

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВИНОГРАДНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Рассмотрено
МО учителей
Руководитель МО
Демидова А.И.
Протокол № 2 от 14.03 2023 г.

Согласовано
Зам. директора по УВР
А. В. Кондаурова
15.03.2023.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Настольный теннис»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: старовый
Возраст учащихся: 11-14 лет
Составитель: Тренев Андрей Анатольевич
Должность: педагог дополнительного образования

с. Виноградное
2023

Пояснительная записка

2.1. Программа «Настольный теннис» является *модифицированной*. Методологическую основу программы составила авторская программа по настольному теннису на основе комплексной программы Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическое воспитание для общеобразовательных учреждений 1-11 классов» М. : Просвещение, 2012. и предназначена для организации занятий в школьной спортивной секции.

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 29 декабря 2022 г.);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- 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 Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;

Устав МБОУ Виноградненская СОШ

2.2. Направленность программы- физкультурно-спортивную

и ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся, способствующих улучшению физического развития.

2.2. 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.

Образ жизни детей и подростков, в настоящее время, отличается сниженной физической активностью, агрессивностью информационной среды. Вовлечение детей в учебно-тренировочный процесс положительно сказывается на их физическом состоянии, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, компенсирует дефицит их двигательной активности.

Программа "Настольный теннис" спланирована и построена таким образом, чтобы занятия оказывали благотворное влияние на психологическое и физическое развитие учащихся. Полезная для здоровья, эта спортивная игра оказывает положительное воздействие на многие системы организма (способствует улучшению слуха, обострению зрения, правильному ритму дыхания, повышает двигательные функции организма, (в игре участвуют все группы мышц), координацию, улучшает работу сенсорной системы, вестибулярного аппарата, тренирует мелкую моторику рук, помогает снять физическое и эмоциональное напряжение после уроков, и дает мощный психотерапевтический эффект. Привлечение детей к занятиям настольным теннисом в настоящее время, время компьютеризации и нанотехнологий, немаловажны и очень своевременны.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий,

изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

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

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

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

Настольный теннис, как и любой другой вид спорта, воспитывает в человеке дисциплину и лидерские качества, которые пригодятся ему не только в зале, но и в повседневной жизни. При занятиях, Вы улучшаете свою физическую форму и состояние здоровья. Благодаря занятиям, вырабатываются различные полезные навыки, начиная от быстроты реакции, заканчивая ловкостью и выдержанностью.

2.4. Новизна программы в том, что она учитывает

специфику **дополнительного образования** и охватывает значительно больше желающих заниматься **настольным теннисом**, предъявляя посильные требования в процессе **обучения**. Простота в **обучении**, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство укрепления здоровья и разностороннего физического развития.

2.5. Отличительная особенность программы в том, что обучение по программе «Настольный теннис» доступно всем детям, независимо от их физических данных ("атлеты" или "очкарики") и спортивных способностей.

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

Способствует развитию у учащихся координации движений, выработке легкости, и непринужденности движений и разработана для учащихся младшего и среднего школьного возраста, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий. Данная программа предусматривает занятия, практически, со всеми обучающимися, желающих заниматься данным видом спорта. Поэтому, при формировании группы не делается деление

обучающихся по наклонностям и способностям к данной спортивной игре детьми.

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.

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 к 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

2.6.Педагогическая целесообразность Результатом 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

2.7.Адресат программы: данная образовательная программа рассчитана на учащихся в возрасте от 11 лет до 14 лет. При этом не делается отбор по способностям или наклонностям 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.

2.8. Объём и срок освоения программы реализуется в течение одного учебного года: 36 недель (I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель) и рассчитана на 72 часа.

2.9 Уровень программы стартовый. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и ознакомление с основами техники выбранного вида спорта – настольного тенниса (освоение обучающимися способами хватки ракетки, выполнения основных ударов по мячу, техники передвижений, правил игры и ведения счета).

2.10. Форма обучения образовательного процесса в творческом объединении "Настольный теннис" являются:

- Форма организации образовательного процесса – очная;
- Форма организации детей на занятии: групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная.
- Виды проведения занятий: практическое, комбинированное.

Занятия строятся таким образом, чтобы дети получали удовлетворение и эмоциональный подъем не только от двигательной активности, но и от индивидуальных потребностей, полученных в результате занятий.

Образовательный процесс включает в себя вводно-подготовительную часть (упражнения общей и специальной подготовки), основную часть (направленную на решение основных задач занятия: теоритическую и практическую подготовку) и заключительную часть (включающую, как правило, подвижные игры невысокой интенсивности). В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в настольный теннис. В практической части изучаются технические приемы.

Во время занятий при изучении нового материала и закреплении практических умений и навыков используются различные формы и методы, соответствующие поставленным целям и задачам, а также содержанию образовательной деятельности. (Это методы словесного восприятия, метод наглядности, практический метод, соревновательная и игровая форма.) Наибольший эффект и результат дают игровые и соревновательные формы, которые в основном и используются на занятиях.

2.11 Особенности организации образовательного процесса являются:

- в соответствии с индивидуальным учебным планом в объединении группы учащихся могут формироваться как одного возраста, так и разных возрастных категорий (разновозрастные группы), а также индивидуально.
- график занятий составляется с учетом учебного расписания в школе
- состав группы постоянный;
- в группе занимаются дети, обладающие разными способностями к обучению (подвижность, быстрота и координация движений, "чувство мяча");
- учитываются индивидуальные особенности детей (игровой стиль - "хватка ракетки", "защитник" или "нападающий", "левша" или "правша");

- имеют место соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки;
- проводятся занятия по тестированию, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

2.12 Режим занятий Общее количество часов в год составляет 72 часа. Периодичность занятий: 1 раз в неделю по 2 часа с перерывом между занятиями 15 минут (1 академический час – 45 минут). Количество учащихся в группе – до 20 человек.

