

Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 19»

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г.
Протокол № 7

Председатель ПС
И.П.Есенкова И.П.Есенкова

Утверждаю
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №19»
О.В. Воробьева
приказ от «31» мая 2023 г.
№ 75
М.П.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Настольный теннис»
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 7 – 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Богданов Виктор Кузьмич,
педагог дополнительного
образования

г. Курск, 2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Планируемые результаты.....	7
1.4. Содержание программы.....	8
1.5. Содержание учебного плана.....	8
II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	11
2.1. Календарный учебный график.....	11
2.2. Оценочные материалы.....	11
2.3. Формы аттестации.....	12
2.4. Методические материалы.....	13
2.5. Материально-технические условия.....	15
III. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ.....	16
IV. Список литературы.....	19
4.1. Список литературы, рекомендованной педагогам.....	19
4.2. Список литературы, рекомендованной обучающимся.....	19
4.3. Список литературы, рекомендованной родителям.....	20
4.4. Электронные ресурсы, рекомендованные педагогам, обучающимся и родителям.....	20
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	21

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1. Пояснительная записка

Нормативная правовая база программы «Настольный теннис»:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р.;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242);
- Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО «Об образовании в Курской области»;
- Государственная программа Курской области «Развитие образования в Курской области», утвержденной постановлением Администрации Курской области от 15.10.2013 № 737-па;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 г. № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
- Устав Школы, утвержден приказом № 1341 от 28 декабря 2015 г.
- Положение «О дополнительных общеразвивающих программах МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №19» (утверждено приказом Школы № 42 от 16 мая 2023 г.).

Направленность программы. Программа «Настольный теннис» физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости бросков и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы. Соревновательный характер игры, самостоятельность 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 настольный 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.

Актуальность программы заключается в ее общедоступности. Она предусмотрена для детей с любыми физическими данными, которые желают научиться играть в настольный теннис. Программа ставит конкретные задачи, решение которых предполагает последовательность и постепенность развития воспитанников, с учетом их возрастных особенностей, при индивидуальном подходе к каждому из них.

Отличительные особенности программы. Отличительная особенность программы «Настольный теннис» заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения. Данная программа дает возможность каждому учащемуся с разными способностями реализовать себя в спорте.

Работа в рамках программы «Настольный теннис» не только воспитывает и развивает школьников, но также способствует формированию устойчивой потребности к саморазвитию и самосовершенствованию. Работа с детьми по данной программе наряду с теоретическими и практическими занятиями в группах, проходит и индивидуально для лучшего усвоения материала. Программа интегрирована с графиком соревнований, что позволяет учащимся в полной мере проявить полученные теоретические знания на практике, а также выявить недостатки в подготовке.

Уровень программы. Программа «Настольный теннис» – стартового уровня. Учебный материал образовательных областей программы дополняет и расширяет базовые понятия детей о спорте и физкультуре.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучение учащихся 7-17 лет.

Данная программа направлена на обучающихся разных возрастов – от младшего школьного до юношеского.

У детей младшего школьного возраста активно формируется нравственная сфера личности. Эмоционально-волевая память и внимание приобретают произвольный характер. Формируется переход от наглядно-образного и конкретно-действенного мышления к теоретическому мышлению. Формируется логическая память. Детям этой возрастной группы свойственна повышенная активность, стремление к деятельности, происходит уточнение сфер интересов, увлечений. Дети данного возраста активно начинают интересоваться своим собственным внутренним миром и оценкой самого себя, учебная деятельность приобретает смысл как работа по саморазвитию и самосовершенствованию.

Подростковый период – время активного формирования личности, преломления социального опыта через собственную активную деятельность индивида по преобразованию своей личности, становление своего «Я». Центральным новообразованием личности подростка, в этот период, является формирование

чувства взрослости, развитие самосознания. Подростковый период является одним из наиболее важных в системе воспитания, потому как он зачастую определяет дальнейшую жизнь человека. Утверждение независимости, формирование личности, выработка планов на будущее – все это формируется именно в этом возрасте. При этом подросток, не сумевший благополучно преодолеть новый этап становления своего психо-социального развития, отклонившийся в своем развитии и поведении от общепринятой нормы, автоматически сталкивается с рядом ограничений, не позволяющих ему реализоваться как личность – это неуверенность в себе, асоциальное поведение, не позволяющее встроиться в коллектив, общество, трудности в общении и т.д.

Для юношеского возраста особенно важны процессы развития самосознания, динамика самостоятельной регуляции образов «Я». Уровень развития «Я» тесно связан с развитием других личностных особенностей. Старший школьный возраст — это пора выработки взглядов и убеждений, формирования мировоззрения, созревания его когнитивных и эмоционально-личностных предпосылок. В этот период происходит не просто увеличение объема знаний, но и существенное расширение кругозора старшеклассника. У старшеклассников наблюдается устойчивая потребность в поиске смысла жизни, определение перспективы своего существования и развития всего человечества. Также характерной чертой ранней юности является формирование жизненных планов, которые регулируют его внутренний мир и стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.

