

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
Управление образования администрации муниципального образования
«Черняховский муниципальный округ Калининградской области»
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Свободненская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании педагогического
совета МАОУ «Свободненская СОШ»
от «15» мая 2024 года
Протокол № 10

Утверждаю:
Директор МАОУ «
Самылкина Е.И.
Приказ № 97 от 15 мая 2024 года

Документ подписан электронной подписью
Самылкина Елена Ивановна
директор

00DBB646C9F01896E6A778C32D429FF049
Срок действия с 01.07.2024 до 24.09.2025

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Настольный теннис»**

Возраст обучающихся 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Ширина Александр Викторович,
учитель физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы

Образовательная программа “Настольный теннис” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа стартовая, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по настольному теннису предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию.

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Отличительные особенности программы

Настольный теннис, популярный и широко распространённый в мире спорт. В отличие от большинства игр он не требует сложной организации мест занятия и дорогостоящего инвентаря. Играть в настольный теннис может любой желающий и, что очень важно в психологическом отношении, в него могут играть как здоровые люди, так и люди, имеющие серьёзные отклонения в состоянии здоровья, и даже инвалиды.

Адресат программы

Программа предназначена для детей и подростков 11-17 лет.

Условия набора. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Количество учащихся. Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе 15 человек.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Количество часов в год – 72.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется в соответствии с индивидуальными учебными планами в секции по интересам, сформированной в группу учащихся разных возрастных категорий.

Состав группы – 15 человек 11-17 лет.

Режим занятий и периодичность

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Педагогическая целесообразность программы

Данная программа предназначена для реализации в образовательных учреждениях дополнительного образования детей, в образовательную концепцию которых включена деятельность по физическому совершенствованию детей школьного возраста. Существует много факторов, которые в течение жизни ослабляют здоровье, и лишь немногие способны его укрепить. В первую очередь - это регулярные занятия физической культурой.

Систематические занятия «Настольным теннисом» совершенствуют приспособительные механизмы организма, снимают нервно-психическое перенапряжение, улучшают процессы обмена веществ и кровоснабжения тканей и органов, что положительно отражается на физическом состоянии, самочувствии и работоспособности. Такие занятия применяются и как средство профилактики и лечения многих недугов.

Одним из действенных методов, применяемых на занятиях для развития выносливости, быстроты, силы является использование подвижных игр с бегом и прыжками, проведение различных эстафет.

Данная программа может быть использована учителями физической культуры, педагогами дополнительного образования, инструкторами по фитнесу и детской аэробике.

Педагогическая целесообразность программы «Настольный теннис», как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному.

Настольный теннис позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Практическая значимость.

Практическая значимость программы по настольному теннису состоит в систематическом применении продолжительных, умеренных по интенсивности упражнений с регулируемой физической нагрузкой, способствующей укреплению здоровья, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по настольному теннису различного масштаба.

Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям настольным теннисом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта настольным теннисом, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

Принципы, лежащие в основе программы:

- доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие воспитателя и воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы учащийся применяет свои знания в выполнении творческих работ).

Основные формы и методы

Реализация типовой программы физкультурно-спортивной направленности требует традиционных и нетрадиционных форм и методов работы, направленных на создание оптимальных условий для достижения ожидаемых результатов в обучении, воспитании, развитии учащихся, удовлетворении их индивидуальных возможностей, потребностей, интересов, раскрытия личностного потенциала каждого.

Методы обучения по данной программе разнообразны. Наиболее эффективными можно считать следующие:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (осуществляется через беседы об основах техники ведения игры инструктажи о правилах поведения на занятиях);
- наглядный (показ учащимся образцов, приемов, техники выполнения основных приемов ведения игры);
- практический (последовательное освоение этапов ведения игры, выполнение практических заданий, самостоятельных работ, домашних заданий);
- объяснительно – иллюстративный (демонстрация учебных наглядных

пособий, плакатов).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно – иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично – поисковый – участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально – фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем и другие.

