

Краснодарский край, г.Славянск-на-Кубани
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей №1,
имени семи Героев Советского Союза, выпускников школы
муниципального образования Славянский район

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» августа 2025 года
Протокол №1

Утверждаю
Директор МБОУ Лицей №1
Л.И. Белик
Приказ № 573 «1» сентября 2025г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТИ

«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 80 часов

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной/внебюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 77491

Педагог:
Склярова Елена Ивановна,
педагог дополнительного образования

г. Славянск-на-Кубани, 2025 год

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты	№ стр.
	Пояснительная записка	3-4
	Нормативно-правовая база	5-8
	Цели и задачи программы	9
	Содержание программы	10-11
	Планируемые результаты	12-13
II	Комплекс социально-педагогических условий, включающий формы аттестации	
	Календарный учебный график	14 - 16
	Календарный план воспитательной работы	17-22
	Условия реализации программы	23
	Формы аттестации	24
	Оценочные материалы	25
	Методические материалы	26
	Список литературы	27
	Приложения	

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная программа «Настольный теннис» предназначена для проведения спортивных секций и является модификацией программы «Настольный теннис», допущенной государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту, издательство «Советский спорт», 2004г. Авторы Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев, О.В. Матыцин.

В основу программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные методические разработки по настольному теннису отечественных специалистов. Данная программа раскрывает учебно-методическую, и технико-тактическую части игры в настольный теннис с учетом новых правил.

Данная программа позволяет организовать занятость учащихся МБОУ лицея № 1 с 5 по 11 классы во внеурочное время.

Педагогическая целесообразность.

Общая направленность подготовки теннисистов следующая:

- постепенный переход от обучения приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психологических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности приемов и широты взаимодействия с партнерами;
- переход средств к наиболее специальным.

Отличительные особенности образовательной программы.

Программа предусматривает следующие этапы подготовки игрока по настольному теннису:

- спортивно – оздоровительный;
- учебно – тренировочный, соревновательный.

Адресат программы. Учащиеся МБОУ лицея № 1

Уровень программы, объем и сроки реализации

Программа реализуется на ознакомительном уровне.

Сроки реализации программы: 1 год (80 часов).

Форма обучения – очная.

Режим занятий: Общее количество часов в год – 80 часов, два раза в неделю по 1 часу (40 мин);

Особенности организации образовательного процесса.

На спортивно – оздоровительном этапе осуществляется физкультурно – оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами настольного тенниса. Задача этапа – привлечение как можно большего числа детей, просмотр их индивидуальных особенностей.

На учебно–тренировочном этапе воспитанники осваивают специальные приемы настольного тенниса: подача, атакующие удары, игра в защите. Задача этапа - это включение детей в соревновательный процесс.

Особенности построения курса и его содержания.

Специальные упражнения техники настольного тенниса.

1. Набивание мяча ладонной стороной ракетки.
2. Набивание мяча тыльной стороной ракетки.
3. Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки.
4. Атакующие удары справа налево.
5. Атакующие удары слева направо.
6. Атакующие удары справа направо.
7. Атакующие удары слева направо.
8. Игра толчком.
9. Отработка техники подачи.
10. Игра накатами по диагонали.
11. Игра накатами по линии.
12. Подача накатом.
13. Игра подрезками.
14. Игра топ-спинами
15. Подача подрезками.
16. Игра боковыми вращениями.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями)
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2023года).
3. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере;
4. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. N 309 «О национальнны целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года;
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р;
7. Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением правительства РФ от 28 апреля 2023 г. N 1105-р;
8. Концепция развития творческих (креативных) индустрий и механизмов осуществления их государственной поддержки в крупных и крупнейших городских агломерациях до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 20 сентября 2021 г. № 2613-р;
9. Концепция технологического развития на период до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 20.05.2023 года № 1315-р;
10. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование»;
11. План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (распоряжение правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р);
12. План действий по реализации Основ государственной политики в области экологического развития на период до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 23.12.2014 года № 2423);
13. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утверждённая постановлением Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 N 1642 (ред. от 11.04.2022);
14. Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

16. Постановление правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

17. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

18. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

20. Изменения в Федеральные государственные образовательные стандарты в части воспитания обучающихся (приказ Минпросвещения России от 11 декабря 2020 г. № 712);

21. Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;

22. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

23. Распоряжение Министерства просвещения РФ от 25 декабря 2019 года № Р-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»;

24. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

25. Письмо Минобрнауки РФ «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны» 29.09.2023 № АБ- 3935/06;

