

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10 имени Е.И. Зеленко»

Принята решением педагогического
совета (протокол от 04.07.2023г. № 15)

Утверждена приказом МБОУ
«СОШ №10 им. Е.И. Зеленко»
от 04.07.2023г. № 83

Директор _____ Д.А. Лыков



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Настольный теннис»**

Базовый уровень

Срок реализации: 1 год(36 часов)

Возраст обучающихся: 7-15 лет

Составитель
Педагог дополнительного образования
Терехов Сергей Вячеславович

Курск 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	Ош
ибка! Закладка не определена.	
2. СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ	Ошибка!
2.2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	
2.3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	
2.4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	
2.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ НА СТАРТОВОМ УРОВНЕ	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	
2.6. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ НА СТАРТОВОМ УРОВНЕ	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	16 18
4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ	20
5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	25
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	30
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	31
ПРИЛОЖЕНИЕ 3	
	Ош
ибка! Закладка не определена.	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. от 29.12.2022 г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023 г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»»;
- Постановление Правительства Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. №2;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Закон Курской области от 09.12.2013 г. №121-ЗКО «Об образовании в Курской области»;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.03.2023 г. №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
- Устав МБОУ «СОШ № 10 им. Е.И. Зеленко»,
- Положение «О дополнительных общеразвивающих программах МБОУ «СОШ №10 им. Е.И. Зеленко», утвержденное приказом МБОУ «СОШ №10 им. Е.И. Зеленко», № 183 от 4.07.2023 г.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы заключается в том, что настольный теннис доступная, простая и увлекательная спортивная игра, способствующая сохранению

и укреплению здоровья учащихся. Настольный теннис одновременно - и спорт, и отдых, и способ общения.

Отличительная особенность программы в том, что обучение по программе «Настольный теннис» доступно всем детям, независимо от их физических данных и спортивных способностей.

Набор в творческое объединение "Настольный теннис" проводится для всех желающих, за исключением - медицинские показатели.

Данная программа предусматривает занятия, практически, со всеми обучающимися общеобразовательных школ, желающих заниматься данным видом спорта. Поэтому, при формировании группы не делается деление обучающихся по склонностям и способностям к данной спортивной игре детьми.

Тогда как, при приеме детей в ДЮСШ и ДЮСШОР, учащиеся проходят различные этапы отбора. От начального этапа в подготовительных группах, где определяются уровень двигательной и, особенно, координационной способностей, до этапа комплектования команды мастеров и отбора в сборные команды.

Результатом такого подхода является то, что застенчивые, неуправляемые и способные дети становятся участниками общего дела, раскрывают свои спортивные способности и стремятся к достижению более высоких результатов не только в процессе обучения, но и на соревновательном уровне. Каждый ребёнок чувствует себя как личность, и, компенсируя свои неудачи в других познаниях, имеет шанс реализовать себя.

Кроме того, настольный теннис - один из самых безопасных видов спорта, с минимальной степенью травматизма.

Занятия "настольным теннисом" воспитывают и развивают у детей и подростков культуру здорового и безопасного образа жизни на всех возрастных этапах. Занятия спортом, благодаря индивидуальному подходу к особенностям каждого ребенка, позволяют ему ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях и, самое главное, в показателях его физического и психологического здоровья.

Программа учитывает специфику внеурочной деятельности 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.

Дети получают расширенное представление об игре в настольный теннис, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут самостоятельно играть в настольный теннис.

Адресат программы: данная образовательная программа рассчитана на учащихся в возрасте от 7 лет до 15 лет. При этом не делается отбор по способностям или склонностям к данному виду спорта и не предъявляются определенные требования. В группу принимаются практически все учащиеся, желающие научиться играть в настольный теннис, имеющие разрешение врача. Ограничениями при приёме детей могут быть только медицинские показатели.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Настольный теннис" ориентирована на физическое воспитание личности, приобретение начальных знаний, умений и навыков в избранном виде спорта

(настольный теннис), укрепление здоровья всех желающих учащихся в течение всего периода обучения. Но, при этом, не исключается возможность, выявлять, отбирать наиболее способных и одаренных детей и подростков для успешного освоения и развития своих умений и навыков в настольном теннисе, как виде спорта. При дальнейшем совершенствовании своего спортивного мастерства, такие дети могут и должны реализовать свои возможности на соревнованиях и турнирах различного уровня, результатом чего будут их личные спортивные успехи и достижения.

Объем и срок усвоения программы: 36 часов, 1 год обучения.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу, продолжительностью 40 минут.

Форма обучения: очная.

Язык обучения: русский.

Формы проведения занятий: групповая.

