ответственности, сознательности и активности на занятиях;

-усвоить правила поведения на занятиях и на соревнованиях.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ОБУЧЕНИЯ

№	тема	Кол- во часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2		Диагностика физических данных
2	Общая физическая подготовка	30	2	28	Педагогическое наблюдение
3	Техническая подготовка	31	3	28	Педагогическое наблюдение
4	Соревновательная подготовка	7		7	Соревнования
5	Итоговые занятия	2		2	Контрольные испытания
	<b>Всего часов</b>	<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	

### Содержание программы обучения

#### 1.Вводное занятие

1Настольный теннис - условия и требования к игре.

2Правила игры и содержание инвентаря.

#### 2.Общая физическая подготовка

**Теория:** Значение ОФП в подготовке теннисистов.

4Разминочный комплекс упражнений

**Практика:**5 упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.

6Беговые упражнения.

7Челночный бег 5 по 15 м и 3 по 10 м.

8Кросс.

- 9Выпады и перешагивания вперед
- 10Выпады и перешагивания в стороны
- 11Подвижные игры с мячом и без него.
- 12Упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног.
- 13Вращения кистью.
- 14Повороты, наклоны и вращения туловища.
- 15Силовые упражнения.
- 16Приседания
- 17Отжимания от пола.
- 18Прыжковые упражнения.
- 19Прыжки приставными шагами.
- 20Прыжки на одной ноге.
- 21Прыжки вперед, назад.
- 22Упражнения для развития равновесия.
- 23Упражнения на координацию движений.
- 24Упражнения для освоения техники игры.
- 25Разогревающие и дыхательные упражнения.
- 26Упражнения на гибкость.
- 27Развитие скорости реакции.
- 28Освоение основной стойки.
- 29Тренировка правильного и быстрого передвижения у стола.
- 30Одношажный способ передвижений.
- 31Двушажный способ передвижений.
- 32Скрестные и приставные шаги.

#### **4.Техническая подготовка**

**Теория: 33**технические особенности игры в настольный теннис.

- 34Виды ракеток и типы накладок.
- 35Цели и задачи игрока в процессе игры.

**Практика:36** разновидности хватки ракет.

37Упражнения с мячом.

38Удержание мяча на ракетке.

39Жонглирование мячом.

40Жонглирование с низким подскоком мяча.

41Жонглирование с высоким подскоком мяча.

42Жонглирование с изменением положения ракетки.

43Упражнения с ракеткой и мячом в движении: шагом, бегом.

44Удержание мяча на ракетке в движении и с изменением направления.

45Жонглирование мячом в движении с изменением направления.

46Определение высоты отскока мяча.

47Требования для подбрасывания мяча.

48Низкое подбрасывание мяча.

49Высокое подбрасывание мяча.

50Ловля мяча ракеткой без отскока от нее правой стороной ракетки.

51Ловля мяча ракеткой без отскока от нее левой стороной ракетки.

52Виды подач.

53Выполнение простой подачи толчком.

54Выполнение подачи на точность.

55Выполнение подачи на край стола.

56Ловля мяча игровой рукой справа от себя.

57Ловля мяча игровой рукой слева от себя.

58Отражение мяча. Движение рук и ракетки без мяча.

59Отражение мяча, положение игрока, положение ракетки.

60Отражение мяча справа.

61Отражение мяча слева.

62Отражение мяча с заданным направлением.

63Удар на столе по мячу, выбрасываемому тренером или партнером.

**6.Соревновательный период.**

- 64Игра «На победителя».
- 65Личное первенство.
- 66Товарищеский матч.
- 67Командный турнир.
- 68Соревнование «Лучший подающий».
- 69Соревнования «Я умею защищаться».
- 70Игра с наставником.
- 7.Итоговые занятия.**
- 71Контрольные испытания.
- 72Контрольные испытания

### **Планируемые результаты первого года обучения:**

#### **Предметные:**

- учащиеся овладеют основными техническими требованиями игры в настольный теннис.
- научатся делать простые подачи;
- научатся отражать мячи методом подставки ракетки и толчком;
- научатся выполнять управляемые удары,
- научатся способам передвижений у стола.

#### **Метапредметные:**

учащиеся:

- приобретут соревновательный опыт;
- приобретут умения контролировать собственное поведение и психологическое состояние;
- повысят уровень основных и специальных физических качеств.

#### **Личностные:**

- будут сформированы основные морально - эстетические принципы (уважение к окружающим, вежливости, взаимопонимания, взаимопомощи);

-будут привиты чувства ответственности, сознательности и активности на занятиях;

-учащиеся усвоят правила поведения на занятиях и на соревнованиях.