26. Письмо Минпросвещения России от 1 июня 2023 г. № АБ- 2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

27. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года;

28. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ;

29. Методические рекомендации «Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей», Министерство просвещения Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное учреждение культуры «Всероссийский центр художественного творчества и гуманитарных технологий», Москва, 2023 год;

30. 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 (Приложение к письму Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09);

31. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме от 28 июня 2019 г.;

32. Методические рекомендации по определению модели взаимодействия образовательных организаций, организаций реального сектора экономики, иных организаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме на территории Краснодарского края, 2020 г.;

33. Методические рекомендации «Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей», Министерство просвещения Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное учреждение культуры «Всероссийский центр художественного творчества и гуманитарных технологий», Москва, 2023 год;

34. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы», Федеральное государственное бюджетное учреждение научное учреждение «Институт изучения детства семьи и воспитания»;

35. Методические рекомендации по определению модели взаимодействия образовательных организаций, организаций реального сектора экономики, иных организаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме на территории Краснодарского края, 2020 г.;

36. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 2020г.(РМЦ);

37. Устав муниципального общеобразовательного учреждения лицей № 1 имени семи героев Советского Союза, выпускников школы города Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район и иные локальные акты, регламентирующие организацию образовательного процесса в учреждении.

38. Программа воспитательной работы муниципального общеобразовательного учреждения лицей № 1 имени семи героев Советского Союза, выпускников школы города Славянска-на-Кубани муниципального образования Славянский район на 2024-2030 гг.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

- воспитание личности, умеющей думать, быть физически развитой и здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

Задачи программы:

- содействие гармоничному физическому и психическому развитию;
- разносторонней физической подготовке;
- укреплению здоровья обучающихся;
- воспитание всех физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, выносливости;
- воспитание силы воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса;
- обучение тактике и технике настольного тенниса;
- развитие умения выделить главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя;
- организация занятости учащихся;
- профилактика правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних.

Программа способствует: организации занятости во внеурочное время и развитию физкультуры и массового спорта.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/ п	Наименование раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Теоретические занятия.	1	1	0	
1.	Вводный инструктаж по ТБ, Правила соревнований, проведения соревнований по настольному теннису.	1	1	0	беседа
	Практические занятия.	79	0	79	
1.	Тренировки	30	0	30	Тренировочные занятия
2.	Игры	44	0	44	Тренировочные занятия
3.	Участие в соревнованиях.	5	0	5	Соревнования
Итого:		80	1	79	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Знания о физической культуре

Физическая культура в современном обществе. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса. Правила безопасности игры. Правила соревнований.

Способы двигательной деятельности

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

Удары по мячу накатом. Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.

Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча.

Основные положения теннисиста. Исходные положения, выбор места. Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные и двухшажные перемещения.

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

Тактика одиночных игр.

Игра в защите.

Основные тактические комбинации.

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

Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.

Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка. Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях.

Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре.

Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).

Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результаты освоения программного материала оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- умеют профессионально обращаться с ракеткой, пользуясь несколькими хватками;
- знают и умеют выполнять все нормативы по общей физической подготовке для получения спортивного разряда;
- умеют играть со спарринг-партнером через сетку и использовать в игре все изученные приемы;
- знают историю спорта вообще и тенниса в частности;
- умеют играть на счет и судить соревнования по теннису;
- умеют применять спортивные и медицинские знания;
- могут участвовать в соревнованиях для получения спортивного разряда.
- проводить занятия с другими школьниками (в качестве помощников тренера).
- участвовать в судействе официальных соревнований соответственно своей квалификации.

Личностными результатами освоения содержания программы являются следующие умения:

- могут продолжать свои занятия самостоятельно;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Универсальными компетенциями являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК к программе «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	план	факт					
1.			Техника безопасности на занятиях по настольному теннису.	1	Вводный инструктаж	Спортивный зал	ведомость
2.			Обучение технике выполнения удара из боковой позиции по диагонали и по прямой.	1	тренировка	Спортивный зал	
3.			Выполнение удара из боковой позиции по прямой. Подача.	1	тренировка	Спортивный зал	
4.			Хватка ракетки. Удары справа и слева ракеткой по мячу.	1	тренировка	Спортивный зал	
5.			Жонглирование мячом. Удары справа, слева на столе.	1	тренировка	Спортивный зал	
6.			Удары по мячу на разную высоту. Обучение подачи мяча.	1	тренировка	Спортивный зал	
7.			Жонглирование разными сторонами ракетки поочередно.	1	тренировка	Спортивный зал	
8.			Удары справа и слева ракеткой по мячу. Подача.	1	тренировка	Спортивный зал	