3. Цель и задачи

3.1.Цель программы: Создание условий для всестороннего развития физических способностей и личностных качеств, укрепления здоровья, специальной физической подготовки обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

3.2.Задачи дополнительной общеобразовательной программы "Настольный теннис" подразделяются на:

3.2.1. Образовательные:

- овладеть основами базовой техники игры в настольный теннис;
- иметь элементарную теоретическую подготовку;
- уметь правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- считать занятия настольным теннисом, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- совершенствоваться на занятиях и сохранять высокий уровень своих способностей и навыков теннисиста;
- улучшать индивидуальные показатели по физической и технической подготовке.

3.2.2 Развивающие:

- развить двигательные функции и физические качества (сила, ловкость, быстрота реакции), общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- развить спортивные способности через освоение и совершенствование специальной и физической подготовки;
- уметь планировать свою деятельность, распределять нагрузку, осознанно ставить перед собой цели и задачи, находить пути их решения;
- уметь находить ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- уметь анализировать и объективно оценивать собственные результаты, находить возможности и способы их улучшения.

3.2.3Воспитательные:

- поддерживать здоровый образ жизни, соблюдать личную гигиену, режим дня и питания, закаляться посредством занятий спортом и настольным

теннисом, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- на личном примере показывать все достоинства и положительные качества культуры здорового и безопасного образа жизни, пропагандировать здоровый образ жизни;
- сформировать морально – волевые качества, умение проявлять упорство в достижении поставленных целей;
- сформировать коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста и взрослыми;
- уметь работать в коллективе и быть готовым оказать помощь и поддержку.

4. Воспитательный потенциал

Цель воспитательной работы: создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

Задачи воспитательной работы:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- воспитывать эстетическую культуру учащихся;
- воспитывать чувство ответственности и исполнительности;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты:

- вовлечение большого числа учащихся в деятельность данного направления и повышение уровня сплоченности коллектива;
- улучшение психического и физического здоровья учащихся;
- сокращение детского и подросткового травматизма;
- развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, игра, викторина, видеоэкскурс, обучающие занятия, конкурсы.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: групповые, парные, индивидуальные.

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания:

познавательные, духовно-нравственные, культурно-досуговые, гражданско патриотические, профилактические.

Методы воспитательного воздействия: словесные, практические, и др

5. Содержание программы.

5.1 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование раздела, темы	Всего часов	Аудиторные часы	Формы контроля
---	----------------------------	-------------	-----------------	----------------

			Теория	Практика	
1	Обучение техническим приемам	18	5	13	Беседа, тестирование, выполнение упражнений
2	Технические и тактические действия игрока	24	7	17	Беседа, тестирование, выполнение упражнений
3	Обучение тактики игры и двусторонняя игра.	30	6	24	Беседа, тестирование, соревнования
	Всего	72	18	54	

5.2.Содержание учебного плана

Тема 1. Введение. Обучение техническим приемам

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи программы. Правилами поведения в спортивном зале. Игры на знакомство.

Практика:. Каждая партия состоит из розыгрышей, каждый из которых в свою очередь начинается с подачи. Подающий в первом розыгрыше определяется при помощи жребия. Далее подающие чередуются через каждые 2 подачи. Партия продолжается до тех пор, пока один из игроков не наберет 11 очков.

Форма контроля Беседа. Вводное тестирование. Выполнение упражнений.

Тема 2. Технические и тактические действия игрока

Теория. Настольный теннис - это один из самых доступных видов спорта.

Настольный теннис не только спорт, но и увлекательная, и азартная игра, в которую любят и могут играть все желающие, независимо от возраста и способностей.

Практика Подача - удар, с помощью которого мяч вводится в игру.

Плоский удар - удар, при котором мячу не сообщается никакого преднамеренного вращения.

Накат - удар со слабым верхним вращением и большой скоростью мяча.

Подставка / Блок - подставка почти неподвижной ракетки под атакующий мяч. Подрезка - это базовый защитный элемент с нижним вращением, выполняется для обороны или для затруднения атаки соперника.

Срезка - это разновидность подрезки, которая выполняется сразу при отскоке мяча с использованием скорости приходящего мяча.

Скидка - это атакующий элемент, который выполняется только с коротких мячей и не является разновидностью наката и топ-спина.

Скрутка - это либо контр-топ-спин со стола, либо просто топ-спин со стола по восходящему мячу.

Топ-спин — атакующий технический прием, направленный на сообщение мячу высокой поступательной скорости и высокой скорости вращения.

Форма контроля Беседа. Вводное тестирование. Выполнение упражнений.

Тема №3 Совершенствование тактических и технических навыков в двусторонней игре

Теория. Тактика парной игры.

Практика : Атакующие – поведение игрока, когда он атакует соперника для быстрого выигрыша очка и достижения преимущества. Атакующие действия бывают двух видов: одиночные удары или серия ударов.

Контратакующие – поведение игрока, когда он в ответ на нападение оппонента контратакует, т. е. играет еще сильнее и активнее, чтобы перехватить инициативу.

