

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Фатежская средняя общеобразовательная школа №2»
Фатежского района Курской области

Принята на заседании
Методического совета
от «27»августа 2024 г.
Протокол № 8

Утверждена
Директор МКОУ «Фатежская СОШ № 2»
/Юркина О.А./
Приказ от «30» августа 2024 г.
№ 214



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

Срок реализации программы - 1 год (72 часа)
возраст учащихся 10-17 лет

Составитель:
Анпилогов Геннадий
Анатольевич
педагог дополнительного
образования

г. Фатеж, 2024

1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» составлена в соответствии с нормативно-правовыми требованиями законодательства в сфере образования:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
- Федеральный Закон от 14.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- 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 образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г, № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России N 391 от 05.08.2020 г. (ред. от 26.07.2022 г.) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 4652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09- 3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные

Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;
- 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»;
- Закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г. № 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области»;
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 22.08.2024г. № 1-1126 «О внедрении единых подходов и требований проектированию, реализации и оценки эффективности дополнительных общеразвивающих программ»;
- Приказ Управления образования Фатежского района курской области от 26.08.2024 № 50-1 «О внедрении единых подходов и требований проектированию, реализации и оценки эффективности дополнительных общеразвивающих программ в образовательных программах Фатежском районе»
- Устава МКОУ «Фатежская средняя общеобразовательная школа №2» Фатежского района Курской области
- Положения о дополнительном образовании в МКОУ «Фатежская средняя общеобразовательная школа №2»

Направленность Программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» имеет физкультурно-спортивную направленность, обеспечивает развитие личности обучающегося посредством физкультурно-спортивной деятельности, приобщение обучающихся к спортивному образу жизни, раскрывает в обучающихся разносторонние способности.

Актуальность Программы

Программа создана по запросу обучающихся и их родителей МКОУ «Фатежская СОШ № 2». Программа ориентирована на создание условий для общего физического развития организма. Занятия теннисом положительно влияют на общее физическое развитие организма, равномерно воздействуют на все мышцы, способствуют разностороннему развитию внутренних органов, улучшают обмен веществ, содействуют гармоничному развитию человека. Программа соответствует современным требованиям и запросам общества, а также современным тенденциям в области физической культуры и спорта.

Программа включает в себя представления о физической культуре, виде спорта Настольный теннис, их возможностях в улучшении состояния здоровья, социальной адаптации обучающихся. Программа использует современные методики обучения, технологии и инструменты, чтобы быть эффективной и интересной для обучающихся.

Отличительные особенности Программы, новизна

Программа отличается от других программ тем, что:

- позволяет улучшить здоровье обучающихся;
- ориентирована на развитие потенциала и физических способностей обучающихся разных возрастных групп соразмерно личной индивидуальности;
- содержание Программы «Настольный теннис» может быть основой для организации учебно-воспитательного процесса по индивидуальной траектории, развития спортивных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых учеников;
- Программа имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) реализации задач тематического блока.

Новизна программы заключается в построении непрерывного и комплексного образовательного процесса в области физического воспитания, а также открывает значительные перспективы для спортивной самореализации обучающихся.

Особенность программы в том, что она разработана для обучающихся общеобразовательной школы, которые сами стремятся научиться играть в настольный теннис. При этом обучающиеся не только разного возраста, но и имеющие разные стартовые способности. В Программе «Настольный теннис» структура педагогического воздействия на формирование физических навыков обучающихся представлена последовательно, включая систему практических занятий.

Уровень Программы

По уровню дополнительная общеразвивающая Программа «Настольный теннис» является стартовой. Программа стартового уровня предоставляет обучающимся знания и навыки в области физкультурно-спортивного направления, игры в Настольный теннис. В данной программе предусмотрены следующие основные компоненты:

- основы физической подготовки: разминка, растяжка, общеразвивающие упражнения;
- изучение элементов подготовки теннисиста: стойки, перемещения;
- развития специальных навыков теннисиста: реакция, координация, игра в защите, принципы нападения накатом, топ-спин удар;
- участие в групповых и коллективных занятиях по настольному теннису, где обучающиеся будут развивать навыки работы в команде.