«Настольный теннис» как образовательная программа позволяет комплексно подойти к решению различных проблем, возникающих в каждый из указанных возрастных периодов.

Количество обучающихся в группе – 15-20 человек.

Срок реализации и объем программы. Программа «Настольный теннис» рассчитана на 1 год обучения.

Объем программы: 36 часов.

Форма обучения – очная.

Язык – русский.

Режим занятий. Занятия проводятся один раз в неделю по одному часу.

Продолжительность академического часа – 40 минут.

Форма проведения занятий. Занятия проводятся в группе. Виды занятий – учебное занятие, практическое занятие.

Формы проведения занятий: практическое занятие, беседа, консультация, наблюдение, дистанционное обучение, дискуссия, тренинги, праздники, конкурсы, городские игры, викторины.

Принципы образовательной деятельности.

- принцип гуманизации образовательного процесса: учет индивидуальных особенностей и возможностей, ориентация на личность ребенка, уважение уникальности и своеобразности каждого ребенка, признание ребенка высшей социальной ценностью;

- принцип самооценности дошкольного детства, полнота реализации возможностей ребенка, развитие интеллектуальных, коммуникативных, физических и художественных способностей ребенка;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип средового подхода: использование возможностей социокультурной среды, социальная адекватность, учет разнообразия влияния микросферы на ребенка;
- принцип педагогической поддержки: оказание помощи детям в решении их индивидуальных проблем, связанных с перспективой успешного обучения;
- принцип добровольности;
- принцип психологической комфортности (создается образовательная среда, обеспечивающая снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса);
- принцип вариативности (у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора);
- принцип творчества (процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности);
- принцип непрерывности (обеспечиваются преемственные связи между всеми ступенями обучения).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья через занятия настольным теннисом.

Задачи:

образовательные:

- познакомить с историей настольного тенниса;
- обучать правилам игры в настольный теннис;
- обучать основным приемам игры;
- способствовать повышению мастерства учащихся и выполнению нормативных спортивных разрядов по данному виду спорта;
- научить анализировать свои и чужие ошибки, учиться на них, выбирать из множества решений единственно правильное, планировать свою деятельность, работать самостоятельно;

развивающие:

- учить определять и формулировать цели деятельности на занятии с помощью педагога;
- учить составлять план действий с помощью педагога;
- учить работать по предложенному плану;
- формировать элементы рефлексии;
- развить логическое мышление, память, внимание, ловкость;
- развивать коммуникативные навыки и умения в процессе общения, учить работать в группах, координировать деятельность, учить анализу и самоанализу;

воспитательные:

- привить любовь и интерес к настольному теннису и спорту в целом;
- воспитать чувство личной ответственности, выдержки, дисциплины, терпения, хладнокровия, находчивости, сосредоточенности, благородства;
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность и т.д.).
- научить уважать соперника;
- сформировать гражданскую позицию, патриотизм;
- содействовать формированию социально активной, нравственной личности с гражданским самосознанием;
- развить навыки групповой работы;
- способствовать развитию управления своими эмоциями и действиями;
- воспитывать целеустремленность, самообладание, бережное отношение ко времени.
- приобщить ребенка к здоровому образу жизни;
- развивать интеллектуальные процессы, творческое мышление;
- создавать условия для формирования и развития ключевых компетенций учащихся (коммуникативных, интеллектуальных, социальных).

1.3. Планируемые результаты

Обучающиеся будут знать:

- историю настольного тенниса как вида спорта;
- основные термины и понятия в настольном теннисе;
- приобретение теоретических знаний в области настольного тенниса;
- правила игры в настольный теннис;
- теоретические основы общей и специальной физической подготовки.

Обучающиеся овладеют умениями:

- практические навыки игры в настольный теннис;
- навыки совершенствования общей и специальной физической подготовки;
- использовать основные приемы игры в настольный теннис;
- совершенствовать технику игры в настольный теннис;
- строить тактику игры;
- играть с партнером, отрабатывать полученные ранее умения и навыки;
- играть на счет в парах.

Обучающиеся овладеют следующими компетенциями:

- проявление инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности, в том числе – спортивной;
- активное взаимодействие со сверстниками и взрослыми, участие в соревнованиях;
- умение подчиняться разным правилам и социальным нормам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- развитая крупная и мелкая моторика;
- способность к волевым усилиям;
- соблюдение правил безопасного поведения и личной гигиены;
- первичные знания о себе, о природном и социальном мире;

- познавательные психические процессы (наблюдательность, внимание, память, восприятие, воображение);
- дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, организованность;
- потребность слушать и слышать педагога;
- трудолюбие, бережливость, аккуратность.