Подготовительные (вспомогательные) – ходы перед атакой, способствующие успешной, эффективной ее организации и выполнению. С помощью подготовки теннисист создает подходящие условия для проведения наступления.

Защитные – поведение, когда игрок отражает атаку противника и не дает ему добиться результата. Игрок старается выйти из опасного игрового положения, пытается вернуть шар на сторону стола напарника. Различают активную (с препятствием действий противника) и пассивную защиту.

Форма контроля. Беседа. Итоговое тестирование. Проведение соревнований.

6. Планируемые результаты

На предметном уровне.

Должны знать:

- правила охраны труда, технику безопасности и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- основные понятия теории, техники и тактики настольного тенниса;
- правила игры в настольный теннис;
- знать лучших российских теннисистов.

Должны уметь:

- владеть первоначальными двигательными навыками (хватка ракетки, жонглирование мячом, базовая техника работы ног, удары по мячу на столе);
- владеть простейшими техническими приемами и основами техники игры настольного тенниса (откидка, накат, подрезка, подача; перемещения).
- применять простейшие приёмы техники и тактики в игре;

- выполнять обязательный минимум по физической и специальной технической подготовке;
- овладеют навыками дисциплинированности, организованности, трудолюбия.

Разовьют следующие личностные качества:

- улучшат большинство из показателей физических качеств: координации движений, быстроты реакции и ловкости;
 - разовьют общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- разовьют коммуникативность обучающихся в результате коллективных действий.
- овладеют навыками общения в коллективе.

Планируемые результаты, приобретаемые учащимися в процессе обучения программы:

Личностные:

- поддерживают здоровый образ жизни, соблюдают личную гигиену, режим дня и питания, закаляются посредством занятий спортом и настольным теннисом, организуют свой отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- на личном примере показывают все достоинства и положительные качества культуры здорового и безопасного образа жизни, пропагандируют здоровый образ жизни;
- воспитали в себе морально – волевые качества, умеют проявлять упорство в достижении поставленных целей;
- сформировали коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста и взрослыми;
- умеют работать в коллективе и готовы оказать помощь и поддержку.

Метапредметные:

- развили двигательные функции и физические качества (сила, ловкость, быстрота реакции), общую выносливость организма к физическим нагрузкам;
- развивают свои спортивные способности через освоение и совершенствование специальной и физической подготовки;
- умеют планировать свою деятельность, правильно распределяют нагрузку, осознанно ставят перед собой цели и задачи, умеют находить пути их решения;
- умеют находить ошибки при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- умеют анализировать и объективно оценивать собственные результаты, находят возможности и способы их улучшения.

Предметные:

- овладели основами базовой техники игры в настольный теннис;
- имеют элементарную теоретическую подготовку;

- умеют правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- считают занятия настольным теннисом, как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- совершенствуются и сохраняют высокий уровень своих способностей и навыков теннисиста;
- показывают свои умения, как по физической, так и по специальной подготовке, улучшают индивидуальные показатели по физической и технической подготовке.

7. Календарный учебный график.

Начало учебного года – 1 сентября. Конец учебного года – 31 мая. В период до 10 сентября согласно Уставу МБОУ Виноградненская СОШ проводится комплектование групп.

Продолжительность учебного года – 36 недель. Учебные занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ Виноградненская СОШ, включая каникулярное время.

Зимние каникулы – 31 декабря по 8 января.

начало учебного года	конец учебного года	количество учебных недель	периодичность занятий	кол-во часов в неделю	кол-во часов в год
01.09.2023	31.05.2024	36	1 раз в неделю	2	72

При необходимости с целью вычитки программного материала в полном объеме учебный год может быть продлен (с учетом требований п.п. 1, п.6, ст. 28 Закона «Об образовании в Российской Федерации»).

В случае вычитки программы до окончания учебного года в оставшиеся даты проводятся занятия воспитательного и общеразвивающего характера.

Календарно-тематическое планирование (приложение 3) разрабатывается педагогом самостоятельно в соответствии с требованиями, закрепленными в локальных актах МБОУ Виноградненская СОШ. В случае переносов, уплотнений занятий педагогом дополнительного образования заполняется лист корректировки (приложение 4).

8. Условия реализации программы.

8.1 Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале и в холле образовательной организации.

Теннисные столы, ракетки и теннисные мячи

Технические средства обучения

- ноутбук;

-экран, проектор.

8.2 Информационное обеспечение

- объяснительно-иллюстративный материал;
- видеофильмы с обучением игры в настольный теннис.

8.3 Кадровое обеспечение

Педагог, работающий по данной программе,- это педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое высшее или среднее профессиональное образование по специализации физическое воспитание. Он должен иметь практические навыки в сфере организации интерактивной и дистанционной деятельности детей. Педагог должен владеть базовыми навыками работы с компьютерной техникой и программным обеспечением, базовыми навыками работы со средствами телекоммуникаций (системами навигаций в сети Интернет, навыками поиска в сети Интернет, электронной почтой и т.д.), иметь навыки и опыт обучения и самообучения с использованием цифровых образовательных ресурсов.

8.4 Методическое обеспечение

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебно-тренировочные занятия.
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.
- Восстановительные мероприятия.
- Участие в матчевых встречах.
- Участие в соревнованиях.
- Конкурсы, викторины.