Поощрение и поддержка индивидуальных инициатив обучающихся, а также возможность проведения индивидуальных занятий с педагогом по развитию спортивных способностей.

Адресат Программы

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 10 до 17 лет, допущенных школьным врачом к занятиям по физической культуре и, прошедших специальный инструктаж по технике безопасности

Возраст детей, на которых рассчитана программа 10-17 лет.

Дети в возрасте от 10 до 17 лет имеют свои особенности, которые важно учитывать при формировании группы:

- физическое развитие. В этом возрасте дети активно растут и развиваются, поэтому важно учитывать их физические возможности при выборе упражнений и организации занятий.
- эмоциональная нестабильность. Подростки могут быть подвержены колебаниям настроения и эмоциональным взрывам, поэтому важно создать дружелюбную и поддерживающую атмосферу.
- способности и интересы. Дети этого возраста уже могут обладать определенными способностями и интересами, поэтому важно учитывать их индивидуальные потребности
- учебная нагрузка. В этом возрасте дети активно занимаются в школе и вне ее, поэтому важно учитывать их учебный график при планировании занятий.
- социальные отношения. Подростки в этом возрасте начинают активно исследовать мир вокруг себя и строить свои социальные отношения, поэтому важно создать дружелюбную и поддерживающую среду, где они смогут раскрыться и проявить себя.

Набор обучающихся в учебную группу свободный, без конкурсного отбора. Условия приема - согласно заявлению родителей (законных представителей) и согласия на обработку данных. Количество участников занятий ДОП «Настольный теннис» 15 человек.

Учебным процессом предусмотрена организация занятий разновозрастной группы с переменным составом из числа учащихся объединения. Занятия проводятся во вторую половину дня. Численность учащихся в группе и продолжительность занятий регламентируется Уставом, учебным планом учреждения, а также учебной нагрузкой педагога. Двигательный аппарат учащихся данного возраста приспособлен в основном к динамическим нагрузкам. Статические и силовые нагрузки переносятся хуже. Большие мышечные усилия для детей этого возраста в практике

физического воспитания применяются реже и строго дозируются. В соответствии с этим игра теннис, в которой присутствует большое количество разнообразных динамических нагрузок, развивает у учащихся ловкость, координацию движений, внимание, скорость, прыжок. Самооценка учащихся в коллективе зависит от мнения взрослых, от оценки педагогов.

Программа разработана на основе современных научно-педагогических идей и предполагает использование как традиционных, так и новых педагогических технологий. Физические нагрузки способствуют снятию нервно-психических перегрузок, восстановлению положительного эмоционального тонуса обучающихся.

Срок освоения Программы

Программа реализуется в объеме 2 часов в неделю (2 раза в неделю по 40 минут). Срок освоения программы - 1 год (36 учебных недель).

Учебный план составлен исходя из учебной нагрузки – 2 часа в неделю, 72 часов в год.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю: 2 дня в неделю по 1 учебному часу. Перерыв между учебными часами составляет 10 минут. Это позволяет педагогу дополнительного образования правильно определить методику занятий, распределить время для теоретической и практической работы. Теоретические и практические занятия в помещении проводятся согласно расписанию, которые обычно тесно взаимосвязаны друг с другом и рассматриваются на одном занятии.

Продолжительность одного занятия - 1 академический час (1 академический час - 40 мин.).

Форма обучения - очная, включает в себя занятия в спортивном зале (оборудованный спортивный зал), дистанционное обучение с применением дистанционных технологий в условиях отмены занятий при проведении санитарно-эпидемиологических мероприятий в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком.

Язык обучения - русский

Формы проведения занятий

Ведущая форма занятий - групповая. Наряду с групповой формой работы, внимание уделяется индивидуализации процесса обучения и применяется дифференцированный подход к обучающимся, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков различная.

Обучающиеся за время обучения получают первоначальные знания, умения и навыки по игре в Настольный теннис.

Особенности организации образовательного процесса(при наличии)

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с индивидуальными учебными планами в объединениях по интересам, сформированных в группе обучающихся разных возрастных категорий (разновозрастная группа), являющиеся основным составом объединения.