Особенности организации образовательного процесса: на обучение по программе могут быть приняты все желающие независимо от уровня подготовки, физических данных. Количество обучающихся в группе – от 10 до 15 человек. Набор в группы осуществляется через регистрацию заявки в АИС «Навигатор дополнительного образования детей Курской области» <https://p46.навигатор.дети>.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Цель программы: Создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям настольным теннисом в спортивно-оздоровительных группах.

Задачи программы:

1. Отбор способных к занятиям настольным теннисом детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
 3. Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
 4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, выносливости, равновесия, анаэробных возможностей, координационных способностей) для успешного овладения навыками игры.
5. Обучение основным приёмам техники игры и тактическим действиям.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности.

Необходимость составления рабочей программы для спортивно-оздоровительного этапа подготовки 1-го года обучения обусловлена рядом особенностей, присущих работе с детьми в условиях поселка. Это, прежде всего объективные проблемы при наборе детей связанные с малой численностью детей одного года рождения, на этапе формирования групп спортивно-оздоровительной подготовки.

На спортивно-оздоровительном этапе требуется более вариативный подход к оценке уровня подготовленности детей по итогам учебного года, который нашёл своё отражение в оценочной характеристике выполнения нормативов КПИ. Еще один важный фактор – нехватка больших спортивных залов и стандартных игровых площадок. Кроме того, значительно ограничены

возможности в использовании специализированного инвентаря, приспособлений и тренажёров. В этой ситуации возникает необходимость разработки и использования методик, которые в некоторой мере сглаживают негативное влияние указанных факторов на уровень подготовки детей, прежде всего по физическим и специальным физическим показателям. Несмотря на внешнюю, кажется, простоту игры, техника и тактика настольного тенниса очень сложна. Ведущую роль в настольном теннисе играют быстрота, сила, ловкость и выносливость в определённых сочетаниях. При этом первостепенное значение имеют скорость мышечного сокращения и регулирование скорости движений, а также пространственная точность движений, кроме того, настольный теннис требует быстрого решения сложных двигательных задач в каждой игровой ситуации. Все сложности предъявляют особые требования к физической, технической и тактической подготовке теннисиста.

Спортивно-оздоровительный этап является первым звеном в системе многолетней подготовки юных теннисистов. В группы принимаются практически все желающие, так как этого требуют педагогическая этика и психологические законы спортивной ориентации. Подготовка детей в спортивно-оздоровительных группах подготовки является тем фундаментом, на котором в дальнейшем, на учебно-тренировочном этапе, строится подготовка теннисистов высокой квалификации.

В спортивно-оздоровительные группы зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом, имеющие разрешение врача. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и ознакомление с основами техники выбранного вида спорта – настольного тенниса, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на этап ОФП.

Рабочая программа рассчитана на 36 часа. Систематический сбор информации об успешности образовательного процесса, контроль над состоянием физического развития, физической подготовленности обучающихся определяется контрольными испытаниями. Перечень и порядок проведения контрольных испытаний для обучающихся, а также нормативные требования по общей, специальной физической и технической подготовке для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа, учитывают требования для данного биологического возраста детей и скорректированы с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Ожидаемые результаты.

Личностные

Соревновательный элемент в настольном теннисе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает

целеустремленность и бойцовские качества. Настольный теннис позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение теннисного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом и ракеткой, активное использование настольного тенниса в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по настольному теннису.

Предметные

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности настольного тенниса;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в настольном теннисе;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;
- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

К концу 1 года обучения учащиеся:

Будут знать:

- будут знать, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
 - узнают, как правильно распределять свою физическую нагрузку;
 - узнают правила игры в настольный теннис;
 - правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;

- Знать правила проведения соревнований; Будут уметь:
 - Провести специальную разминку для теннисиста
 - Овладеют основами техники настольного тенниса;
 - Овладеют основами судейства в теннисе;
- Смогут составить график соревнований в личном зачете и определить победителя; Разовьют следующие качества:
 - улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
 - улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
 - Разовьют коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Программа рассчитана на детей и подростков от 10 до 17 лет.

Срок реализации программы - 1 год.

Количество учащихся в группах: 15 человек.

Учебно-тренировочная нагрузка на группу 1 раз в неделю по 1 часу, 36 часа в год.

Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровой, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Форма и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса:

Основной показатель работы секции по настольному теннису - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Педагоги секции используют варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год.

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Названия тем	Количество часов по программе
1	Теория	4
2	Общефизическая подготовка	3
3	Специальная физическая подготовка	3
4	Обучение техническим приёмам	9
5	Интегральная подготовка	6

6	Обучение тактическим действиям и двухсторонняя игра	11
7	Итого:	36

2.2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Знания о физической культуре

Физическая культура в современном обществе. История развития настольного тенниса, и его роль

в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса. Правила безопасности игры. Правила соревнований.