Педагогические технологии: здоровье сберегающие технологии, групповые технологии, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности

Алгоритм учебного занятия:

1 Вводная часть: (7 мин)

- Введение в тему (создание проблемной ситуации);
- Мотивация деятельности обучающихся;
- Целеполагание;

2 Основная часть: (30-35 мин)

- Актуализация ранее приобретенных знаний;
- Добывание (сообщение и приятие) нового знания;
- Применение и закрепление знаний в практических упражнениях.

3 Заключительная часть: (3 мин)

- Подведение итогов занятия.
- Рефлексия деятельности обучающихся.

Формы аттестации/ контроля.

- Физические упражнения с предметами и без предметов
- Турниры
- Сдача контрольных нормативов
- Соревнования

Основными формами образовательного процесса являются:

- практико-ориентированные учебные занятия;
- различные виды соревнований по теннису.

Формы организации учебной деятельности:

индивидуальная (обучающемуся дается самостоятельное задание с учетом возможностей);

- фронтальная (работа в коллективе при объяснении нового материала или отработке определенного технологического приема);
- подгрупповая (разделение на мини группы для выполнения упражнений);
- коллективная (выполнение работы для подготовки к соревнованиям).

9. Формы аттестации .

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.:

- наблюдения при отработке упражнений;
- тестовые задания, опросы, беседы;
- творческое задание;
- текущая оценка достигнутого самим ребенком;
- экспертные оценки, независимые характеристики (отзывы родителей, педагогов, зрителей);

Результаты мониторинга фиксируются педагогом в протоколе и итоговой ведомости.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.

Для предъявления демонстрации образовательных результатов по программе используется:

- диагностические материалы, которые позволяют определить количество учащихся чел./%, полностью освоивших дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу; определить уровень усвоения программы (высокий, достаточный, низкий);
- открытое занятие;
- участие в соревнованиях;

10. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

- 1 Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2010
- 2 А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2004
- 3 Ю.П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004
- 4 Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхневолжское книжное издательство, 2005
- 5 О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000
- 6 О.В.Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 2006
- 7 С.Д.Шпрах. У меня секретов нет. М.: Советский спорт, 2002
- 8 А.А.Гужаловский «Физическая подготовка школьника» Челябинск: Юж.-Урал. кн. изд., 1980г.
- 9 И.М. Бутин, А.Д. Викулов, «Развитие физических способностей детей 1-4 классы»: – Москва, «Владос-пресс», 2002 г.
- 10 И.А. Гуревич, «300 соревновательных заданий по физическому воспитанию»: – Минск, 1994 г.
- 11 Л.Ормаи «Современный настольный теннис» М.: «Физкультура и спорт» 1985г.
- 12 И.М. Коротков, «Подвижные игры для детей»: – Москва, «Советская Россия», 1987 г.
- 13 В.В. Кузин, С.А. Полиевский, «500 игр и эстафет»: – Москва, «Физическая культура и спорт», 2003 г.
- 14 В.И. Лях, «Мой друг физкультура» 5-8 класс»: – Москва, «Просвещение», 2007 г.
- 15 Б.И. Мишин, «Настольная книга учителя физической культуры». Справочно-методическое пособие: – Москва, ООО «Астрель», 2003 г.
- 16 Г.В.Барчукова С.Д.Шпрах «Игра доступная всем» М.:»Знание» 1991г.
- 17 «Первая медицинская помощь». Популярная энциклопедия: -Москва, БМР, 1994г.

Список литературы для учащихся:

- 1 Г,В.Барчукова «Учись играть в настольный теннис» М.:»Советский спорт» 1989г.
- 2 М.-В.М.Богущас «Играем в настольный теннис» М.: Просвещение 1987г.
- 3 А.Н.Амелин В.А. Пашнин «Настольный теннис» М.:»Физкультура и спорт» 1980г.
- 4 И.С. Красикова, «Гимнастика для ленивых» – Москва, АСТ «Астрель», 2003 г.
- 5 В. Лукьянов, «Россия и Олимпийское движение: вчера – сегодня – завтра» – Москва, «Терра – Спорт», 2004 г.

- 6 В.П. Лукьяненко, «Физическая культура: основы знаний». Учебное пособие – Москва, «Советский спорт», 2003 г.
- 7 А.Нельсон, Ю. Кокконен, «Анатомия упражнений на растяжку» – Москва, «Попурри», 2008 г.
- 8 П.Френсис, Л. Френсис, «Ваш личный путь к здоровью» – Москва, «Попурри», 2007 г.
- 9 Б.Н. Хмельницкий, «Спорт, спорт, спорт...» – Москва, Эксмо «СКИФ», 2005 г.
- 10 Л.Ормаи «Современный настольный теннис» М.:»Физкультура и спорт» 1985г.
- 11 Г.В.Барчукова С.Д.Шпрах «Игра доступная всем» М.: «Знание» 1991г.

11. Оценочные материалы

1. Соревнования по теннису

Зимний чемпионат школы

Тест Правила игры в Настольный теннис

1. Длина теннисного стола составляет?

- 2,74 м
- 2,64 м
- 2,52 м
- 2,82 м2.

2. Игровая поверхность стола находится на высоте.....см от пола?

- 86 см
- 66 см
- 76 см
- 56 см

3. Верх сетки по всей длине должен находиться на высоте над игровой поверхностью... см?

- 15,75 см
- 15,25 см
- 16,25 см
- 16,75 см

4. Диаметр теннисного мяча..... мм?

- 40 мм
- 35 мм
- 45 мм
- 48 мм

5. Соревнования по настольному теннису подразделяются на ?