## **Раздел № 2**

### **«Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

#### **Календарный учебный график**

Дата начала - 01.09.2025

Дата окончания - 31.05.2026

Количество учебных недель – 36

Количество часов - 72

#### **Календарно-тематический план занятий первого года обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата</b>	<b>Тема занятия и краткое содержание</b>	<b>Часы</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
1		Настольный теннис - условия и требования к игре.Раздел1	1	Вводное	МБОУ СОШ №8	Диагностика физических данных
2		Правила игры и содержание инвентаря. Раздел1	1	Вводное	МБОУ СОШ №8	Диагностика физических данных
3		Значение ОФП в подготовке теннисистов. Раздел 2	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение

4		Разминочный комплекс упражнений. Раздел 2	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
5		Упражнения, направленные на развитие всех физических качеств. Раздел 2	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
6		Беговые упражнения. Раздел 2	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
7		Челночный бег 5 по 15 м и 3 по 10 м. Раздел 2	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
8		Кросс. Раздел 2	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
9		Выпады и перешагивания вперед	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
10		Выпады и перешагивания в стороны	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
11		Подвижные игры с мячом и без него.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
12		Упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
13		Вращения кистью.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
14		Повороты, наклоны и вращения туловища.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
15		Силовые упражнения.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
16		Приседания	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	

17		Отжимания от пола	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
18		Прыжковые упражнения.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
19		Прыжки приставными шагами.	1	Традиц ионное	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
20		Прыжки на одной ноге.	1	Традиц ионное	МБОУ СОШ №8	Сдача нормативов
21		Прыжки вперед, назад.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
22		Упражнения для развития равновесия.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
23		Упражнения на координацию движений.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
24		Упражнения для освоения техники игры.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
25		Разогревающие и дыхательные упражнения	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
26		Упражнения на гибкость.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
27		Развитие быстроты реакции.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
28		Освоение основной стойки.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
29		Тренировка правильного и быстрого передвижения у стола.	1	Практич еское	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие



30		Одношажный способ передвижений.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Сдача нормативов
31		Двушажный способ передвижений.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Сдача нормативов
32		Скрестные и приставные шаги.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Сдача нормативов
33		<b>Контрольные испытания.</b>	1	<b>Занятие зачет</b>	МБОУ СОШ №8	Сдача нормативов
34		Технические особенности игры в настольный теннис.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
35		Виды ракеток и типы накладок.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
36		Цели и задачи игрока в процессе игры.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
37		Разновидности хватки ракет.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
38		Упражнения с мячом.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
39		Удержание мяча на ракетке.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
40		<b>Товарищеский матч.</b>	1	Занятие-соревнование	МБОУ СОШ №8	Соревнование
41		Жонглирование мячом.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
42		Жонглирование с низким	1	Комбин	МБОУ	Наблюдение

		подскоком мяча.		ированн ое	СОШ №8	ие
43		Жонглирование с высоким подскоком мяча.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
44		Жонглирование с изменением положения ракетки.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюдени е
45		Упражнения с ракеткой и мячом в движении: шагом, бегом.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
46		Удержание мяча на ракетке в движении и с изменением направления.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
47		Жонглирование мячом в движении с изменением направления.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
48		<b>Игра «На победителя».</b>	1	Учебно- трениро вочная игра.	МБОУ СОШ №8	Соревнова ние
49		Определение высоты отскока мяча.	1	Традици онное	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
50		Требования для подбрасывания мяча.	1	Традици онное	МБОУ СОШ №8	Наблюдени е
51		Низкое подбрасывание мяча.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
52		Высокое подбрасывание мяча.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
53		Ловля мяча ракеткой без отскока от нее правой стороной ракетки.	1	Комбин ированн ое	МБОУ СОШ №8	Наблюден ие
54		Ловля мяча ракеткой без отскока от нее левой	1	Комбин ированн	МБОУ СОШ	Наблюден

		стороной ракетки.		ое	№8	ие
<b>55</b>		Виды подач.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>56</b>		Выполнение простой подачи толчком.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>57</b>		Выполнение подачи на точность.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>58</b>		Выполнение подачи на край стола.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>59</b>		Ловля мяча игровой рукой справа от себя.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>60</b>		Ловля мяча игровой рукой слева от себя.	1	Комбинированное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>61</b>		<b>Личное первенство.</b>	1	Учебно-тренировочная игра.	МБОУ СОШ №8	Соревнование
<b>62</b>		<b>Соревнование «Лучший подающий».</b>	1	Занятие-соревнование	МБОУ СОШ №8	Соревнования
<b>63</b>		Отражение мяча. Движение рук и ракетки без мяча.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>64</b>		Отражение мяча, положение игрока, положение ракетки.	1	Традиционное	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>65</b>		Отражение мяча справа.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>66</b>		Отражение мяча слева.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение

<b>67</b>		<b>Командный турнир.</b>	1	Учебно-тренировочная игра.	МБОУ СОШ №8	Соревнование
<b>68</b>		Отражение мяча с заданным направлением.	1	Практическое	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>69</b>		Удар на столе по мячу, выбрасываемому тренером или партнером.	1	Занятие-соревнование	МБОУ СОШ №8	Наблюдение
<b>70</b>		<b>Соревнования «Я умею защищаться».</b>	1	Учебно-тренировочная игра.	МБОУ СОШ №8	Соревнование
<b>71</b>		<b>Игра с наставником.</b>	1	Занятие-соревнование	МБОУ СОШ №8	Соревнования
<b>72</b>		<b>Итоговое занятие.</b>	1	Занятие – зачёт	МБОУ СОШ №8	Контрольные испытания

### **Воспитательная работа**

#### **Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданской ответственности.

#### **Задачами воспитания по программе являются:**

- усвоение учащимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций в спортивной среде.

### **Целевые ориентиры воспитания:**

- формирование понимания ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- формирование интереса к спортивным достижениям и традициям.
- формирование коллективизма с ровесниками, родителями, окружающими в тренировочной и соревновательной деятельности.

### **Формы и методы воспитания**

Основной формой воспитания и обучения детей является учебные, коллективные игры, спортивные соревнования. беседы, презентации, акции.

### **Условия воспитания, анализ результатов.**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём наблюдения за результатами учащихся в процессе реализации программы и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год). Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств

личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

### Календарный план воспитательной работы.

№ п/п	Название блоков	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели События
1	<i>Безопасность жизнедеятельности.</i>  «Профессия МЧС» - спортивное мероприятие	Сентябрь	Беседы.  Спортивное мероприятие	Фотоотчет  Ссылка на мероприятие в соцсети
2	<i>Патриотическое воспитание.</i>  «Отчизны верные сыны» -беседа, соревнования.  «Салют великой Победы» - познавательное мероприятие  Гордость отчизны» - урок мужества	Декабрь  Май  Октябрь	Урок мужества.  Акции.  Соревнования	Фотоотчет  Ссылка на мероприятие в соцсети

3	<i>Приобщение детей к культурному наследию России и Кубани</i>  «Мамам посвящается» - спортивные соревнования	Ноябрь	Посещение музея. соревнования	Фотоотчет  Ссылка на мероприятие в соцсети
4	<i>Каникулы</i>  «Мой веселый звонкий мяч» - спортивные эстафеты  «Самый-самый или даешь рекорд!» - спортивные мероприятия	Март  Январь	Познавательное мероприятие. Спортивные эстафеты.	Фотоотчет  Ссылка на мероприятие в соцсети
5	<i>Физическое развитие и культура здоровья.</i>  <i>Соревнования</i>	В течение года	Соревнования, турниры.	Фотоотчет  Ссылка на мероприятие в соцсети

### Условия реализации программы

### Методическое обеспечение программы

Занятия проводятся в спортивном зале. Для проведения занятий в объединении «Настольный теннис», необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1.	Ракетки теннисные	7 штук
2.	Мячи теннисные	15 штук
4.	Стол теннисный	3 штук
5.	Набивные мячи	7 штук
6.	Скакалки	15 штук

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования, соответствующий профессиональному стандарту.

### **Формы аттестации**

С целью отслеживания результативности и эффективности работы объединения развития качеств личности учащихся применяется вводная, промежуточная и итоговая диагностика.

Для оценки эффективности проводимых занятий используются анализ степени выполнения практических занятий в рамках программы, участие в соревнованиях.

Основной принцип контроля – сравнение результатов учащегося с его собственными, предыдущими результатами от темы к теме.

В виде поощрения учащимся, успешно освоившим данную программу и прошедшим итоговую аттестацию, разрабатываются и выдаются почетные грамоты.

### **Формы отслеживания и фиксации результатов**

Для отслеживания результативности используется диагностика результатов обучения. По итогам мероприятия составляется аналитическая справка. Для реализации рабочей программы используются недокументальные формы;



соревнования, открытые занятия, итоговые занятия, протоколы соревнований.

**Формы предъявления результатов;** диагностика, аналитический материал и справки по итогам проведённых соревнований, воспитательных массовых мероприятий.