Способы двигательной деятельности

Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Разновидности хвата «пером», «малые клещи», «большие клещи».

Удары по мячу накатом. Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра в ближней и дальней зонах.

Вращение мяча.

Основные положения теннисиста. Исходные положения, выбор места.

Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные и двухшажные перемещения.

Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Подачи: короткие и длинные. Подача накатом, удары слева, справа, контркат (с поступательным вращением). Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.

Тактика одиночных игр.

Игра в защите.

Основные тактические комбинации.

При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача. При подаче соперника: а) при длинной подаче — накат по прямой; б) при короткой подаче — несильный кистевой накат в середину стола.

Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.

Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка.

Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях.

Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре. Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).

Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.

Игра у стола. Игровые комбинации. Подготовка к соревнованиям (разминка общая и игровая).

Общая физическая подготовка (ОФП)

- Строевые упражнения
- Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса
- Упражнения для ног, стоп ног и тазобедренного сустава

- Упражнения для шеи и туловища
- Упражнения для всех групп мышц
- Упражнения для развития силы
- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития гибкости
- Упражнения для развития ловкости
- Упражнения типа «полоса препятствий»
- Упражнения для развития общей выносливости

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (ОФП)
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность

Уметь:

- Выполнять строевые упражнения на месте и в движении
- Выполнять комплекс разминки самостоятельно

Специальная физическая подготовка (СФП)

- Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести
- Упражнения для развития игровой ловкости
- Упражнения для развития специальной выносливости
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств
- Упражнения с отягощениями

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении упражнений (СФП)
- Технику выполнения упражнений, последовательность, периодичность

Уметь:

- Выполнять упражнения самостоятельно и при помощи партнёра, с изменением скорости, амплитуды, с отягощениями и без них.

- Развивать специальные способности (гибкость, быстроту, ловкость)

Обучающиеся должны знать:

- Технику безопасности при выполнении технических упражнений
- Основные приёмы техники выполнения ударов.

Уметь:

- Выполнять эти технические элементы на учебно-тренировочных занятиях
- Соблюдать технику безопасности при выполнении технических элементов

Тактическая подготовка

Техника нападения.

Бесшажный способ передвижения (без переноса ОЦТ; с незначительным переносом ОЦТ; с полным переносом ОЦТ). Шаги (одношажный, приставной, скрестный). Прыжки (с двух ног, с двух ног на одну, с одной ноги на другую). Рывки (с правой ноги, с левой ноги, с поворотом туловища, с наклоном туловища)

Техники подачи. Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Точки пересечения плоскостей вращения мяча. Прием подач. Формы распознавания подач соперника.

Игра в нападении. Накат слева, справа.

Техника защиты.

Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите.

Срезка, подрезка. Обучающиеся должны знать:

- Основные приёмы тактических действий в нападении и при противодействии в защите

Уметь:

- Выполнять элементы тактики на учебно-тренировочных занятиях
- Соблюдать технику безопасности при выполнении элементов тактики

Игровая подготовка

Подвижные игры:

- на стимулирование двигательной активности обучающихся;
- на разностороннее развитие и совершенствование основных движений детей. Эстафеты с элементами настольного тенниса (на развитие):

- скоростно-силовых качеств;
- быстроты действий;
- общей выносливости;
- силы;
- гибкости;
- ловкости;
- Игровые спарринги:
- 1 x 1, 1 x 2, 2 x 2

Обучающие должны знать:

- Технику безопасности при выполнении игровых упражнений
- Основные правила настольного тенниса

Уметь:

- Выполнять основные технические и тактические игровые приёмы

Физическая подготовка:

• **Прыжок в длину с места**

Используется для определения скоростно-силовых качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из исходного положения, стоя, стопы врозь, носки стоп на одной линии со стартовой чертой выполняется прыжок вперёд с места на максимально возможное расстояние. Приземление осуществляется на обе ноги одновременно. Результат фиксируется по ближней точке тела к линии старта (в сантиметрах).

Инвентарь: рулетка, гимнастические маты

• **Бег 30 метров**

Используется для определения скоростных качеств.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- из положения «высокого старта» по сигналу тренера-преподавателя испытуемый выполняет прыжок от линии старта до преодоления полной дистанции. Результат фиксируется (в секундах). Инвентарь: секундомер

• **Бег 1000 метров**

Используется для определения скоростной выносливости.

Организационно-методические указания (ОМУ):

- Тест проводится на ровной беговой поверхности. Из положения «высокого старта» по сигналу тренера-преподавателя обучающийся выполняет равноускоренный бег до преодоления полной дистанции. Результат фиксируется (в секундах).