- личные
- командные
- лично-командные
- командно-личные

6. Участник соревнований имеет право ?

- выбрать один мяч из нескольких предложенных ведущим судьей для проведения встречи

- оказывать (любым способом) влияние на принятие судьей решения по результату розыгрыша
- повреждать или наносить преднамеренно удары (чем угодно) по оборудованию и любому спортивному и личному имуществу
- действовать неуважительно (выражениями или жестами и т.д.) по отношению к зрителям, соперникам и официальным лицам

7. Участник соревнований имеет право ?

- проводить перед началом встречи непосредственно на игровом столе разминку продолжительностью до 2 минут
- повреждать или наносить преднамеренные удары по оборудованию, а также любому спортивному или личному имуществу
- действовать неуважительно (выражениями или жестами и т.д.) по отношению к зрителям, соперникам или официальным лицам
- намеренно мешать (любыми действиями) проведению других встреч

8. Участник соревнований имеет право ?

- обратиться к ведущему судье до начала следующего розыгрыша за разъяснениями или с просьбой
- затягивать преднамеренно игру: выбиванием мяча за пределы игровой площадки
- затягивать преднамеренно игру: постукиванием мяча перед подачей по столу, ракеткой
- затягивать преднамеренно игру: использованием пауз (более 15 с) между розыгрышами и перерывом

9. Участник соревнований имеет право ?

обратиться к главному судье, если не удовлетворен разъяснением ведущего судьи, в личных соревнованиях - непосредственно, в командных - через своего представителя или капитана команды

- затягивать умышленно игру: умышленным повреждением мяча
- затягивать преднамеренно игру: постукиванием мячом по столу, полу, ракетке
- использование пауз (более 15 с) между розыгрышами или перерывов (более 1 мин) между партиями

10. Участнику запрещено ?

- вступать в пререкания с судьями и соперниками
- выбирать один мяч из нескольких предложенных ведущим судьей для проведения встречи
- проводить перед началом встречи непосредственно на игровом столе разминку продолжительностью до 2 минут

- получать советы в перерывах между партиями или во время других разрешенных судьями остановок

Контрольные упражнения

Физическая подготовка:

- **Прыжок в длину с места**
- **Бег 30 метров**
- **Бег 1000 метров**

Нормативы по технической подготовленности

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

**Мониторинг результатов обучения
при реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
(2023-2024 уч. год)**

Название объединения: «Настольный теннис»

№	Ф.И.О. учащегося	Теоретическая подготовка учащегося			Владение специальной терминологи ей	Практическая подготовка учащегося			Участие в спортивных соревновани ях
		Теоретические знания	Вы с.	Дос т		Низ к	Практические умения и навыки	Вы с.	
		8- 10б .	4- 7б.	1- 3б.		8- 10б .	4- 7б.	1- 3б.	

Тренев А.А.

ПОДПИСЬ

12. Методические материалы

Объединение: Настольный теннис, 11-14 лет

Руководитель: Тренев Андрей Анатольевич

Тема занятия: "Совершенствование техники и тактики игры. Накат. Атакующий удар."

Цель занятия: изучение тактических схем игры и их практическое закрепление в процессе игры.

Задачи :

Предметные – изучение (повторение) тактических схем игры теннисистов разных стилей, опробование на практике техники реализации этих схем.

Метапредметные – развитие вариативности (креативности) мышления теннисистов (составление новых тактических схем исходя из имеющихся ЗУНов), развитие координации движений, ловкости, двигательной памяти и скорости мышления.

Воспитательная – воспитание чувства ответственности перед коллективом, добросовестного отношения к своим обязанностям, привитие норм спортивной этики.

Форма проведения занятия: тренировочная игра для детей с элементами настольного тенниса и поэтапным усложнением заданий.

Оборудование и материалы: теннисный стол, ракетки, мячи, презентация.

Ход урока

<p><u>1. Оргмомент</u></p>	<p>Построение, объявление темы и целей занятия.</p>
<p><u>2. Разминка</u></p>	<p>Общеразвивающие упражнения в движении:</p> <ul style="list-style-type: none">• руки в стороны, вращение в лучезапястных суставах;• руки в стороны, вращение в локтевых суставах;• вращение в плечевых суставах;• ускоренная ходьба;• бег;

	<ul style="list-style-type: none"> • перемещение приставным шагом правым боком; • перемещение приставным шагом левым боком; • перемещение приставным шагом боком попеременно
<u>3.Основная часть</u>	<p>Игровая и физическая разминка посредством постепенного увеличения нагрузки игровых упражнений у стола в следующей последовательности:</p> <ul style="list-style-type: none"> • накат по диагонали; • накат по прямой. <p>Накат относится к нападающим ударам и считается одним из основных технических приёмов игры. Сегодня будем учиться придавать мячу сильное вращение верхнее и нижнее. Этим приёмом можно также контратаковать в ответ на атаку накатом.</p> <p>Применение наката позволяет разнообразить игру, играть в более быстром темпе, чем срезками, менять направление и силу вращения мяча, что даёт возможность быстрее одержать победу над соперником. (презентация: слайд №14)</p>
Индивидуальная подготовка	Совершенствование выполнения индивидуального технического или технико-тактического приёма.
Игры на счёт	<p>Игры на счёт выполняются со специальными заданиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> • играть только накатами; • играть только в правую (левую) половину стола.
<u>4.Заключительная часть</u>	<p>Подведение итогов занятия.</p> <p>Разбор допущенных ошибок.</p>

Сценарий мероприятия «Путешествие по стране Добра и Вежливости»

Цель: Формирование морально-этических ценностей у детей.