1.2 Объём Программы

Программа состоит из теоретического и практического курсов с общим количеством 72 часов (12 часов теории и 60 часов практики).

1.3 Цель Программы

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий тенниса, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей.

1.4 Задачи Программы:

Образовательные:

- приобретение базовых знаний в области физической культуры
- приобретение знаний в области гигиены, физиологии физкультурной деятельности
- овладение техникой основных приёмов игры в Настольный теннис, умение применять их в игре
- освоение тактической системы игры в Настольный теннис
- изучение работы судей
- знакомство с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте
- освоение навыков командной игры

Развивающие:

- расширять знания об окружающем мире
- развивать физическую подготовленность
- развивать память, внимание обучающихся
- развивать скорость, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями.

Воспитательные:

- повышать уровень коммуникативной культуры;
- воспитывать чувства гражданственности, патриотизма, любви к Родине;
- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;

- воспитывать морально-волевые качества: целеустремленность, решительность, стойкость, выдержку в преодолении препятствий;
- воспитывать стремление к саморазвитию.

1.5 Планируемые результаты Программы

Образовательные:

- проектировать, организовывать подвижные игры с элементами настольного тенниса, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в Настольный теннис;
- применять правила безопасности при занятиях теннисом, правомерного поведения во время соревнований по настольному теннису в качестве зрителя, болельщика;
- планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов настольного тенниса), контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Развивающие:

- расширить знания об окружающем мире;
- развить физическую подготовленность;
- развить потребность в повышении интеллектуального уровня;
- укрепить здоровье, сформировать навыки здорового образа жизни;
- развить способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе, экстремальные ситуации;
- развить силу, выносливость, координацию движения в соответствии с их возрастными и физическими возможностями.

Воспитательные:

- повысить уровень коммуникативной культуры;
- воспитать чувства гражданственности, патриотизма, любви к Родине;
- воспитать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитать морально-волевые качества: целеустремленность, решительность, стойкость и выдержку в преодолении препятствий;
- воспитать стремление к саморазвитию.

1.6. Содержание Программы

I. Основы знаний:

- понятие о технике и тактике игры;
- основные положения правил игры в Настольный теннис. Судейство.

II. Техничко-тактические приемы

1. Поддачи:

- техника выполнения поддачи;
- крученая подача, веером, без вращения мяча;

2. Игровые приёмы:

- толчок мяча;
- подставка;
- подрезка;
- срезка.

3. Нападающий удар:

- техника выполнения наката (слева и справа);
- топ-спин.

4. Учебно-тренировочные игры

- применение удара по укороченным мячам (слева и справа) в игре;
- парные тренировочные игры.

6. Судейство игр

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

2. «Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 1

№ п/п	Год обучения, уровень	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной
1.	Стартовый	02.09. 2024	31.05. 2025	36	36	72	2 часа в неделю: 2 дня - 1 час. 10 минут перерыв (1 час- 40 минут)	2	До 25 декабря. До 31 мая

2.2 Учебный план

Таблица 2

№ п / п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1	Основы знаний.	4	4	0	Входной контроль, опрос
2	Технико-тактические приёмы	66	8	58	Текущий контроль, зачет
3	Контрольная игра.	2	0	2	Итоговый контроль
	Итого часов	72	12	60	

2.3. Оценочные материалы

Оценочные материалы соответствуют целям и задачам образовательной Программы и учебным планам. Они призваны обеспечить оценку качества реализации образовательного процесса, а также теоретическую и практическую подготовку обучающихся, уровень умений и навыков, сформированных у них на определенном этапе обучения.

Для контроля результативности освоения обучающимися содержания программы предусмотрены следующие виды контроля:

- Входной контроль.
- Текущий контроль.
- Итоговый контроль.

Входной контроль проводится в целях определения уровня начальной физической подготовки обучающихся, знаний о правилах и тактике игры в Настольный теннис. Входной контроль проводится в форме индивидуальной беседы и сдачи нормативов с каждым обучающимся на первом занятии.