1.4. Содержание программы Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводные занятия	2	1	1	Наблюдение, беседа, опрос
1.1.	Вводное занятие	1	1	0	
1.2.	Правила игры и содержание инвентаря	1	0	1	
2.	Основы общей физической подготовки для игры в настольный теннис	5	1	4	Наблюдение, беседа, опрос, зачет упражнений
2.1.	Общая физическая подготовка	5	1	4	
3.	Основы специальной физической подготовки для игры в настольный теннис	5	1	4	Наблюдение, беседа, опрос, зачет упражнений
3.1.	Специальная физическая подготовка	5	1	4	
4.	Основы технической подготовки для игры в настольный теннис	8	2	6	Наблюдение, беседа, опрос, зачет упражнений
4.1.	Техническая подготовка	8	2	6	
5.	Игровая деятельность. Отработка полученных знаний, умений и навыков игры в настольный теннис	14	2	12	Наблюдение, беседа, опрос, зачет упражнений
5.1.	Игры с партнером	7	1	6	
5.2.	Игры на счет в парах	7	1	6	
6.	Соревновательная деятельность	2	-	2	Наблюдение, беседа, опрос, соревнования
6.1.	Соревнования	2	-	2	
Итого:		36	7	29	

1.5. Содержание учебного плана

1. Вводные занятия

Теория: Знакомство. Ознакомление с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Правила пожарной безопасности. План работы объединения на год. Форма одежды и внешний вид теннисиста. Спортивный инвентарь необходимый для занятий. Знакомство с правилами игры в настольный теннис. Содержание инвентаря и уход за ним. Личная гигиена спортсмена.

Практические занятия: Разновидности вертикальной хватки. Разновидности горизонтальной хватки.

2. Основы общей физической подготовки для игры в настольный теннис

Теория: Понятие о физических качествах, их развитии. Составление комплексов упражнений.

Практические занятия: Упражнения общефизической подготовки: Упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног; вращения в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах, сгибание и разгибание стоп ног; повороты, наклоны и вращения туловища в различных направлениях; подъем согнутых ног к груди из положения виса на гимнастической стенке; подъем ног за голову с касанием их носками пола за головой из положения лежа на спине; подъем туловища с касанием пальцами рук носков ног из положения лежа на спине. Медленный бег на время; челночный бег 5 по 15 м и 3 по 10 м, бег на короткие дистанции 20 и 30 м на время; прыжковые упражнения. Упражнения с предметами (с набивными мячами, скакалками, гимнастическими палками, мешочками с песком). Подвижные игры с мячом и без него. Упражнения для развития равновесия. Упражнения на координацию движений.

3. Основы специальной физической подготовки для игры в настольный теннис

Теория: Разминочный комплекс упражнений в движении. Упражнения для освоения техники игры. Разогревающие и дыхательные упражнения. Упражнения, развивающие гибкость.

Практические занятия: Упражнения с мячом. Удары по мячу справа и слева. Вращение мяча. Упражнения, имитирующие технику ударов. Упражнения, имитирующие технику передвижений. Освоение приема: имитация движений без мяча, отработка элементов у стенки, изучение приема в игровой обстановке на столе. Ознакомление с движением рук без мяча. Тренировка движения в игровой обстановке. Тренировка правильного и быстрого передвижения у стола. Развитие быстроты реакции. Имитация движений без мяча. Отработка приема на тренажере. Отработка индивид. у стенки, с партнером. Отработка в игровой обстановке у стола. Ознакомление с движением без мяча. Изучение движения в игровой обстановке по движущемуся мячу: упражнения у стенки, на столе со щитом, с партнером. Совмещение выполнения технического приема с элементами передвижения. Совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях. Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Упражнения с подбросом мяча без ракетки; упражнения, имитирующие сам удар, без мяча, контролируя движения у зеркала. Работа над выполнением подачи с мячом у стола, придвинутого к стене. Попадание мячом в нарисованную на столе мишень. Выполнение имитационных упражнений данным видом подачи, контролируя свои движения перед зеркалом. Работа над выполнением подачи с мячом на столе, придвинутом к стене. Выполнение подач, придавая мячу различные виды вращения. Имитация движений ракеткой без мяча. Отработка подачи на столе, придвинутом к стене. Попадание мячом в нарисованную на столе мишень. Выполнение подач, придавая мячу различные виды вращения. Демонстрация удара

тренером. Освоение основной стойки – положения: постановка ног и разворот туловища. Ознакомление с движением рук без мяча. Учить согласованности движений во время выполнения подрезки, скоординированности движений туловища, плеча, предплечья и кисти. Изучение движений в игровой обстановке. Упражнения для мышц кисти руки: имитационные упражнения с ракеткой без мяча. Закрепление приемов освоенных подач.