Задачи: Развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

Воспитывать взаимоуважение, вежливое обращение, способность чувствовать, культуру общения, показать необходимость употребления в речи «вежливых слов»

Формировать культуру поведения.

Прививать навыки бесконфликтного общения.

Воспитывать культуру речи у детей.

Игровая программа рассчитана на детей в возрасте 12-14 лет.

Оборудование: столы, стулья, музыкальный центр, видеопроектор

Атрибуты: таблички; салфетки; посуда; скатерти; плакаты; фломастеры.

Оформление: плакаты с изречениями; музыкальное оформление; мультимедийное сопровождение.

Добрый день, уважаемые гости! Мы рады приветствовать вас на нашей игре-тренинге.

Музыкальный фон: «Маленькая страна»

За горами, за лесами есть волшебная страна.

В ней много разных испытаний и чудес она полна.

(Карта страны на экране) Посмотрите, какие необычайные места в этой стране. Что же это за страна?

Верно, мы будем путешествовать по стране Добра и Вежливости.

В Волшебную страну попасть легко –

Не надо ехать далеко,

Зажмурь глаза и сделай шаг,

Теперь в ладоши хлопни так:

Один хлопок, еще хлопок.

Мы прибыли! Открой глаза, дружок!

Ребята, а как вы думаете: путешествовать лучше поодиночке или вместе?

Предлагаю вам объединиться в команды и придумать им название. (Дети рассаживаются за столы)

Такие человеческие качества, как доброта и вежливость, - неразделимы. Что же такое вежливость? Это умение вести себя так, чтобы другим было приятно с тобой (от старославянского «ВЕЖЕ» - знаток, следовательно, знать, как себя вести).

Итак, мы отправляемся в путешествие со **станции «Этикет»**.

На экране появляется карта, затем слайды к заданию.

Станция «Этикет», вопросы детям.

Что такое этикет? (Совокупность правил поведения, принятых в обществе).

Где должен находиться мальчик, идущий с девочкой: слева или справа от нее? (Слева).

Кто должен пройти первым: входящий в магазин или выходящий? (При входе входящий должен пропустить выходящего).

Можно ли войти в магазин с собакой? (Нет).

Можно лезть в фойе или зрительном зале театра? (нет).

Если начало спектакля или концерта задерживается, нужно ли аплодировать, чтобы поторопить артистов? (Нет).

Нужно ли аплодировать после поднятия занавеса? (Да)

С какого слова звонящий должен начинать телефонный разговор? (Здравствуйте).

Кто перезванивает, если во время разговора телефон внезапно отключился? (Тот, кто звонил первоначально).

Что нужно сделать, если вы случайно столкнулись с кем-то? (Извиниться).

Кто должен здороваться первым: старший или младший по возрасту? (Младший).

Сколько цветов одновременно можно сочетать в своей одежде? (Не более трех).

Можно ли приходить в гости без предупреждения? (Нет).

Можно ли опаздывать в гости? (Нет).

Отправляемся дальше и попадаем на **«Улицу Вежливости»**.

Люди часто пользуются различными словарями. Есть словарь В.И. Даля, словарь Ожегова, орфографические словари. Вам предстоит составить словарь Вежливых слов.

Для каждой команды приготовлены мольберты с листами ватмана. Раздается задание для команд: написать слова приветствия, слова извинения, слова прощения.

На карте появляется следующее название.

Путешествовать предстоит долго и нам пора зайти на «Гостинный двор», может, чем вкусным угостят. А заодно проверим, как вы умеете сами принимать гостей.

Для команд приготовлены столы с посудой. Ребятам необходимо правильно накрыть стол и правильно его сервировать.

Ребята приступают к заданию. Фоном идет заставка «У самовара я и моя Маша».

Вопросы:

Можно ли сервировать чайный стол чашками из разных сервизов? (Нет. Желательно, чтобы посуда была от одного сервиза)

Вы пьете чай с вареньем из вишни. Как вы будете выплевывать косточки? (Сначала в ложечку, приложенную к губам, а затем на тарелку).

Можно ли из бокала переливать чай в блюдечко, если он горячий? (Нет, надо подождать, пока он слегка остынет, или попросить холодной кипяченой воды, чтобы разбавить чай).

Как правильно заварить чай?

Сколько принято наливать чая в чашку? (На один см ниже края чашки).

Как правильно держать чашку? (Тремя пальцами, а четвертым и пятым придерживать ее у основания ручки).

Что делать с ложкой, когда вы помешали чай? (Положить на блюдце).

Если вы пролили чай на скатерть, что нужно сделать? (Осторожно промокнуть салфеткой, не привлекая внимания).

Жюри подводит итог. На экране ребята видят название переулка. Иногда возникает ситуация, когда человек должен изъясниться при помощи жестов. В нашей стране есть такой переулок «**Переулок жестов**».

Ребята получают задание, в котором с помощью жестов должны объяснить заданное слово другой команде так, чтобы они его поняли.

Вы прекрасно справились с заданием, и нам пора отправляться дальше.

Впереди нас ждет «**Аллея игр**».

С детьми проводится тренинг «Поступи правильно». Командам было дано задание разыграть небольшую сценку на конкретные ситуации, с которыми мы часто встречаемся в жизни. Каждая команда разыгрывает свою сценку, а другие команды анализируют ситуации и предлагают свои варианты.