Методы диагностики личностного развития воспитанников:

- сравнение и анализ выполняемых упражнений, итоговый анализ полученных умений и навыков воспитанников за период обучения.

Планируемые результаты.

(Личностные, метапредметные и предметные)

По окончании изучения курса «Настольный теннис» должны быть достигнуты определенные результаты.

- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции;

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

получат возможность

- Владеть правилами поведения во время соревнований, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности;
- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

будут сформированы

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;
- Владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;
- Владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- Знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;

- Владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения;

получат возможность

- Понимание физической культуры, как средство организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения;
- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;

Предметные результаты

будут сформированы

- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Играть в настольный теннис с соблюдением основных правил;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Использовать подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- демонстрировать жесты судьи;
- проводить судейство;

получат возможность

- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности;

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

Механизм оценивания образовательных результатов

Контроль уровня освоения материала учащимися осуществляется по результатам выполнения практических заданий на каждом занятии.

Критерии оценки результативности определяются на основании содержания образовательной программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Важным элементом механизма оценивания образовательных результатов является рейтинг активности учащихся в соревнованиях и спортивных мероприятиях различных уровней.

В качестве формы контроля реализации образовательной программы используется:

- промежуточные зачеты и тестирования по разделам;
- выступления на соревнованиях в учреждении и вне учреждения;
- результаты выступлений на муниципальных, областных, всероссийских, международных соревнованиях и фестивалях.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов				Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Основы знаний	7	3	4	0	Устный опрос, рефлексия
2	Общая и специальная физическая подготовка	14	4	5	5	Зачет
3	Техника и тактика игры	51	15	26	10	Зачет
	Итого	72	22	35	15	

Задачи:

Образовательные:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта настольный теннис, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Содержание программы отражается в учебном плане. Программа содержит перечень разделов и тем, количество часов по каждой теме с разбивкой на аудиторные (теоретические и практические виды занятий).

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

Раздел «Основы знаний» – 7 часов.

Тема. Вводный урок по настольному теннису, Т.Б. инструктаж, обзор развития настольного тенниса. – 1 час

Тема. Стойки и движения. – 2 часа

Тема. Гигиена и врачебный контроль. Изучение элементов стола и ракетки. – 2 часа

Тема. Изучение плоскостей вращения мяча. – 2 часа

Раздел «Общая и специальная физическая подготовка» - 14 часов.

Тема. Изучение хваток.- 2 часа

Тема. Изучение выпадов. – 2 часа

Тема. Передвижение игрока приставными шагами. – 2 часа

Тема. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. – 2 часа

Тема. Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча. – 2 часа

Тема. Игра-подача. – 1 час

Тема. Обучение подачи «Маятник». – 2 часа

Тема. Учебная игра с элементами подач. 1 час

Раздел «Техника и тактика игры» - 51 час

Тема. Учебная игра с элементами подач. – 1 час

Тема. Учебная игра с привлечением занимающихся к судейству. – 1 час

Тема. Обучение подачи «Веер», совершенствование техники подачи «Маятник», соревнования в группах. – 4 часа

Тема. Учебная игра с изученными элементами. – 2 часа

Тема. Обучение техники «срезка» мяча. – 2 часа

Тема. Совершенствование техники срезки в игре. – 2 часа

Тема. Совершенствование техники «срезки» слева, справа. Игра с применением срезок. – 2 часа

Тема. Учебная игра с ранее изученными элементами. – 2 часа

Тема. Соревнование в группах. – 2 часа

Тема. Совершенствование техники движения ногами, руками в игре, техника подач. – 2 часа

Тема. Совершенствование техники постановки руки в игре, расстояния до стола, высота отскока мяча. – 1 час

Тема. Обучение техники «наката» в игре. – 2 часа

Тема. Изучение вращения мяча в «накате». – 1 час

Тема. Обучение техники «наката» в игре. – 2 часа

Тема. Обучение техники «наката» слева, справа. – 2 часа

Тема. Совершенствование техники «наката», применение в игре. – 2 часа

Тема. Занятие по совершенствованию подач, срезок, накатов. – 2 часа

Тема. Учебная игра по совершенствованию изученных элементов в игре теннис. – 2 часа