Текущий контроль проводится на каждом занятии в целях определения уровня достижения обучающимися планируемых результатов освоения содержания конкретного занятия. Текущий контроль проводится в форме игры в Настольный теннис и выполнения коллективной рефлексии.

Итоговый контроль проводится в виде соревнований по настольному теннису и сдачи нормативов и предназначен для оценки итогового уровня достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы.

Для получения полной картины о приобретённых знаниях, умениях и навыках необходимо участвовать в соревнованиях различного уровня.

Таблица контрольных нормативов к прохождению аттестации обучающихся приведены в приложении 2.

2.4. Формы аттестации

Формы аттестации:

- контрольное занятие,
- контрольные нормативы

Формы отслеживания образовательных результатов:

- опрос;
- наблюдение;
- зачет контрольного норматива;
- анализ выступлений в игре;

- журналы учета работы педагога дополнительного образования

Поощрением ребенка являются грамоты, дипломы.

Формы отслеживания, фиксации, предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Обучающиеся могут предъявить свои достижения, следовательно, показать и уровень владения основными компетенциями, в различной форме: в организации самостоятельного досуга, в контрольных играх, других игровых мероприятиях.

Это могут быть как индивидуальные, так и коллективные формы предъявления. Достижения могут быть продемонстрированы на различных уровнях (школьном, муниципальном, региональном).

Основное достоинство таких мероприятий состоит в том, что они предоставляют возможность объективно всем видеть всех, а также многократно сравнивать полученные результаты. Сравнивая результаты, все обучающиеся имеют стимул улучшить результат – определить свой уровень.

Входная диагностика проводится для учащихся в сентябре с целью выявления возможностей и способностей детей и определения их уровня подготовленности к спортивной деятельности.

Формы:

- беседа для выявления кругозора и личной мотивации учащихся
- выполнение практических заданий педагога
- педагогическое наблюдение
- анализ педагогом выполнения заданий обучающимися

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года с целью отслеживания уровня освоения программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение
- беседа, опрос

Промежуточный контроль проводится по окончании каждого года обучения с целью выявления уровня освоения программы обучающимися и корректировки образовательного процесса.

Формы:

- опрос, наблюдение для определения уровня усвоения материала
- контрольные игры

Итоговый контроль проводится в конце обучения и выявляет уровень освоения программы обучающимися, сформированный уровень теоретических знаний, физкультурно-спортивных навыков и умений, устойчивость интереса к игре в настольный теннис, физическая активность.

Форма: контрольные игры, зачёт.

2.5. Методическое обеспечение

Методы обучения: При проведении занятий используются словесный, наглядно – практический, частично-поисковый, игровой, и др.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивирование на результат.

Формы организации образовательного процесса: Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Учебные занятия с обучающимися проводятся в группе с учетом принципов личностно-ориентированного и дифференцированного обучения

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и обучающимся;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

Форма организации образовательного процесса: индивидуально-групповая и групповая; категории учащихся – 5-11 классов.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, контрольная игра

При использовании дистанционных технологий обучения:

- консультация;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа;
- зачет; контрольное испытание.

Педагогические технологии:

Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения (авт. И.С. Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология

позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

Игровые технологии (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б. Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность.

Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, конкурсов, концертов и т.д.

Технология коллективной творческой деятельности (авт. И.П. Волков; И.П. Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности. ИКТ (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний обучающихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов.

Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование интернет-ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

Дистанционные образовательные технологии - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Дистанционные образовательные технологии позволяют обучающимся осваивать программу в необходимом для них темпе и в удобное для себя время, а также в дни возможности непосещения занятий обучающимися по неблагоприятным погодным условиям по усмотрению родителей (законных представителей) и дни, пропущенные по болезни или в период карантина. Основными элементами системы ЭО и ДОТ являются: образовательные онлайн-платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары-e-mail; облачные сервисы; электронные носители мультимедийных приложений к программам; электронные учебные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

Алгоритм учебного занятия:

1. Организационный этап

- Организация учащихся на начало занятия (приветствие; постановка цели занятия).

- Повторение техники безопасности.
- Подготовка учебного места к занятию.