Ситуация №1.

Однажды Дима Крюков поехал в школу на автобусе. В автобусе он сел у окна и с удовольствием стал рассматривать улицу. Вдруг в автобус вошла старушка. Дима встал и сказал: «Садитесь». Старушка села и поблагодарила Диму. Вдруг автобус неожиданно остановился. Дима не удержался и упал на стоящего рядом мужчину. Мужчина рассердился и сказал: «Держаться надо!». (Обсуждение ситуации).

Ситуация №2.

Мы хотим узнать правила поведения в зрительном зале. Сейчас раздастся звонок, извещающий о том, что скоро начнется спектакль.

Свет погас. Входят опоздавшие, которые должны занять свои места. (Обсуждение ситуации).

Ситуация №3.

Звучит «Песенка крокодила Гены».

Сегодня у Вовы День рождения. В гости к нему придут друзья. Стук в дверь, Вова встречает друга Сашу.

Саша: «Здравствуй, Вова! Поздравляю тебя с Днем рождения!» Протягивает ему подарок. Вова принимает подарок, разворачивает.

Вова: «А, машинка, да у меня уже есть такая!» Саша сконфужен, проходит в комнату.

Стук в дверь. Вова встречает Олю и Свету.

Девочки: «Здравствуй, Вова. Поздравляем тебя с Днем рождения!».

Протягивают ему подарок.

Вова не разворачивает подарок, откладывает его в сторону. Вова говорит о том, что родители подарили ему компьютер, и бежит его показывать. (Обсуждение ситуации).

На карте появляется название «**Улица народной мудрости**».

В народе всегда относились к добру и вежливости по-особому. Недаром есть такая пословица «Доброе слово и кошке приятно».

Ребятам предлагается задание: найти окончание пословиц.

Собери пословицы.

Добро наживай, а худо изживай.

На земле не без добрых людей.

Жизнь дана на добрые дела.

Без добрых дел нет доброго имени.

Кто добро творит, того Бог благословит.

Ласковое слово, что весенний день.

Злой не верит, что есть добрые люди.

Добрые дела красят человека.

Сделав добро – не кайся.

На карте появляется название «**Музыкальный клуб**»

Командам предлагается вспомнить песни о добре и вежливости.

Перед тем, как нам расстаться

И уйти всем по домам,

Хочется мне попрощаться,

Пожелав при этом вам:

Чтобы добрыми вы были,

Слов волшебных не забыли,

Чтобы добрыми словами

Говорили вы с друзьями.

А сейчас все вместе вспомним волшебное слово, которое друзья говорят при расставании. До свидания.

Приложение 3

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Виноградненская средняя общеобразовательная школа»
Ленинского района Республики Крым

Согласовано
Зам. директора по УВР

_____/А. В. Кондаурова /
от _____, 2023 г.

Утверждено
Директор школы

_____/Е. В. Маслова
Приказ № _____ от _____, 2023 г.

Календарно - тематическое планирование

Дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Настольный теннис»
на 2023-2024 учебный год

Возраст учащихся: 11-14 лет

Количество часов : 2 ч в неделю, всего 72 ч

Составитель: Тренев А. А.

Должность: педагог дополнительного образования

с. Виноградное

2023 г.

№	Тема урока	Дата проведения	
		план	факт
Тема 1. Введение. Обучение техническим действиям-18часов			
1	Знакомство с работой кружка. Правила поведения, инструктаж по ТБ. Специально-подготовительные упражнения.	сентябрь	
2	. Специально-подготовительные упражнения.	сентябрь	
3	Стойка игрока. Набивание мяча о ракетку. Игра в защите	сентябрь	
4	Стойка игрока. Набивание мяча о ракетку. Игра в защите	сентябрь	
5	Набивание мяча на двух сторонах ракетке. Удары по мячу. Игра в защите	сентябрь	
6	Набивание мяча на двух сторонах ракетке. Удары по мячу. Игра в защите	сентябрь	
7	Набивание мяча на двух сторонах ракетке. Удары по мячу. Игра в защите	сентябрь	
8	Набивание мяча на двух сторонах ракетке. Удары по мячу. Игра в защите	сентябрь	
9	Удары по мячу. Прямая подача. Игра в защите	октябрь	
10	Удары по мячу. Прямая подача. Игра в защите	октябрь	
11	Удары по мячу. Прямая подача. Игра в защите	октябрь	
12	Удары по мячу. Поддача «маятник». Игра в защите	октябрь	
13	Удары по мячу. Поддача «маятник». Игра в защите	октябрь	
14	Удары по мячу. Поддача «маятник». Игра в защите	октябрь	
15	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	октябрь	
16	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	октябрь	
17	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	
18	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	