Тема. Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка». – 1 час

Тема. Применение «подставки» в игре. – 2 часа

Тема. Изучение техники выполнения «подставки» слева. – 2 часа

Тема. Изучение техники выполнения «подставки» справа – 1 час

Тема. Занятия по совершенствованию техники элемента «подставка» слева, справа. – 3 часа

Тема. Совершенствование в группах по качеству элементов игры. – 2 часа

Тема. Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног. – 2 часа

Тема. Применение элемента «подрезка» в игре. – 1 час

Тема. Учебно-тренировочные соревнования среди занимающихся. – 3 часа

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу 2 раза в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям настольным теннисом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Тема занятия	Количес тво часов	Дата
1	Вводный урок по настольному теннису, Т.Б. инструктаж, обзор развития настольного тенниса.	1	4.09.
2	Стойки и движения.	1	4.09.
3	Стойки и движения.	1	11.09.
4	Гигиена и врачебный контроль. Изучение элементов стола и ракетки.	1	11.09.
5	Гигиена и врачебный контроль. Изучение элементов стола и ракетки.	1	18.09.
6	Изучение плоскостей вращения мяча.	1	18.09.
7	Изучение плоскостей вращения мяча.	1	25.09.
8	Изучение хваток.	1	25.09.
9	Изучение хваток.	1	2.10.
10	Изучение выпадов.	1	2.10.
11	Изучение выпадов.	1	9.10.
12	Передвижение игрока приставными шагами.	1	9.10.
13	Передвижение игрока приставными шагами.	1	16.10.
14	Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи.	1	16.10.
15	Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи.	1	23.10.
16	Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча.	1	23.10.
17	Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча.	1	6.11.

18	Игра-подача.	1	6.11.
19	Обучение подачи «Маятник».	1	13.11.
20	Обучение подачи «Маятник».	1	13.11.
21	Учебная игра с элементами подач.	1	20.11.
22	Учебная игра с элементами подач.	1	20.11.
23	Учебная игра с привлечением занимающихся к судейству.	1	27.11.
24	Обучение подачи «Веер», совершенствование техники подачи «Маятник», соревнования в группах.	1	27.11.
25	Обучение подачи «Веер», совершенствование техники подачи «Маятник», соревнования в группах.	1	4.12.
26	Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре.	1	4.12.
27	Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре.	1	11.12.
28	Учебная игра с изученными элементами.	1	11.12.
29	Учебная игра с изученными элементами.	1	18.12.
30	Обучение техники «срезка» мяча.	1	18.12.
31	Обучение техники «срезка» мяча.	1	25.12.
32	Совершенствование техники срезки в игре.	1	25.12.
33	Совершенствование техники срезки в игре.	1	15.01.
34	Совершенствование техники «срезки» слева, справа. Игра с применением срезок.	1	15.01.
35	Совершенствование техники «срезки» слева, справа. Игра с применением срезок.	1	22.01.
36	Учебная игра с ранее изученными элементами.	1	22.01.
37	Учебная игра с ранее изученными элементами.	1	29.01.
38	Соревнование в группах.	1	29.01.
39	Соревнование в группах.	1	5.02.
40	Совершенствование техники движения ногами, руками в игре, техника подач.	1	5.02.
41	Совершенствование техники движения ногами, руками в игре, техника подач.	1	12.02.
42	Совершенствование техники постановки руки в игре, расстояния до стола, высота отскока мяча.	1	12.02.
43	Обучение техники «наката» в игре.	1	19.02.
44	Обучение техники «наката» в игре.	1	19.02.
45	Изучение вращения мяча в «накате».	1	26.02.
46	Обучение техники «наката» в игре.	1	26.02.
47	Обучение техники «наката» в игре.	1	5.03.