2. Основной этап

- Повторение учебного материала предыдущих занятий.
- Освоение теории и практики нового образовательного материала.
- Выполнение практических заданий, упражнений по теме разделов.

3. Завершающий этап

- Рефлексия, самоанализ результатов.
- Общее подведение итогов занятия.
- Мотивация учащихся на последующие занятия

Занятия проводятся как в традиционном, так и в нетрадиционном режиме и предполагают различные формы проведения: игры, беседы, практические занятия.

Программа предусматривает занятия комбинированного характера, так как волейбол относится к группе практико-ориентированных предметов.

Структура проведения теоретического занятия:

- постановка цели и задач занятия. Мотивация учебной деятельности обучающихся
- первичное усвоение новых знаний.
- первичная проверка понимания.
- первичное закрепление.
- рефлексия (подведение итогов занятия).

Структура проведения практического занятия:

- комплекс упражнений для начала физической работы (разминка, О.Р.У.);
- специальные подводящие теннисные упражнения;
- упражнение для развития реакции;
- применение теоретических знаний на практике;
- работа над подачей, накатом, подрезкой, срезкой, ударом топ-спин;
- рефлексия.

Методическое обеспечение

Таблица 3

№ п/п	Название раздела темы	Дидактические и методические материалы
1.	Введение. Основы знаний. Техника безопасности.	ИКТ, Дистанционные образовательные технологии

2.	Технико-тактические приемы	Игровые технологии, Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения
3.	Контрольные соревнования. Итоговый контроль.	Игровые технологии, Технология коллективной творческой деятельности

2.6. Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение

- Рабочая Программа «Настольный теннис»
- Методические рекомендации для учителя (см. список литературы для учителя).
- Дидактические материалы для работы с обучающимися, рекомендации.

Перечень оборудования

- Спортивный инвентарь: мячи теннисные, ракетки теннисные, стол теннисный.
- Спортивный зал.
- Стол для настольного тенниса, специальные тренажеры.

Сведения о помещении

Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций. Для проведения теоретических занятий требуется спортивный зал, соответствующий санитарно - гигиеническим нормам и требованиям. Практические занятия должны проходить в оборудованном спортивном зале.

Все занятия строятся так, чтобы обучающиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, спортивной подготовки, умели работать как индивидуально, так и в команде.

Программа «Настольный теннис» помогает воспитывать чувство коллективизма, ответственность за сверстников. Настольный теннис расширяет кругозор ребят, позволяет найти друзей и единомышленников, воспитывает любовь к спорту и здоровому образу жизни.

Сведения о наличии подсобных помещений

Перечень оборудования учебного кабинета

Для реализации данной программы необходимы: Спортивный инвентарь – теннисные мячи, теннисные ракетки, спортивный зал с подготовленной для тенниса площадкой.

Перечень материалов необходимых для занятий

Требование специальной одежды

Для занятий и игр - спортивная форма, спортивная обувь

Информационное обеспечение

Мультимедийная платформа «РЭШ», тема: «Настольный теннис»
<https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/>

Кадровое обеспечение

Занятия по дополнительной общеразвивающей Программе «Настольный теннис» проводит педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование.

3. Рабочая программа воспитания

Цель, задачи воспитательной работы

В соответствии с Программой воспитания МКОУ «Фатежская СОШ № 2» в центре воспитательного процесса находится личностное развитие учащихся, формирование у учащихся системных знаний о различных аспектах развития России и мира, приобщение к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, формирование у них основ российской идентичности, ценностных установок и социально-значимых качеств личности; их активное участие в социально-значимой деятельности.