Инвентарь: секундомер, сажень

2.4. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Нормативы по технической подготовленности

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование технического приема</i>	<i>Кол-во ударов</i>	<i>Оценка</i>
1.	Абивание мяча ладонной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл
2.	Набивание мяча тыльной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл.
3.	Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки	100 80-65	Хор. Удовл.
4.	Игра накатами справа по диагонали	30 и более от 20 до 29	Хор. Удовл.
5.	Игра накатами слева по диагонали	30 более от 20 до 29	Хор. Удовл.
6.	Сочетание наката справа и слева в правый угол стола	20 и более от 15 до 19	Хор. Удовл.
7.	Выполнение наката справа в правый и левый углы стола	20 и более от 15 до 19	Хор. Удовл.
8.	Откидка слева со всей левой половины стола (кол-во ошибок за 3 мин)	5 и менее от 6 до 8	Хор. Удовл.
9.	Сочетание откидок справа и слева по всему столу (кол-во ошибок за 3 мин)	8 и менее от 9 до 12	Хор. Удовл.
10.	Выполнение подачи справа накатом в правую половину стола (из 10 попыток)	8 6	Хор. Удовл.
11.	Выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (из 10 попыток)	9 7	Хор. Удовл.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Материально-техническое оснащение

1. спортивный инвентарь и оборудование:
2. 2 теннисных стола
3. 10 ракеток
4. Теннисные мячи
5. 2 сетки для настольного тенниса
6. Тренажеры
7. Волейбольный, футбольный, баскетбольные мячи

Календарный учебный график

№п/п	Группа	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Не рабочие праздничные дни	Срок проведения промежуточной аттестации
1	№1	1 год обучения	Сентябрь	Май	36	36	36	по 1 часу 1 раз в неделю	4 ноября, 1-9 января, 8 марта, 23 февраля, 1, 9 мая	Декабрь, май

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СТАРТОВОГО УРОВНЯ ОБУЧЕНИЯ

Предметные результаты

В процессе освоения программы у учащихся будут сформированы социальные компетентности:

личностные: включающие готовность и способность учащихся к самообразованию и саморазвитию на основе мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки учащихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений; формирование положительного отношения к учению; адекватное понимание причин успешности своей деятельности.

метапредметные результаты – сформированные универсальные учебные действия (УУД):

познавательные: развитие устойчивой потребности к самообразованию; умение анализировать, обобщать, применять полученные знания на практике, находить способы решения проблем и выход из сложившейся ситуации, формирование устойчивой потребности в изучении и исследовании родного края, страны;

коммуникативные: умение сотрудничать с другими обучающимися и взрослыми, общаться, анализировать свои действия, давать оценку поступкам товарищей, четко и логично излагать свои мысли, выступать с сообщениями и докладами.

регулятивные: адекватно воспринимать оценку педагога, оценивать себя; осуществлять пошаговый и итоговый контроль; выполнять учебные действия в материале, в действии, в уме.

Предметные результаты:

по окончании стартового уровня обучающиеся должны

Знать:

- краткую историю развития настольного тенниса в России и за рубежом;
- особенности настольного тенниса;
- виды настольного тенниса;
- правила поведения на улице во время движения к месту занятий, на учебно-тренировочном занятии, в спортивном зале;
- снаряжение спортсменов;
- понятие о гигиене, гигиена физических упражнений и спорта;
- значение питания;
- роль гигиены физических упражнений, правильного питания и самоконтроля;
- правила оказания первой помощи при мелких травмах и заболеваниях;
- роль общей физической подготовки для достижения высоких и стабильных результатов;
- роль специальной физической подготовки в формировании физических качеств,

общей выносливости, быстроты, ловкости, силы.

Уметь:

- выполнять общеразвивающие упражнения, направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок;
- выполнять упражнения для развития специальных упражнений.

Ключевые компетенции

Учащиеся приобретут ценностно-смысловые компетенции:

- любознательность, познавательный интерес;
- дружелюбие, стремление к взаимопомощи;
- основы здорового образа жизни.

Учащиеся приобретут учебно-познавательные компетенции:

- стремление к овладению новыми знаниями и умениями;
- способность к определению цели учебной деятельности.

Учащиеся приобретут информационные компетенции:

- осознанную потребность в новых знаниях.

Учащиеся приобретут коммуникативные компетенции:

- доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте;
- адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни.