4. Основы технической подготовки для игры в настольный теннис

Теория: Знакомство с понятием “тактика”. Виды технических приемов по тактической направленности. Указания для ведения правильной тактики игры: через сложную подачу, активную игру, погашение активной тактики соперника, вынуждение соперника больше двигаться у стола, использование при подачах эффекта отклонения траектории мяча. Тактический вариант: “смена игрового ритма”. Главное правило – при приеме подачи стремление овладеть инициативой ведения борьбы. Указания по приему длинных подач. Указания по приему коротких подач. Тактический вариант: “длительный розыгрыш очка”. Тактический вариант “перехват инициативы”.

Практические занятия: Различные виды жонглирования мячом; удары по мячу правой и левой стороной ракетки, двумя сторонами поочередно; удары по мячу на разную высоту с последующей его ловлей ракеткой без отскока от нее правой и левой стороной ракетки. Упражнения с ракеткой и мячом в движении: шагом, бегом, бегом с жонглированием ракеткой; то же, но с поворотами, изменением направления бега, шагом; бегом с мячом, лежащим на поверхности игровой плоскости ракетки. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары. Удар на столе по мячу, выбрасываемому тренером или партнером. Освоение хватки и закрепление ее через упражнения. Передвижения, держа мяч на ракетке, следя за хваткой. Перекатывание мяча на ракетке. Многократные подбивания мяча ракеткой. Ведение мяча ракеткой, ударяя об пол. Нейтральная стойка теннисиста. Одношажный способ передвижений. Шаги, переступания, выпады, приставные шаги. Имитационные упражнения и тренировки у стола. Двухшажный способ передвижений. Скрестные и приставные шаги. Имитационные упражнения и простые упражнения с определенными заданиями в тренировке у стола для скорейшего освоения техники передвижения.

5. Игровая деятельность. Отработка полученных знаний, умений и навыков игры в настольный теннис

Теория: Техника основных ударов и подач в игре с партнёром. Правила совмещения выполнения приёмов с техникой передвижения.

Практические занятия: Основные удары и подачи в игре с партнером. Работа над совмещением выполнения приемов с техникой передвижения.

6. Соревновательная деятельность

Теория: Правила игры на счет (во время соревнований). Судейские термины.

Практические занятия: Игра на счет (соревнования). Выполнение указаний судьи во время игры (судейские термины). Проведение игр на счет в парах.

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	Группа №1	1 год обучения			36	36	36			Декабрь, май

2.2. Оценочные материалы

При зачислении ребёнка на программу проводится мониторинг готовности. Целью входного мониторинга является выявление имеющихся знаний, практических навыков ребёнка на данном этапе развития, а также уровень его готовности к обучению по данной программе.

Формы мониторинга готовности: собеседование, задания на выявление имеющихся практических навыков игры в настольный теннис.

Компетенции, которыми должен владеть обучающийся:

- иметь элементарное представление о настольном теннисе;
- владеть элементарными навыками игры;
- владеть начальной спортивной подготовкой;
- уметь повторять предлагаемые движения.

Результаты мониторинга готовности к освоению программы вносятся в таблицу.

Данные заносятся с помощью знаков «+» или «-», что означает, проявляется этот компонент или нет (Таблица 3).

Результаты мониторинга помогают спланировать дальнейшую работу по возможной корректировке содержания программы, а также мероприятия по разработке индивидуальных образовательных маршрутов.

Входной мониторинг даёт объективную информацию, позволяющую определить степень готовности ребёнка к обучению по данной программе.

Таблица 3

№ п/п	ФИО ребенка	имеет элементарное представление о настольном теннисе	владеет элементарными навыками игры	владеет начальной спортивной подготовкой	умеет повторять предлагаемые движения
1.	Иванов Иван Иванович	+	-	Недостаточно развито	С помощью педагога

Периодичность мониторинга достижения детьми планируемых результатов – 2 раза в год.

Уровень освоения программного материала за 1 полугодие, а также учебный год определяется по результатам выполнения контрольных заданий (упражнений, игр, соревнований).

Результаты вносятся в карту уровня освоения программного материала ребенком.

Данные заносятся с помощью знаков «+» или «-», что означает, проявляется этот компонент качества или нет. (Таблица 4). В итоге подсчитывается количество знаков «+» и «-» и выводится уровневый показатель.

«Высокий» уровень ставится в случае, если все компоненты качества отмечены знаком «+». «Средний уровень» – когда большинство компонентов отмечены знаком «+». «Низкий уровень» – когда большинство компонентов отмечены знаком «-». Результаты вносятся в протоколы аттестации.