Задачи:

- интеграция содержания различных видов деятельности учащихся на основе системности, целесообразности и не шаблонности воспитательной работы;
- развитие и расширение сфер ответственности ученического самоуправления, как основы социализации, социальной адаптации, творческого развития каждого учащегося;
- создание и педагогическая поддержка деятельности детских общественных организаций (РДШ);
- создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений учащихся, как в классах, так и рамках образовательного учреждения в целом;
- инициирование и поддержка участия классов в общешкольных ключевых делах, оказание необходимой помощи учащимся в их подготовке, проведении и анализе;
- реализация воспитательных возможностей дополнительного образования и программ внеурочной деятельности;
- определение и реализация индивидуальных профессиональных маршрутов учащихся 6-11-х классов в рамках реализации регионального проекта ранней профессиональной ориентации школьников 6–11 классов «Билет в будущее»;
- развитие ценностного отношения учащихся и педагогов к своему здоровью посредством участия ВФСК ГТО;
- формирование и опыта ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
- повышение ответственности педагогического коллектива за эффективность и качество подготовки одаренных учащихся;
- внедрение лучших практик сопровождения, наставничества и шефства для учащихся, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным

общеобразовательным общеразвивающим программам в рамках внеурочной деятельности;

- активизация работы Советов родителей классов, участвующих в управлении образовательного учреждения в решении вопросов воспитания и обучения учащихся.

Педагог дополнительного образования решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста учащихся и взаимоотношений внутри детского объединения, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого учащегося.

Основным в воспитательной работе педагога дополнительного образования является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты учащегося, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий учащихся по решению собственных проблем.

Основные направления в воспитательной работе:

- интеллектуально – познавательное;
- нравственное, правовое и профилактика асоциального поведения;
- портивно – оздоровительное;
- гражданско – патриотическое;
- трудовое, профориентационное;
- досуговая деятельность.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, экскурсий, участия в различных праздниках, встреч с интересными людьми, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях.

В течение всего учебного года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебным занятиям, тренировкам, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

В работе с учащимися применяются широкий круг методов воспитания:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога дополнительного образования;
- высокая организация учебного занятия (тренировочного процесса);
- система морального поощрения.

Технологии, используемые в воспитательной работе в дополнительном образовании:

- здоровьесберегающие;
- технологии педагогической поддержки;
- технологии личностно-ориентированного обучения.

Планируемые результаты:

Интеллектуально-познавательное:

- первоначальные представления о роли знаний, интеллектуального труда и творчества в жизни человека и общества;
- первоначальные навыки сотрудничества, ролевого взаимодействия со сверстниками, старшими детьми, взрослыми в творческой интеллектуальной деятельности.

Нравственное, правовое и профилактика асоциального поведения:

- начальные представления о традиционных для российского общества моральных качествах;
- равнодушие к жизненным проблемам других людей, сочувствие к человеку, находящемуся в трудной ситуации;
- уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим;
- первоначальные представления о правах и обязанностях человека, о правилах безопасного поведения в школе, семье, на улице, общественных местах.

Спортивно – оздоровительное:

- регулярные занятия физической культурой и спортом и осознанное к ним отношение;
- первоначальные представления о здоровье человека как абсолютной ценности, о физическом, духовном и нравственном здоровье, о неразрывной связи здоровья человека с его образом жизни;
- представление о негативном влиянии компьютерных игр, гаджетов, рекламы на здоровье человека, а также о негативном влиянии психоактивных веществ, алкоголя, табакокурения на здоровье человека.

Гражданско-патриотическое воспитание:

- ценностное отношение к России, своему народу, своему краю, культурно-историческому наследию, старшему поколению;
- уважительное отношение к воинскому прошлому и настоящему нашей страны, уважение к защитникам Родины.

Трудовое, профориентационное:

- ценностное и творческое отношение к учебному труду, понимание важности образования для жизни человека;
- осознание важности самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

4. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

№ п / п	Название мероприятия	Формы проведен ия	Срок и место проведения	Ответстве нный
1	Турнир по настольному теннису в честь начала учебного года.	Соревно вание	Сентябр ь	Анпилогов Г.А.
2	Турнир в честь празднования Всемирного Дня учителя.	Соревно вание	Октябрь	Анпилогов Г.А.
3	Турнир в честь празднования Дня народного единства.	Соревно вание	Ноябрь	Анпилогов Г.А.
4	Турнир в честь празднования Нового года.	Соревно вание	Декабрь	Анпилогов Г.А.
5	Турнир в честь празднования Рождества Христового.	Соревно вание	Январь	Анпилогов Г.А.
6	Кубок школы по настольному теннису.	Соревно вание	Февраль	Анпилогов Г.А.
7	Турнир по настольному теннису в рамках спартакиады ШСК.	Соревно вание	Март	Анпилогов Г.А.