Тема 2 .Технические и тактические действия игрока- 24 часов			
19	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	
20	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	
21	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	
22	Прямая подача справа, слева. Удар по свече. Игра ударами накат	ноябрь	
23	Прямая подача справа, слева. Игра ударами накат с одного угла в два. Игра в нападении	ноябрь	
24	Прямая подача справа, слева. Игра ударами накат с одного угла в два. Игра в нападении	ноябрь	
25	Прямая подача справа, слева. Игра ударами накат с одного угла в два. Игра в нападении	декабрь	
26	Прямая подача справа, слева. Игра ударами накат с одного угла в два. Игра в нападении	декабрь	
27	Прямая подача справа, слева. Игра ударами накат с одного угла в два. Игра в нападении	декабрь	
28	Подача мяча. Удар подрезкой. Игра в нападении	декабрь	
29	Подача мяча. Удар подрезкой. Игра в нападении	декабрь	
30	Подача мяча. Удар подрезкой. Игра в нападении	декабрь	
31	Подача мяча. Удар подрезкой. Игра в нападении	декабрь	
32	Подача мяча. Удар подрезкой. Игра в нападении	декабрь	
33	Игра по диагонали. Удар подрезкой. Игра в нападении	январь	
34	Игра по диагонали. Удар подрезкой. Игра в нападении	январь	
35	Игра по диагонали. Удар подрезкой. Игра в нападении	январь	
36	Игра по диагонали. Удар подрезкой. Игра в нападении	январь	
37	Игра по диагонали. Удар подрезкой. Игра в нападении	январь	

38	Игра по диагонали. Удар открытой ракеткой. Игра в нападении	январь	
39	Игра по диагонали. Удар открытой ракеткой. Игра в нападении	январь	
40	Игра по диагонали. Удар открытой ракеткой. Игра в нападении	январь	
41	Игра по диагонали. Удар открытой ракеткой. Игра в нападении	февраль	
42	Игра по диагонали. Удар открытой ракеткой. Игра в нападении	февраль	
Тема 3. Совершенствование тактических и технических навыков в двусторонней игре- 30 часов			
43	Игра ударами срезка. Игра в нападении	февраль	
44	Игра ударами срезка. Игра в нападении	февраль	
45	Игра ударами срезка. Игра в нападении	февраль	
46	Игра ударами срезка. Игра в нападении	февраль	
47	Удар подрезкой снизу. Игра в защите	февраль	
48	Удар подрезкой снизу. Игра в защите	февраль	
49	Удар подрезкой снизу. Игра в защите	март	
50	Удар подрезкой снизу. Игра в защите	март	
51	Крученая подача. Игра в защите	март	
52	Крученая подача. Игра в защите	март	
53	Крученая подача. Игра в защите	март	
54	Крученая подача. Игра в защите	март	
55	«Резная» подача. Игра в нападении	март	
56	«Резная» подача. Игра в нападении	март	
57	«Резная» подача. Игра в нападении	апрель	
58	«Резная» подача. Игра на ближней дистанции	апрель	
59	«Резная» подача. Игра на ближней дистанции	апрель	
60	Крученая подача. Игра на дальней дистанции.	апрель	
61	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	апрель	

62	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	апрель	
63	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	апрель	
64	Крученая подача. Игра на дальней дистанции.	апрель	
65	Крученая подача. Игра на дальней дистанции.	май	
66	Крученая подача. Игра на дальней дистанции.	май	
67	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	май	
68	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	май	
69	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	май	
70	Удар подрезкой снизу. Игра по системе 2*2	май	
71	Двусторонняя игра . Соревнование	май	
72	Двусторонняя игра. Соревнования	май	

Приложение 5

**План воспитательной работы
на 2023-2024 учебный год**

№№	Наименование	Направление	Время проведения	Дата по факту	Место проведения	Ответственный
1	Соблюдение техники безопасности на занятии секции настольного тенниса.	Профилактическое	сентябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А.
2	«Хорошие манеры или будьте вежливы друг с другом»	познавательное	сентябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
3	Краткий обзор состояния и развития настольного тенниса в России.	познавательное	сентябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
4	Конкурсно-игровая программа «В гостях у вежливости»	Культурно досугово духовно нравственное	октябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
5	Влияние физических упражнений на строение функции организма человека.	Культурно досугово	октябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
6	Познавательный час «У в разных эпохах»	Познавательное	ноябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
7	«Мои интересы и склонности»	Познавательное	ноябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
8	«В единстве наша сила»	Культурно досугово гражданско патриотическое	ноябрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
9	Правила соревнования настольному теннису.	Культурно досугово гражданско патриотическое	декабрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
10	«Что такое толерантность?»	Культурно досугово	декабрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
11	День Единых Действий	гражданско патриотическое	декабрь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
12	Урок мужества	гражданско патриотическое	январь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
13	Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов.	Познавательное	январь		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
14	«День памяти»	патриотическое	февраль		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
15	«День защитника отечества»	патриотическое	февраль		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
16	Женский день 8 Марта	Культурно досугово	март		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
17	Воспитательное мероприятие «Дружба дорожить умеете»	Духовно нравственное	март		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А

18	Викторина «Азбука здоровья»	Познавательное, профилактическое	апрель		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
19	«Удивительный мир космоса»	Познавательное	апрель		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
20	«ЗОЖ-наше будущее»	Познавательное, профилактическое	апрель		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
21	«Первомай-как все начиналось. История возникновения праздника 1 Мая »	Культурно досуговое	май		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А
22	«Георгиевская ленточка»	гражданско патриотическое	май		МБОУ Виноградненская С	Тренев А.А

Календарный учебный график

Уровень базовый_год обучения 2023-2024 группа(ы)11-14 лет

Месяц	1 полугодие																2 полугодие																														
	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль			март			апрель			май																	
Кол-во учебных недель	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36											
Кол-во часов в неделю	8				8				8				8				8				6			8			8			10																	
Кол-во часов в месяц																																															
Аттестация/ формы контроля	Входная диагностика								Тестирование								Контрольный срез знаний								Турнир							Контрольный срез знаний								Контрольный срез знаний							
Объем учебной нагрузки на учебный год 72 часа																																															