Данная система оценки качества и эффективности деятельности участников образовательного процесса позволяет сравнивать ожидаемый и конечный результат образовательной деятельности.

Все результаты, полученные в ходе аттестации за год, вносятся в таблицу «Мониторинг динамики». (Приложение 3)

Таблица 4

№ п/п	ФИО ребенка	история настольного тенниса как вида спорта	основные термины и понятия в настольном теннисе	теоретические знания в области настольного тенниса	правила игры в настольный теннис	теоретические основы общей и специальной физической подготовки.
1.	Иванов Иван Иванович	+	+	+	+	+

2.3. Формы аттестации

Контроль за освоением программы проводится в форме открытых занятий, участия в играх, спортивных состязаниях разного уровня.

Результатом освоения программы «Настольный теннис» должна стать готовность детей к выполнению различных спортивных задач, т.е. достижение необходимого и достаточного уровня развития потенциала ребенка, уровня его физической культуры, двигательной активности.

Периодичность мониторинга достижения детьми планируемых результатов – 2 раза в год, что обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводящих к переутомлению обучающихся.

Проведение мониторинга предполагает:

- наблюдение за активностью обучающегося в различные периоды пребывания в группе;
- анализ его навыков и умений;
- специальные педагогические пробы, организуемые педагогом.

В программе предусмотрена шкала оценки результатов:

- *Минимальный уровень* - обучающийся не освоил образовательную программу, не регулярно посещал занятия.

- *Базовый уровень* - обучающийся стабильно занимается, регулярно посещает занятия, освоил образовательную программу.
- *Высокий уровень* - обучающийся проявляет устойчивый интерес к занятиям, показывает положительную динамику развития способностей, проявляет инициативу и творчество.

Данная система оценки качества и эффективности деятельности участников образовательного процесса позволяет сравнивать ожидаемый и конечный результат образовательной деятельности.

Отслеживание результатов направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках обучающихся и на определение эффективности функционирования педагогического процесса. Оценка общих результатов обучения отображена в Приложении 2.

Для проверки знаний, умений и навыков в объединении используются следующие виды и методы контроля:

Входной, направленный на выявление требуемых на начало обучения знаний, умений и навыков. Дает информацию об уровне подготовки обучающихся.

Для этого вида контроля используются методы:

- опрос;
- упражнения;
- анализ умений и навыков обучающегося.

Текущий, направленный на проверку усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях. Могут использоваться методы:

- опрос;
- упражнения;
- анализ умений и навыков обучающегося;
- игры и соревнования.

Тематический. Осуществляется по мере прохождения темы, раздела. Имеет целью систематизацию знаний. Используются следующие методы:

- практические;
- индивидуальные и фронтальные;
- комбинированные;
- открытый урок;
- участие в соревнованиях разного уровня.

Итоговый. Проводится по результатам учебного года. Это могут быть игры, соревнования разного уровня. К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения;
- всесторонность (теория, практика)
- дифференцированный подход.

2.4. Методические материалы

Педагогические технологии. На занятиях применяются современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы:

- технологии личностно-ориентированного обучения;
- технологии продуктивного обучения;
- технологии дистанционного обучения;
- игровые технологии;
- технологии сотрудничества;
- технологии создания ситуации успеха;
- здоровьесберегающие технологии.

Методы обучения. В процессе реализации программы применяется ряд методов и приёмов:

- наглядно-образный метод (наглядные пособия, обучающие и сюжетные иллюстрации, видеоматериалы, мастер-класс);
- словесный метод (рассказ, объяснение, беседа);
- практический метод (выполнение упражнений, развивающих заданий, игры, соревнования);
- репродуктивный метод (объяснение нового материала на основе изученного);
- метод формирования интереса к учению (игра, создание ситуаций успеха, занимательные материалы);
- метод контроля и самоконтроля.
- методы убеждение, поощрение, поручение, стимулирование, мотивация, создание ситуации успеха.

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов и приемов обучения по выбору педагога.

Дидактические материалы. Разработки занятий, тематические схемы, таблицы, иллюстрации, книги, журналы, специализированная учебная литература, тематические фото- и видеоматериалы, инвентарь для игры и выполнения упражнений.