8	Турнир «Сельские игры. Настольный теннис»	Соревно вание	Апрель	Анпилогов Г.А.
9	Турнир в честь празднования Дня Победы.	Соревно вание	Май	Анпилогов Г.А.

5. Список литературы

Список литературы, рекомендованный педагогам (коллегам) для освоения данного вида деятельности:

1. Валетов М.Р., Наумова Н.П., Смородин В.В. Настольный теннис в практике физического воспитания студентов вузов: Методические рекомендации. - ГОУ ОГУ, Оренбург, 2009.
2. Валеев А.М., Ваньков А.В.; М-во образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО "; Комсомольский-на-Амуре гос. технический ун-т". «Настольный теннис (начальное обучение): учебное пособие». КНАГТУ, 2015.
3. Кومانов В.В. Настольный теннис глазами тренера. Практика и методика. – Информпечать, 2012.
4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис. "Советский спорт", 2014.

Список литературы, рекомендованной обучающимся для успешного освоения данной образовательной программы:

5. Мизин А.Н., Барчукова Г.В. Физическая культура: настольный теннис. ТВТ Дивизион, 2015.
6. Татаринов Владимир Иванович. Настольный теннис. Правила игры. – Информпечать, 2012.

Список литературы, рекомендованной родителям в целях расширения диапазона образовательного воздействия и помощи в обучении и воспитании ребенка:

7. Гросс Бернд, Шлагер Вернер. Настольный теннис. Руководство от чемпиона мира. Эксмо, 2016.

6. Приложения

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

Таблица 5

№ п/п	Тема занятия	Колич ество часов	Форма/тип занятия	Место проведения
1.	Введение. Техника безопасности	1	Групповое занятие	Спортивный зал
2.	Гигиена юного спортсмена. Спортивная одежда. Спортивный инвентарь.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
3.	Разминка. ОФП. Теория. Техника безопасности	1	Групповое занятие	Спортивный зал
4.	при выполнении игровых упражнений.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
5.	Подвижные игры на разностороннее развитие и	1	Групповое занятие	Спортивный зал
6.	совершенствование основных движений детей.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
7.	Свободная игра у стола. СФП. Способы держания	1	Групповое занятие	Спортивный зал
8.	ракетки.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
9.	ОФП. Технические приемы с нижним вращением. Срезка, подрезка.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
10.	ОФП. Технические приемы с нижним вращением	1	Групповое занятие	Спортивный зал
11.	Упражнения для рук, кистей рук и плечевого пояса. Подтягивание.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
12.	Упражнения для развития быстроты движения и	1	Групповое занятие	Спортивный зал
13.	прыгучести. Исходные положения. Теория.	1	Групповое	Спортивный зал

			занятие	
14.	ОФП. Разминка. Бег. 30 метров. Парные игры.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
15.	Подачи. СФП.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
16.	Технические приемы без вращения мяча	1	Групповое занятие	Спортивный зал
17.	Технические приемы без вращения мяча.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
18.	Толчок откидка, подставка.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
19.	Упражнения для развития игровой ловкости. Накаты слева, справа. Теория. Накаты слева, справа. Теория.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
20.	ОФП. Эстафеты с элементами настольного тенниса, гибкости, ловкости.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
21.	ОФП. Разминка. Теория. Основные правила настольного тенниса.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
22.	ОФП. Технические приемы с верхним вращением мяча. Накат топс- удар.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
23.	Упражнения для развития специальной выносливости. ОРУ. СФП	1	Групповое занятие	Спортивный зал
24.	Технические приемы без вращения мяча. Толчек, откидка, подставка	1	Групповое занятие	Спортивный зал
25.	ОФП. Разминка у стола. Теория. Подачи. Накаты.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
26.	СФП. Упражнения типа: «Полоса препятствий». Подтягивание.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
27.	Основные приемы тактических действий в нападении и при противодействии в защите.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
28.	Упражнения для развития силы, выносливости, ловкости.	1	Групповое занятие	Спортивный зал