Учащиеся приобретут компетенции личностного самосовершенствования:

- фантазию, воображение;
- наглядное, ассоциативно-образное мышление;
- память, внимание, сосредоточенность;

Учащиеся приобретут общекультурные компетенции:

- культура поведения;
- дисциплинированность, ответственность.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ СТАРТОВОГО УРОВНЯ ОБУЧЕНИЯ

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Оценка предметных результатов		
<p>Учащиеся в основном усвоили:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю возникновения и развития настольного тенниса; - специальную спортивную терминологию настольного тенниса; - основы профилактики травматизма, оказания доврачебной помощи; - основные правила соревнований и судейства; - расширенные представления о настольном теннисе в России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях; - правильное распределение нагрузки в режиме дня; - основы стратегии и тактики; 	<p>Учащиеся в достаточной мере знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю возникновения и развития настольного тенниса; - специальную спортивную терминологию настольного тенниса; - основы профилактики травматизма, оказания доврачебной помощи; - основные правила соревнований и судейства; - расширенные представления о настольном теннисе России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях; - правильное распределение нагрузки в режиме дня; - основы стратегии и тактики; - основные технико- 	<p>Учащиеся полностью представляют:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю возникновения и развития настольного тенниса; - специальную спортивную терминологию настольного тенниса; - основы профилактики травматизма, оказания доврачебной помощи; - основные правила соревнований и судейства; - расширенные представления о настольном теннисе в России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях; - правильное распределение нагрузки в режиме дня; - основы стратегии и тактики;

<p>- основные технико-тактические приёмы. Учащиеся могут неуверенно, затрудненно:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения общей и специальной физической подготовки; - выполнять основные упражнения технико-тактической подготовки; - выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ногой; 	<p>тактические приёмы. Учащиеся могут уверенно:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения специальной физической подготовки; - выполнять основные упражнения технико-тактической подготовки; - выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ногой; 	<p>- основные технико-тактические приёмы. Учащиеся могут свободно:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения специальной физической подготовки; - выполнять основные упражнения технико-тактической подготовки; - выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ногой;
Оценка ключевых компетенций		
<p>Недостаточно освоены Ценностно-смысловые компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - любознательность, познавательный интерес; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни. <p>Учебно-познавательные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стремление к овладению новыми знаниями и умениями; - способность к определению цели учебной деятельности. <p>Информационные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознанную потребность в новых знаниях. <p>Коммуникативные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни. <p>Компетенции личностного самосовершенствования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фантазию, воображение; - наглядное, ассоциативно-образное мышление; - память, внимание, сосредоточенность. <p>Общекультурные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения; - дисциплинированность, ответственность; - основы духовно-нравственных ценностей 	<p>Достаточно освоены: Ценностно-смысловые компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - любознательность, познавательный интерес; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни. <p>Учебно-познавательные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стремление к овладению новыми знаниями и умениями; - способность к определению цели учебной деятельности. <p>Информационные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознанную потребность в новых знаниях. <p>Коммуникативные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни. <p>Компетенции личностного самосовершенствования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фантазию, воображение; - наглядное, ассоциативно-образное мышление; - память, внимание, сосредоточенность. <p>Общекультурные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения; - дисциплинированность, ответственность; - основы духовно-нравственных ценностей. 	<p>Уверенно освоены: Ценностно-смысловые компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - любознательность, познавательный интерес; - дружелюбие, стремление к взаимопомощи; - основы здорового образа жизни. <p>Учебно-познавательные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стремление к овладению новыми знаниями и умениями; - способность к определению цели учебной деятельности. <p>Информационные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознанную потребность в новых знаниях. <p>Коммуникативные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - доказательную позицию в обсуждении, беседе, диспуте; - адекватное восприятие мнения других людей в повседневной жизни. <p>Компетенции личностного самосовершенствования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фантазию, воображение; - наглядное, ассоциативно-образное мышление; - память, внимание, сосредоточенность; <p>Общекультурные компетенции:</p> <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения; - дисциплинированность, ответственность; - основы духовно-нравственных ценностей.

Для оценки результатов обучения на стартовом уровне проводится мониторинг и промежуточная диагностика в конце каждого полугодия. (Приложение 1)

4.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия

Кабинет. Для занятий объединения используется спортивный зал, отвечающий санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.).

Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое. В теплое время года используется открытый стадион, открытый стадион (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.).

Оборудование, инвентарь.

Оборудование:

- хронометр – 1 шт.;
- гимнастическая стенка – 6 пролетов;
- гимнастические скамейки – 4 шт.;
- гимнастический трамплин – 1 шт.;
- гимнастические маты – 3 шт.;
- призмы для обозначения КП.

Инвентарь:

- скакалки – 10 шт.;
- мячи набивные различной массы – 5 шт.;
- компасы – 10 шт.

Учащимся рекомендуется иметь собственное учебное спортивное снаряжение для самостоятельных занятий из гигиенических соображений.

Технические условия. Ноутбук или видео- и аудиоманитофоны.

Методические условия. Видеоматериалы по темам программы, фотографии спортсменов исторические и современные, карты для спортивного ориентирования.