### **Оценочные материалы**

Диагностика для выявления уровня сформированности знаний, умений и навыков учащихся (Таблица 1)

Таблица 1

**Таблица контроля практических умений и навыков учащихся во время итоговых просмотров по окончании учебного год.**

№	Фамилия имя ребёнка	Общая физическая подготовка	Техническая подготовка	Участие в соревнованиях	Оценка по 5-бальной системе	Подпись педагога

### **Методические материалы**

Для усиления интереса обучающихся к занятиям в объединении наиболее эффективным является построение учебного процесса с использованием следующих **методов обучения** :

1. В начале освоения каждого нового приема игры учащиеся знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре. Для этого используется словесный метод обучения (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий «противника», и др.);

2. Для более четкого представления используется наглядный метод обучения (показ отдельных упражнений, учебные фильмы, видеофильмы). Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы с основными приемами игры;
3. Практические методы обучения направлены на освоение спортивной техники (разучивание упражнения в целом и по частям). Каждый учащийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с педагогом и с другими обучающимися в паре;
4. Для развития двигательных качеств используется повторный, переменный, интервальный, соревновательный и др. методы обучения;
5. Игровой метод обучения направлен на закрепление и совершенствование полученных знаний и умений.

Методы воспитания; убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Технологии; технология группового обучения, коллективного взаимообучения, развивающего обучения, здоровьесберегающая технология.

Формы организации занятия: учебно-тренировочное занятие, традиционные занятия, практическое занятие, комбинированное занятие. беседы, соревнования.

Дидактический материал: специальная литература, интернет-ресурсы.

### **Алгоритм учебного занятия**

Построение и приветствие.

Цели и задачи занятия.

Общие физические упражнения.

Новая тема; описание, показ, схема.

Закрепление: объяснение, схема.

Учебно-тренировочные упражнения.

Построение и подведение итога занятия.

### **Коррективы в организации образовательного процесса при переходе на дистанционный режим обучения.**

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы применяются следующие модели обучения: дистанционное обучение, позволяющие передавать и получать данные в удобное время для каждого участника процесса, независимо друг от друга. Учебный процесс для реализации данной программы организован с использованием информационно-телекоммуникаативного ресурса WhatsApp и e-mail. В ходе реализации применяются дистанционные технологии с набором текстовых, видео - и мультимедийных учебно-методических материалов, их рассылка для самостоятельного изучения учащимися при организации регулярных консультаций. Используются следующие виды занятий: занятия-консультации, дистанционные соревнования, мастер-классы.

Учебно-методический комплекс, включает электронные образовательные ресурсы для самостоятельной работы учащихся (ссылки на мастер-классы, шаблоны, теоретический материал). Используются следующие формы контроля освоения данной программы: выполнение и проверка заданий, замечания и комментарии по ним, опросы.

### **Работа с одаренными детьми**

Специфика работы с детьми предполагает индивидуальный подход для работы с одаренными детьми.

### **План работы с одаренными детьми**

1.Выявление детей с повышенными учебными способностями в ходе начальной диагностики и по результатам первых учебно – тренировочных занятий.

2. Создание банка данных учащихся имеющих высокий уровень спортивных способностей.
3. Обеспечение индивидуализации, дифференциации спортивной нагрузки учащихся в зависимости от уровня развития их физической подготовки.
4. Планирование индивидуальной работы с детьми с повышенными способностями на занятии.
5. Привлечение одаренных, мотивированных учащихся к осуществлению помощи слабоуспевающим в объединении.
6. Участие в спортивных соревнованиях различных уровней.
7. Подбор заданий на занятии повышенной сложности для одаренных детей.
8. Анализ работы с одаренными детьми, перспективы в работе в учебном году.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Основная литература**

Богушас М.-В. М.Б74 Играем в настольный теннис: Кн. для учащихся. — М.: Просвещение, 2004. — 128 с: ил.

Барчукова Г. В. Учись играть в настольный теннис. - М.: Советский спорт, 2001.

«Теория и методика настольного тенниса» под ред. профессора Г.В. Барчуковой. М.: «Академия», 2006

### **Интернет- ресурсы:**

- 1 сайт: <https://football-match24.com/pravila-nastolnogo-tennisa-kratko-schyot-skolko-partij-podachi.html>
- 2 сайт: <http://fitnessguide.pro/lifestyle/943/>

- 3 сайт: <https://infourok.ru/pravila-nastolnogo-tennisa-dlya-nachinayuschih-2321012.html>
- 4 <https://youtu.be/crPkIOaNpF4>
- 5 <https://youtu.be/WwncLGu2XYI>
- 6 <https://youtu.be/wE3Q0LLQCPg>
- 7 <https://youtu.be/PcSvwrOdniA>
- 8 <https://youtu.be/DUgv2KTUU0o>