29.	ОФП. Имитация ударов. Соревновательная тренировка игроков.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
30.	ОФП. Свободная игра у стола. Прыжок в длину с места на результат.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
31.	СФП. Упражнения с отягощениями, отжимание, пресс.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
32.	Технические приемы с нижним вращением, срезка, подрезка.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
33.	Удары накатами справа с отходом назад и подходом вперед.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
34.	ОФП. Разминка. Теория. Упражнения для развития гибкости.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
35.	Правила игры в настольном теннисе	1	Групповое занятие	Спортивный зал
36.	Основная стойка	1	Групповое занятие	Спортивный зал
37.	Судейство в настольном теннисе	1	Групповое занятие	Спортивный зал
38.	Бег, основы передвижения	1	Групповое занятие	Спортивный зал
39.	Передвижения боком, спиной вперед	1	Групповое занятие	Спортивный зал
40.	Повороты, ускорения, остановки	1	Групповое занятие	Спортивный зал
41.	Приставной, скрестный шаги, прыжки	1	Групповое занятие	Спортивный зал
42.	Комбинации из освоенных элементов	1	Групповое занятие	Спортивный зал
43.	Товарищеские встречи	1	Групповое занятие	Спортивный зал
44.	Центр тяжести	1	Групповое занятие	Спортивный зал

45.	Смена центра тяжести	1	Групповое занятие	Спортивный зал
46.	Перемещение шагами, прыжками, рывками	1	Групповое занятие	Спортивный зал
47.	Перемещение выпадами, вперед, назад	1	Групповое занятие	Спортивный зал
48.	Перемещение выпадами, вперед, в сторону	1	Групповое занятие	Спортивный зал
49.	Переходы с двух ног на две	1	Групповое занятие	Спортивный зал
50.	Переходы с двух ног на одну. Основы перемещений – зачёт.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
51.	Откидки справа.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
52.	Откидки слева.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
53.	Толчок справа и слева.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
54.	Подача толчком справа и слева по прямой	1	Групповое занятие	Спортивный зал
55.	Подача толчком по диагонали	1	Групповое занятие	Спортивный зал
56.	Подача накатом короткая	1	Групповое занятие	Спортивный зал
57.	Подача накатом длинная	1	Групповое занятие	Спортивный зал
58.	Товарищеские встречи	1	Групповое занятие	Спортивный зал
59.	Накат справа по прямой	1	Групповое занятие	Спортивный зал
60.	Накат слева по прямой	1	Групповое занятие	Спортивный зал
61.	Накат справа по диагонали	1	Групповое занятие	Спортивный зал

62.	Накат слева по диагонали	1	Групповое занятие	Спортивный зал
63.	Блок-удар, толчок	1	Групповое занятие	Спортивный зал
64.	Удар по свече по опускающемуся мячу	1	Групповое занятие	Спортивный зал
65.	Удар по свече по восходящему мячу.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
66.	Подставка слева, справа. Удары – зачёт.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
67.	Подача с нижним вращением справа. Поддачи- зачет.	1	Групповое занятие	Спортивный зал
68.	Правила игры в настольном теннисе	1	Групповое занятие	Спортивный зал
69.	Основная стойка	1	Групповое занятие	Спортивный зал
70.	Судейство в настольном теннисе	1	Групповое занятие	Спортивный зал
71.	Бег, основы передвижения	1	Групповое занятие	Спортивный зал
72.	Подведение итогов за год. Контрольная игра	1	Групповое занятие	Спортивный зал

Материалы для проведения мониторинга

№ п/п	Контрольные показатели	Результат
1	Правила настольного тенниса	Зачёт/не зачёт
2	Толчок	Зачёт/не зачёт
3	Срезка, подрезка	Зачёт/не зачёт
4	Подача	Зачёт/не зачёт
5	Накаты	Зачёт/не зачёт
6	Топ-спин	Зачёт/не зачёт
7	Игра в нападении	Зачёт/не зачёт
8	Игра в защите	Зачёт/не зачёт
9	Парная игра	Зачёт/не зачёт
10	Контрольная тренировка	Зачёт/не зачёт