4.2. Кадровые условия

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональную подготовку по профилю деятельности и соответствующий профессиональному стандарту по должности «педагог дополнительного образования».

4.3. Формы аттестации

Опрос, тестирование, зачет, самостоятельная работа, командные игры, сдача нормативов.

Аттестация проводится дважды в течение учебного года: в конце первого полугодия, в конце второго полугодия.

4.4. Формы отслеживания образовательных результатов

Журнал учета работы педагога, собеседование, наблюдение и дневник

спортсмена, опрос, тестирование, самостоятельная работа учащихся, соревнования, выполнение нормативов, мониторинг.

4.5. Формы демонстрации образовательных результатов

Показательные выступления, соревнования.

4.6. Формы занятий

Комбинированное занятие (беседа, опрос самостоятельная работа), практическое занятие, мини-соревнования, спортивные игры.

4.7. Методические материалы

Методические и дидактические материалы

Стенды и альбомы с дистанциями прохождения, инструкции по технике безопасности, комплексы спортивных упражнений, методические рекомендации по организации образовательного процесса, диагностический инструментарий.

Дидактические и методические материалы

<i>№ n/n</i>	Наименование раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1	Теория	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис
2	Общезначительная физическая подготовка	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис
3	Специальная физическая подготовка	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис
4	Обучение техническим приёмам	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы

		настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис
5	Интегральная подготовка	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис
6	Обучение тактическим действиям и двухсторонняя игра	Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г. Иванов В.С., Теннис

Методы обучения

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- практический (упражнения, самостоятельная работа);
- наглядный показ упражнений педагогом, видеопросмотры спортивных и тренировочных занятий;
- репродуктивный (повторение освоенных приёмов прохождения дистанций, самостоятельная работа);
- метод самоконтроля, формирования ответственности учащихся (самоанализ правил прохождения дистанций, самостоятельная работа, самоподготовка к соревнованиям, объективный самоанализ эффективности участия в соревнованиях каждого обучающегося, анализ собственных командных игр);
- метод контроля (опросы, наблюдение; контроль нормативов по общей, специальной физической и технической подготовке; контрольные игры).

Реализация программы «Азимут» предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Групповые учебные занятия по общей физической, специальной и технической подготовке проводятся с учетом возрастных особенностей детей.

Занятия проводятся в соответствии с объемом и интенсивностью нагрузок, их характером (общим или специальным), мерами, направленными на восстановление организма – как в тренажерном зале или в спортивном зале, так и на стадионе.

На протяжении каждого учебного года удельный вес физической и технической подготовки меняется. В начале учебного года основное внимание уделяется физической подготовке, которая занимает до 60-70% времени; в конце учебного года увеличивается количество часов, отводимых на техническую подготовку. Во второй половине учебного года физическая подготовка дополняется

упражнениями технической направленности.

При планировании занятий необходимо придерживаться следующих правил: нагрузки (большие, средние, малые) должны последовательно сменять друг друга. Максимальные нагрузки вводятся не более одного раза в неделю.

Для развития силы необходимо использовать упражнения с отягощениями, бег в гору, по снегу, песку, заболоченному грунту, упражнения с преодолением собственного веса – отжимание, подтягивание, работа на тренажерах. Педагог должен следить за продолжительностью отдыха обучающихся между подходами.

Специальные упражнения на гибкость улучшают подвижность суставов, положительно влияют на длину и эластичность связок, сухожилий, мышц.

В течение учебного при уменьшении объема общей физической подготовки увеличивается объем тактической подготовки.

Два раза в год (декабрь, май) в детском объединении проводятся контрольные мероприятия (испытания) по ОФП, СФП и ТП .

Проверкой уровня подготовленности учащегося служат соревнования. Не рекомендуется показывать на всех соревнованиях высокие результаты. Соревнования лучше всего разделить на основные и подготовительные.

На основных соревнованиях учащиеся должны стремиться показать наивысший результат. Подготовительные соревнования служат для проверки и отработки отдельных элементов техники и тактики, приобретения соревновательного опыта. После каждого соревнования необходимо делать подробный анализ действий и ошибок каждого обучающегося, всей команды в целом. Педагог должен вести учет роста и падения результатов.

Теоретический материал, правила соревнований, судейство осваиваются учащимися в процессе бесед, мини-лекций.

Педагогические технологии

В образовательном процессе используются ряд элементов следующих инновационных ***педагогических технологий***:

1. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:

- технологии проблемного обучения;
- игровые технологии.

2. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:

- технология уровневой дифференциации;
- технология коллективных и групповых способов обучения.

3. Технология развития логического мышления.

4. Здоровьесберегающие технологии.