9.			Одиночные удары. Удары по мячу левой и правой стороной.	1	Тренировка	Спортивный зал	
10.			Удары справа и слева ракеткой по мячу. Игра с тренером.	1	Игра	Спортивный зал	
11.			Одиночные удары. Поддача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
12.			Удары справа и слева ракеткой по мячу. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
13.			Выполнение ударов из боковой позиции. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
14.			Выполнение ударов по диагонали. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
15.			Удары по прямой и по диагонали. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
16.			Удар подставкой слева по диагонали. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
17.			Обучение быстрой срезке. Поддача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
18.			Быстрая срезка. Поддача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
19.			Приём подачи. Быстрая срезка. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
20.			Обучение медленной срезке. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
21.			Медленная срезка, быстрая срезка. Поддача. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
22.			Игра на счёт разученными ударами.	1	Тренировка	Спортивный зал	
23.			Приём срезкой мячи с низким вращением.	1	Тренировка	Спортивный зал	
24.			Накат по прямой и по диагонали. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
25.			Удар подставкой слева по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
26.			Выполнение ударов по прямой. Срезка. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
27.			Накат по прямой и по диагонали. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
28.			Удар подставкой слева по прямой и диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
29.			Удары из боковой позиции. Срезка. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
30.			Накат. Игра «Круговая».	1	Игра	Спортивный зал	

31.			Срезка, подрезка. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
32.			Подача, приём подачи. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
33.			Удар подставкой слева по диагонали. Накат.	1	Тренировка	Спортивный зал	
34.			Подачи разными видами. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
35.			Игра на счёт разученными приёмами.	1	Тренировка	Спортивный зал	
36.			Соревнования	1	Соревнование	Спортивный зал	Результат соревнований
37.			Подача разными способами. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
38.			Игра на счёт различными способами.	1	Тренировка	Спортивный зал	
39.			Подача, приём подачи.	1	Тренировка	Спортивный зал	
40.			Накат по прямой и по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
41.			Приём накатом, мячи с низким вращением.	1	Тренировка	Спортивный зал	
42.			Выполнение ударов из боковой позиции.	1	Тренировка	Спортивный зал	
43.			Удар подставкой слева, справа по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
44.			Накат. Игра «Круговая»	1	игра	Спортивный зал	
45.			Игра разученными способами.	1	Тренировка	Спортивный зал	
46.			Соревнования	1	Соревнование	Спортивный зал	Результат соревнований
47.			Удары справа и слева ракеткой по мячу.	1	Тренировка	Спортивный зал	
48.			Удары по мячу на разную высоту.	1	Тренировка	Спортивный зал	
49.			Одиночные удары. Игра с тренером.	1	Игра	Спортивный зал	
50.			Выполнение ударов из боковой позиции.	1	Тренировка	Спортивный зал	
51.			Удары по прямой и по диагонали. подача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
52.			Обучение быстрой срезке. подача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
53.			Быстрая срезка. подача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
54.			Приём подачи. Быстрая срезка. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	

55.			Обучение медленной срезке. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
56.			Медленная срезка, быстрая срезка. Подача. Игра.	1	Игра	Спортивный зал	
57.			Игра на счёт разученными ударами.	1	Игра	Спортивный зал	
58.			Приём срезкой мячи с низким вращением.	1	Тренировка	Спортивный зал	
59.			Накат по прямой и по диагонали. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
60.			Игра одним видом удара.	1	Игра	Спортивный зал	
61.			Выполнение подач разными видами. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
62.			Удар подставкой слева по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
63.			Выполнение ударов по прямой. Срезка. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
64.			Накат по прямой и по диагонали. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
65.			Удар подставкой слева по прямой и диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
66.			Удары из боковой позиции. Срезка. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
67.			Накат. Игра «Круговая».	1	игра	Спортивный зал	
68.			Игра на счёт разученными ударами.	1	игра	Спортивный зал	
69.			Соревнования.	1	соревнование	Спортивный зал	Результат соревнований
70.			Удар подставкой слева по диагонали. Накат.	1	игра	Спортивный зал	
71.			Подачи разными видами. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
72.			Игра на счёт разученными приёмами.	1	игра	Спортивный зал	
73.			Подача разными способами. Игра.	1	игра	Спортивный зал	
74.			Подача, приём подачи.	1	Тренировка	Спортивный зал	
75.			Накат по прямой и по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	
76.			Приём накатом, мячи с низким вращением.	1	Тренировка	Спортивный зал	
77.			Выполнение ударов из боковой позиции.	1	Тренировка	Спортивный зал	
78.			Удар подставкой слева, справа по диагонали.	1	Тренировка	Спортивный зал	