48	Обучение техники «наката» слева, справа.	1	5.03.
49	Обучение техники «наката» слева, справа.	1	12.03.
50	Совершенствование техники «наката», применение в игре.	1	12.03.
51	Совершенствование техники «наката», применение в игре.	1	19.03.
52	Занятие по совершенствованию подач, срезок, накатов.	1	19.03.
53	Занятие по совершенствованию подач, срезок, накатов.	1	26.03.
54	Учебная игра по совершенствованию изученных элементов в игре теннис.	1	26.03.
55	Учебная игра по совершенствованию изученных элементов в игре теннис.	1	2.04.
56	Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1	2.04.
57	Применение «подставки» в игре.	1	9.04.
58	Применение «подставки» в игре.	1	9.04.
59	Изучение техники выполнения «подставки» слева.	1	16.04.
60	Изучение техники выполнения «подставки» слева.	1	23.04.
61	Изучение техники выполнения «подставки» справа	1	23.04.
62	Занятия по совершенствованию техники элемента «подставка» слева, справа.	1	30.04.
63	Занятия по совершенствованию техники элемента «подставка» слева, справа.	1	30.04.
64	Занятия по совершенствованию техники элемента «подставка» слева, справа.	1	7.05.
65	Совершенствование в группах по качеству элементов игры.	1	7.05.
66	Совершенствование в группах по качеству элементов игры.	1	14.05.
67	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1	14.05.
68	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1	21.05.
69	Применение элемента «подрезка» в игре.	1	21.05.
70- 72	Учебно-тренировочные соревнования среди занимающихся.	3	28.05.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Оценочные материалы

Главным экспертом в оценке личностного роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в спортивную деятельность.

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся спортсменов регулярно проводить комплексное тестирование юных спортсменов.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. С этой целью используются варианты тестов и контрольных упражнений, одним из методов контроля эффективности занятий в секции является участие учеников в учебных, товарищеских и календарных играх, которые проводятся согласно плану игр районного и городского уровня.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как происходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Для анкетирования родителей разработана анкета, которая представлена в приложении данной программы

Методические материалы.

По способу организации занятия:

- словесный (беседа, объяснение материала, опрос, обсуждение);
- наглядный (просмотр видеоматериалов);
- практический (выполнение заданий)
- фронтальный, круговой;
- метод целостного упражнения;
- метод подводящих упражнений

Методическое обеспечение программы

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические. Выбор методов (способов) обучения зависит о

психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Интернет-ресурсы:

1. <http://table-tennis-omsk.ru/>
2. <http://ttbeauty-pro.ru/>
3. <http://www.rtff.ru/>

Список литературы:

Нормативно-правовые акты

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Конституция Российской Федерации
3. Конвенция о правах ребенка;
4. Гражданский кодекс Российской Федерации;
5. Национальная доктрина образования в РФ на период до 2025 года;
6. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
7. «Программа модернизации образования в РФ до 2017 года»
8. Указ Президента Российской Федерации «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» № 761 от 01.06.2012.
9. Приказ Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008.
10. Постановление от 4 июля 2014 г. N 41 об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-
11. «Концепция развития дополнительного образования детей» от 04.09.2014 № 1726-Р

Литература для педагога дополнительного образования:

1. Серова Л. К. Умей владеть ракеткой / Л. К. Серова, Н. Г. Скачков. — Ленинград, 1989.
2. Серова Л. К. Содержание спортивной подготовки в настольном теннисе. Курс лекций / Л. К. Серова. - СПб., 2001.
3. Барчукова Г. В. Настольный теннис в вузе: учеб. пособие для студентов не физкультурных вузов / Г.В.Барчукова, А.Н.Мизин. — М., 2002.
4. Барчукова Г. В. Программа дисциплины «настольный теннис» федерального компонента цикла СД ГОС по направлению 521900 «Физическая культура» по специальности 02230 «Физическая культура и спорт» / Г. В. Барчукова, О.В.Матыцин — М., 2002.

Литература для ученика

1. Фримерман Э. Я. Настольный теннис. Краткая энциклопедия / Сост серии В.Л.Штейнбах / Э.Я.Фримерман. — М., 2005.
2. Шестеркин О. Н. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис на этапе начальной спортивной специализации: РГАФК. — М., 2000.