Таблица 5

№ п/п	Название раздела, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы учебного занятия	Формы контроля/ аттестации
1.	Вводные занятия	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий; - книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	практическое занятие, учебные занятия, мастер-классы	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и навыков обучающегося
2.	Основы общей физической подготовки для игры в настольный теннис	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий; - книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	практическое занятие, учебные занятия, мастер-классы	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и навыков обучающегося, участие играх, соревнованиях
3.	Основы специальной физической подготовки для игры в настольный теннис	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий;	практическое занятие, учебные	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и

		- книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	занятия, мастер-классы	навыков обучающегося, участие играх, соревнованиях
4.	Основы технической подготовки для игры в настольный теннис	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий; - книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	практическое занятие, учебные занятия, мастер-классы	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и навыков обучающегося, участие играх, соревнованиях
5.	Игровая деятельность. Отработка полученных знаний, умений и навыков игры в настольный теннис	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий; - книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	практическое занятие, учебные занятия, мастер-классы	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и навыков обучающегося, участие играх, соревнованиях
6.	Соревновательная деятельность	- инвентарь для игры и выполнения упражнений; - фото- и видеоматериалы по теме занятий; - книги и журналы по теме занятий, специализированная учебная литература.	практическое занятие, учебные занятия, мастер-классы	наблюдение опрос, упражнения, анализ умений и навыков обучающегося, участие играх, соревнованиях

2.5. Материально-технические условия

Кабинет. Для занятий используется спортзал – просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-техническим нормам. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое, с достаточным дневным и искусственным освещением.

В спортзале правильно организованы учебные места для детей, есть возможность заниматься индивидуально (отрабатывать определенные навыки, выполнять разминку, упражнения, играть и т.д.) и в группе.

Оборудование и материалы. Инвентарь и оборудование для выполнения упражнений и игры (теннисный стол, ракетки, мячики, скакалки, шведская стенка, маты и т.д.), методические пособия и инструкции, книги, журналы, пособия, фото- и видеоматериалы, ноутбук, колонки, портативная колонка.

Кадровое обеспечение программы.

Программу может реализовывать педагог дополнительного образования с высшим (средне-профессиональным) педагогическим образованием и квалификацией по профилю «физическая культура», или педагог дополнительного образования с высшим (средне-профессиональным) педагогическим образованием, прошедший переподготовку по соответствующему профилю.

Педагог должен иметь навыки работы с ИКТ.

III. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

Приоритетными направлениями в организации воспитательной работы являются: гражданско-патриотическое, духовно-нравственное, художественно-эстетическое, спортивно-оздоровительное, трудовое, а также воспитание познавательных интересов.

Рабочая программа воспитания предназначена для планирования и организации системной воспитательной деятельности; разрабатывается и утверждается с участием коллегиальных органов управления общеобразовательной организацией и реализуется в единстве урочной и внеурочной деятельности, осуществляемой совместно с семьёй и другими участниками образовательных отношений, социальными институтами воспитания; предусматривает приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, включая ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения, принятым в российском обществе на основе российских базовых конституционных норм и ценностей; историческое просвещение, формирование российской культурной и гражданской идентичности обучающихся.

Программа воспитания продолжает воспитательную линию, заложенную в содержании программы «Настольный теннис».

Цель и задачи воспитательной работы

Цель: овладение представлениями о базовых ценностях, а также выработанных обществом нормах и правилах поведения, приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Задачи:

- ознакомить с символикой Российской Федерации, воспитать у детей чувства патриотизма, уважения к своей Родине;
- воспитать любовь к родному краю, народным традициям, культуре своего народа, истории;
- ознакомить детей с семейными ценностями, воспитывать любовь и уважение к родителям, старшим, воспитание заботливости, чувства сопереживания;
- воспитать любовь к созидательному труду, понимание его ценности в жизни человека и общества;
- укрепить здоровье, приобщить к здоровому образу жизни, развить двигательную и гигиеническую культуру детей, формировать экологическую культуру

- развить гуманистическое отношение детей к миру, воспитать культуру общения, эмоциональной отзывчивости и доброжелательности к людям;
- развивать эстетические чувства детей, творческие способности, эмоционально-ценностные ориентации, приобщить детей воспитанников к искусству и художественной литературе.

В систему воспитательной работы по программе входят блоки:

1. Социально-коммуникативное развитие, которое представлено следующими направлениями:

- Социализация, развитие общения, нравственное воспитание;
- Ребенок в семье и сообществе;
- Самостоятельность, трудовое воспитание;
- Формирование основ безопасности.

2. Познавательное развитие. Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, своем месте в жизни и творчестве, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира, о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира. Развитие познавательно-исследовательской деятельности. Развитие восприятия, внимания, памяти, наблюдательности, способности анализировать, сравнивать, выделять характерные, существенные признаки предметов и явлений окружающего мира; умения устанавливать связи между предметами и явлениями, делать обобщения.

3. Физкультурно-спортивное развитие.

Физкультурно-спортивное развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания спорта для организации своей собственной жизни, для формирования четкой и уверенной позиции, направленной на здоровый образ жизни. Формирование потребности к физкультуре и спорту, в спортивной деятельности, через которую можно выразить и реализовать себя и свой потенциал.

Результатом воспитательной работы можно считать позитивные изменения по всем основным направлениям деятельности в области гражданско-патриотического, духовно-нравственного, эстетического, трудового, познавательного, спортивно-оздоровительного развития детей.