Алгоритм учебного занятия

	Этап занятия	Вид деятельности
--	--------------	------------------

	Организационный этап	Организация учащихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.
2	Основной этап	Разминка (упражнения ОФП, упражнения на растяжку). Постановка целей занятия. Отработка упражнений СФП. Отработка технических, тактических приемов прохождения дистанций. Изучение и отработка нового. Коррекция ошибок. Игровые моменты (эстафеты, спортивные игры), работа на тренажерах.
3	Завершающий этап	Упражнения на восстановления дыхания, медленный бег, растяжка. Автоматизация умственных действий по изученному материалу. Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия.

5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель – создание условий для усвоения детьми основных норм и правил поведения в обществе.

Задачи:

- вовлечь обучающихся в разнообразные мероприятия, направленные на расширение общекультурных компетенций;
- включить обучающихся в общение со сверстниками, построенное на принципах уважения и доброжелательности;
- расширить представление о составляющих позиции активного социально-ответственного гражданина, формирующейся на основе общих национальных нравственных ценностей: семья, природа, труд и творчество, социальная солидарность и других.

Формы и содержание деятельности: проводятся тематические беседы, конкурсы, викторины, организуются просмотры видеороликов и т.д.

Планируемые результаты

В результате освоения программы у обучающихся:

- будут расширены общекультурные компетенции;
- будет налажено общение со сверстниками, построенное на принципах уважения и доброжелательности;
- будут расширены представления о составляющих позиции активного социально-ответственного гражданина.

Работа с родителями/законными представителями

В рамках реализации программы организуется индивидуальная и коллективная работы с родителями (тематические беседы, консультации, родительские собрания, досуговые мероприятия).

Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год.

№ п/п	Наименование мероприятий	Форма проведения	Сроки и место проведения	Ответственные
1.	– Российские дни леса - 15-17 сентября	Посадка деревьев и кустарников на территории образовательной организации	Сентябрь	Педагог дополнительного образования
2.	– День пожилого человека – 1 октября	Участие в социальной акции	Октябрь	Педагог дополнительного образования
3.	– День народного единства – 4 ноября – День Матери – последнее воскресенье ноября	Воспитательная беседа, викторина Конкурс рисунков	Ноябрь	Педагог дополнительного образования
4.	– «Новый год приходит к нам»	Беседа о правилах безопасного поведения на дорогах во время каникул и праздников, конкурсная программа с привлечением родителей	Декабрь	Педагог дополнительного образования
5.	– Всероссийский день заповедников и национальных парков – 11 января	Беседа «Заповедники и национальные парки России», викторина	Январь	Педагог дополнительного образования
6.	– День защитника Отечества – 23 февраля	Беседа, конкурсная программа	Февраль	Педагог дополнительного образования
7.	– Международный женский день – 8 марта – Международный день лесов – 21 марта	Беседа, конкурсная программа Интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?» на тему «Царство лесных растений»	Март	Педагог дополнительного образования
8.	– День космонавтики – 12 апреля – День подснежника – 19 апреля	Беседа, просмотр тематического видеоролика «Курский край и космос» Беседа,	Апрель	Педагог дополнительного образования

		конкурс рисунков на тему «Первые цветы весны»		
9.	День экологического образования – 12 мая – Праздник, посвященный окончанию учебного года	Викторина «Зеленое царство» Беседа о правилах безопасного поведения на дорогах во время летних каникул, конкурсная программа с привлечением родителей	Май	Педагог дополнительного образования

6. ЛИТЕРАТУРА

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г.
2. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г.
3. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011.
4. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г.
5. Иванов В.С., Теннис на столе. М, 2015 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата (план)	Дата (факт)	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятий, тип занятия	Место проведения	Виды контроля
1.			Физическая культура в современном обществе.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, обсуждение
2.			История развития о тенниса, и его роль в современном обществе.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
3.			Оборудование и спорт инвентаря для настольного тенниса.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, тестирование
4.			Правила безопасности игры. Правила соревнований.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
5.			Выбор ракетки и способы держания.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
6.			Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером»	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
7.			Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи»	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
8.			Удары по мячу накатом.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание

9.			Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
10.			Игра в ближней и дальней зонах.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
11.			Вращение мяча	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
12.			Основные положения теннисиста.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
13.			Исходные положения , выбор места.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
14.			Способы перемещени я. Шаги, прыжки, выпады, броски	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
15.			Одношажные и двухшажные перемещения.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
16.			Подача	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
17.			Подачи: короткие и длинные.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
18.			Подача накатом, удары слева, справа, контрнакат	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
19.			Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
20.			Тактика одиночных игр	1	Комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос

21.			Игра в защите	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
22.			Основные тактически е комбинаци и.При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
23.			Основные тактические комбинации	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
24.			Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
25.			Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
26.			Основы тренировки теннисиста	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос
27.			Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
28.			Тренировка двигательных реакций	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
29.			Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
30.			Тренировка удара: накатом у стенки,	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое

			удары нточность.				задание
31.			Игра у стола. Игровые комбинации.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
32.			Игра у стола. Игровые комбинации.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
33.			Игра у стола. Игровые комбинации.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
34.			Игра у стола. Игровые комбинации.	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
35.			Соревнования	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, беседа, опрос, практическое задание
36.			Соревнования	1	комбинированное занятие	Кабинет	Наблюдение, обсуждение

ПРИЛОЖЕНИЕ 2
МОНИТОРИНГ УРОВНЯ ВЫРАЖЕННОСТИ
ЛИЧНОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Программа «Настольный теннис»

2023-2024 уч. год

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Уровни выраженности оцениваемого показателя	Обозначение уровня	Способы отслеживания результатов
1. Познавательные способности	Проявленная любознательность, познавательная активность, стремление осваивать новое	Низкий уровень (пассивная позиция учащегося при изучении и освоении нового, активность побуждается извне)	Н	Наблюдение
		Средний уровень (слабая активная позиция, активность частично побуждается самим учащимся)	С	
		Высокий уровень (постоянная активная позиция учащегося, внутренняя потребность узнавать новое)	В	
2. Мыслительные способности	Способности к умственной и мыслительной деятельности	Низкий уровень (слабо проявлены конкретные и абстрактные виды мышления; анализ, аналогия, сравнение, классификация только с помощью педагога)	Н	Наблюдение
		Средний уровень (конкретные виды мышления развиты достаточно, абстрактные – частично; анализ, аналогия, сравнение, классификация вызывают затруднения, частично выполняются с помощью педагога, частично – самостоятельно)	С	
		Высокий уровень (конкретные и абстрактные виды мышления учащегося продуктивны, активно задействованы; анализ, аналогия, сравнение, классификация не вызывают затруднений, способны выполняться учащимся самостоятельно)	В	
3. Психосоматические способности	Согласованность умственных команд и различных моторных реакций	Низкий уровень (отслежена слабая связность мелкой и общей моторики, пальцевой сенсорики учащегося; действия, связанные с точностью движений, глазомером, двигательной активностью, выполняются с помощью педагога, редко – самостоятельно)	Н	Наблюдение
		Средний уровень (отслежена уверенная связность мелкой и общей моторики, пальцевой сенсорики учащегося; вызывают частичные затруднения действия, связанные с точностью движений, глазомером, двигательной активностью)	С	
		Высокий уровень (отслежена точная связность мелкой и общей моторики, пальцевой сенсорики учащегося; действия, связанные с точностью движений, глазомером, двигательной активностью не вызывают затруднений, выполняются учащимся самостоятельно)	В	
4. Коммуникативные способности	Стремление к позитивному взаимодействию в коллективе, следование социальным и культурным нормам, проявленные речевые способности, проявленные положительные	Низкий уровень (учащийся пассивен или слабо контактен в коллективном взаимодействии, следует социальным и культурным нормам часто при побуждении извне, речевые умения часто затруднены, положительные качества личности проявлены частично, часто – подражательно)	Н	Наблюдение
		Средний уровень (учащийся частично активен в коллективном взаимодействии, часто осознанно следует социальным и культурным нормам, речевые умения иногда затруднены и требуют участия педагога, положительные качества личности проявлены часто в достаточной мере)	С	

	ые качества личности	Высокий уровень (учащийся положительно активен в коллективном взаимодействии, следует социальным и культурным нормам осознанно, его речевые умения не затруднены и проявлены в полной мере, качества личности всегда проявляются положительно)	В	
--	----------------------	--	---	--

Условные обозначения: Н – низкий уровень, С – средний уровень, В – высокий уровень

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

**Сводная карта педагогического мониторинга
на 2023-2024 учебный год**

Ф.И.О. педагога дополнительного образования _____

**Результаты обучения по программе
«Настольный теннис»**

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Образовательно-предметные результаты				Итого
		Теория		Практика		
		Полугодия				
		1	2	1	2	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Уровень проявления ключевых компетенций											
		Ценностно-смысловые		Учебно-познавательные		Информационные		Коммуникативные		Личностного самосовершенствования		Общекультурные	
		Полугодия		Полугодия		Полугодия		Полугодия		Полугодия		Полугодия	
		1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													

8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Уровень выраженности личностных способностей							
		Познавательные способности		Мыслительные способности		Психосоматические способности		Коммуникативные	
		Полугодия		Полугодия		Полугодия		Полугодия	
		1	2	1	2	1	2	1	2
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