**Календарный план воспитательной работы
объединения «Настольный теннис» на 20__-20__ учебный год**

Таблица 6

№ п/п	Наименование мероприятия/события	Форма проведения	Сроки и место проведения	Ответственные
1.	Праздник «День здоровья». Участие в состязаниях	Состязания	Сентябрь	
2.	Соревнования по настольному теннису в школе	Состязания	Октябрь	
3.	День народного единства. Веселые старты	Состязания	Ноябрь	
4.	Подготовка и украшение школы к новогодним праздникам	Участие в концерте	Декабрь	
5.	Организация стенда «ЗОЖ – как образ жизни»	Творческий проект	Январь	
6.	Участие в различных соревнованиях на разных уровнях	Состязания	Январь - май	
7.	Твоя безопасность. Беседа с обучающимися	Беседа	Февраль	
8.	День освобождения города Курска. Подготовка презентации «Спортсмены в годы Великой Отечественной войны»	Творческий проект	Февраль	
9.	День защитника Отечества. Спортивные состязания «А, ну-ка, мальчики!»	Состязания	Февраль	
10.	Международный женский день. Спортивные состязания «А, ну-ка, девочки!»	Состязания	Март	
11.	Первые в Космосе. Космические старты	Состязания	Март - апрель	
12.	Праздник со слезами на глазах. Подготовка к выступлению на концерте ко Дню Победы	Праздник, участие в концерте	Май	
13.	До свидания, школа! Праздник по поводу окончания учебного года	Праздник	Май	

IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

4.1. Список литературы, рекомендованной педагогам

1. Амелин, А. Н. Настольный теннис: 6+12 / А.Н. Амелин. - М.: Физкультура и спорт, 2017. - 184 с.
2. Амелина, А. Н. Настольный теннис / А.Н. Амелина, В.А. Пашинин. - М.: Физкультура и спорт, 2016. - 112 с.
3. Байгулов, Ю. П. Настольный теннис. Вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. - М.: Физкультура и спорт, 2013. - 256 с.
4. Барчукова, Г. В. Настольный теннис / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: Дивизион, 2016. - 188 с.
5. Барчукова, Г. В. Настольный теннис для всех / Г.В. Барчукова. - М.: Физкультура и спорт, 2019. - 208 с.
6. Барчукова, Г.В. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / Г.В. Барчукова. - М.: СпортАкадемПресс, 2018. - 168 с.
7. Гогунев Н.Е., Мартьянов Б. И. Психология физического воспитания и спорта.-М.: – АСАДЕМІА, 2000.
8. Жданов, В. Настольный теннис. Обучение за 5 шагов / В. Жданов. - М.: Спорт, 2015. - 241 с.
9. Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
10. Крепеж к сетке для настольного тенниса. - Москва: Гостехиздат, 2016. - 470 с.
11. Марущак В.В. Спортивные игры. – М.: Военное издательство, 1985.

4.2. Список литературы, рекомендованной обучающимся

1. Амелин А.Н. Современный настольный теннис. – М.: ФиС, 1982.
2. Амелин А.Н., Пашинин В.А. Настольный теннис (Азбука спорта). – М.: ФиС, 1999.
3. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. – М.: ФиС, 1979.
4. Байгулов Ю.П. Настольный теннис: Вчера, сегодня, завтра. – М.: ФиС, 2000.
5. Барчукова Г.В. Современные подходы к формированию технико-тактического мастерства игроков в настольный теннис. – М.: РГАФК, 1997.
6. Барчукова Г.В. Настольный теннис (Спорт для всех). – М.: ФиС, 1990.
7. Барчукова Г.В. Педагогический контроль за подготовленностью игроков в настольный теннис. – М.: ГЦОЛИФК, 1984.
8. Захаров Г.С. Настольный теннис: Теоретические основы. – Ярославль: Верхне-Волжское кн. из-во, 1990.
9. Захаров Г.С. Настольный теннис: Школа игры. – Из-во: «Талка», 1991.
10. Матыцин О.В. Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе. – М.: «Теория и практика физической культуры», 2001.
11. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М., «Советский спорт», 2004.

4.3. Список литературы, рекомендованной родителям

1. Амелина, А. Н. Настольный теннис / А.Н. Амелина, В.А. Пашинин. - М.: Физкультура и спорт, 2016. - 112 с.
2. Барчукова, Г. В. Настольный теннис для всех / Г.В. Барчукова. - М.: Физкультура и спорт, 2019. - 208 с.
3. Барчукова, Г.В. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / Г.В. Барчукова. - М.: СпортАкадемПресс, 2018. - 168 с.
4. Гогунев Н.Е., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта.-М.: – АСАДЕМІА, 2000.
12. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. – М.: ФиС, 1979.
13. Барчукова Г.В. Настольный теннис (Спорт для всех). – М.: ФиС, 1990.
14. Захаров Г.С. Настольный теннис: Школа игры. – Из-во: «Талка», 1991.

4.4. Электронные ресурсы, рекомендованные педагогам, обучающимся и родителям

1. Международная федерация настольного тенниса [Электронный ресурс]. URL: <https://www.ittf.com/> (дата обращения: 20.06.2022).
2. Федерация настольного тенниса России [Электронный ресурс]. URL: <http://ttfr.ru/> (дата обращения: 20.06.2022).
3. Федерация настольного тенниса Курска [Электронный ресурс] / URL: <https://ttf-kursk.ucoz.ru/> (дата обращения: 20.06.2022).
4. Настольный теннис для всех [Электронный ресурс]. URL: <http://table-tennis-omsk.ru/category/novosti/> (дата обращения: 20.06.2022).
5. Онлайн-тренировки по настольному теннису [Электронный ресурс]. URL: <https://ttbeauty-pro.ru/> (дата обращения: 20.06.2022).

**Календарно-тематическое планирование
объединения «Настольный теннис» на 20__-20__ учебный год**

№ п/п	Дата (план)	Дата (факт)	Тема занятия	Кол-во часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			Вводное занятие	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений
2.			Правила игры и содержание инвентаря	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
3.			Общая физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
4.			Общая физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
5.			Общая физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
6.			Общая физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
7.			Общая физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
8.			Специальная физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
9.			Специальная физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
10.			Специальная физическая подготовка	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования

23.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
24.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
25.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
26.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
27.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
28.			Игры с партнером	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
29.			Игры на счет в парах	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
30.			Игры на счет в парах	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
31.			Игры на счет в парах	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
32.			Игры на счет в парах	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
33.			Игры на счет в парах	1	Практическая работа/ Комбинированное занятие	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
34.			Соревнования	1	Практическая работа/ Закрепление знаний и способов деятельности учащихся	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования

35.			Соревнования	1	Практическая работа/ Проверка знаний и способов деятельности обучающихся	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
36.			Соревнования	1	Практическая работа/ Проверка знаний и способов деятельности обучающихся	Спортзал	Беседа, опрос, наблюдение, выполнение упражнений, игры, соревнования
ИТОГО				36			

Критерии определения уровня освоения обучающимися программы «Настольный теннис»

№ п/п	Уровень освоения	Критерии
1.	<p>Низкий уровень - обучающиеся в основном усвоили:</p> <p>Средний уровень - обучающиеся достаточно знают/представляют:</p> <p>Высокий уровень - обучающиеся полностью знают/представляют</p>	<ul style="list-style-type: none"> - историю настольного тенниса как вида спорта; - основные термины и понятия в настольном теннисе; - приобретение теоретических знаний в области настольного тенниса; - правила игры в настольный теннис; - теоретические основы общей и специальной физической подготовки.
2.	<p>Низкий уровень - обучающиеся могут с помощью педагога:</p> <p>Средний уровень - обучающиеся могут уверенно:</p> <p>Высокий уровень - обучающиеся могут свободно:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - практические навыки игры в настольный теннис; - навыки совершенствования общей и специальной физической подготовки; - использовать основные приемы игры в настольный теннис; - совершенствовать технику игры в настольный теннис; - строить тактику игры; - играть с партнером, отрабатывать полученные ранее умения и навыки; - играть на счет в парах.
3.	<p>Низкий уровень - недостаточно развиты:</p> <p>Средний уровень - достаточно развиты:</p> <p>Высокий уровень - уверенно развиты:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проявлять инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, в том числе – спортивной; - активно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, участие в совместных проектах; - умение подчиняться разным правилам и социальным нормам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками; - развитая крупная и мелкая моторика; - способность к волевым усилиям; - соблюдение правил безопасного поведения и личной гигиены; - первичные знания о себе, о природном и социальном мире; - познавательные психические процессы (наблюдательность, внимание, память, восприятие, воображение); - дисциплинированность, ответственность, самостоятельность, организованность; - потребность слушать и слышать педагога; - трудолюбие, бережливость, аккуратность.

**Мониторинг результатов обучения по программе «Настольный теннис»
на 20__-20__ учебный год
Группа №__**

№ п/п	Обучающиеся	Результаты обучения								
		Образовательно-предметные						Личностные		
		Теория			Практика					
1	2	3	1	2	3	1	2	3		

1 – Входная диагностика

2 – Промежуточная диагностика (I полугодие)

3 – Итоговая диагностика (II полугодие)

	-	Низкий уровень Недостаточно проявлены
	-	Средний уровень Достаточно проявлены
	-	Высокий уровень Уверенно проявлен