79.			Соревнования	1	Соревнование	Спортивный зал	Результат соревнований
80.			Соревнования	1	Соревнование	Спортивный зал	Результат соревнований
			ИТОГО:	80 ч			

РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ «ВОСПИТАНИЕ»

Раздел программы «Воспитание» в объединении реализуется согласно программе воспитания МБОУ лицея № 1

Воспитание подрастающего поколения в нашей стране в настоящее время является важнейшим процессом модернизации системы дополнительного образования и общества в целом.

Цель: создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному, патриотическому и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи воспитательной программы:

- содействие в организации единого образовательного пространства, разумно сочетающего внешние и внутренние условия воспитания учащегося;
- развитие системы отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствование развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развитие воспитательного потенциала, поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся через традиционные мероприятия, выявление и работа с одаренными детьми;
- содействие в активном и полезном взаимодействии учреждения и семьи по вопросам воспитания учащихся.
- способствование умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формирование социально значимых ценностей и социально адекватных приемов поведения;
- содействие в формировании сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих людей;
- развитие компетенций, включающих знания, умения, навыки, способы деятельности, развитие универсальных способностей и форм мышления, необходимых для успешного осуществления не только учебной, но и предпрофессиональной и в дальнейшем профессиональной деятельности;
- формирование экологического мировоззрения, базирующегося на принципиально иной системе жизненных ценностей;
- осознание детьми принадлежности к природе (призвано формировать у них готовность ко взаимодействию с окружающей средой);
- освоение экологической этики, опирающейся на соответствующую мотивацию в нравственном «поле» личности;

- формирование высокого уровня экологической культуры;
- формирование мотивов общения с природой, интереса к ее изучению;
- формирование представлений об универсальной ценности природы;
- воспитание ответственности за бережение природы, активной позиции по изучению и охраны природы.

Формы работы направлены на:

1. работа с коллективом учащихся:

- формирование навыков по этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования (коммуникация и кооперация);
- обучение практических умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

2. работа с родителями:

- организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации).

Основные педагогические методы, применяемые в процессе воспитания:

- методы формирования сознания (методы убеждения) – объяснение, рассказ, беседа, диспут, пример;
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения – приучение, педагогическое требование, упражнение, общественное мнение, воспитывающие ситуации;
- методы стимулирования поведения и деятельности – поощрение (выражение положительной оценки, признание качеств и поступков) и наказание (обсуждений действий и поступков, противоречащих нормам поведения).

Основные направления воспитательной работы

1. Патриотическое воспитание:

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- усвоение традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование личности как активного гражданина – патриота, обладающего политической и правовой культурой, критическим мышлением, способного самостоятельно сделать выбор на основе долга, совести и справедливости;

- воспитание у учащихся чувства патриотизма и любви к Родине на примере старших поколений;
- развитие и углубление знаний об истории и культуре родного края.

2. Нравственное воспитание:

- совершенствование духовной и нравственной культуры, укрепление у учащегося позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
- развитие у учащегося уважительного отношения к родителям, близким людям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим; доброжелательности и эмоциональной отзывчивости.

3. Национальное воспитание:

- Формирование у учащихся национального сознания и самосознания, любви к родной земле, семьи, народа;
- формирование у учащихся ответственности к истории, религии, национальной традиции, национальной культуры, обычаев своего народа, Родины;
- утверждение принципов общечеловеческой морали: правды, справедливости, патриотизма, доброты, толерантности, трудолюбия.

4. Трудовое и профориентационное воспитание:

- развитие ответственного, творческого и добросовестного отношения учащихся к разным видам трудовой деятельности, накопление профессионального опыта;
- формирования у детей творчества, самостоятельности, ответственности, активности, уверенности в себе;
- привитие любви к труду и творческого отношения к нему;
- развитие индивидуальных интересов и склонностей в различных видах трудовой деятельности.

5. Интеллектуальное воспитание:

- развитие познавательной потребности, определяемой расширением объема знаний;
- развитие памяти, воображения, внимания, представлений, восприятия.

6. Семейное воспитание:

- воспитание семейных ценностей, традиций, культуре семейной жизни;
- воспитание у детей чувства бережного отношения к семье, близким людям.

7. Эстетическое воспитание:

- воспитание основ эстетической культуры, способность различить и видеть прекрасное;

- развитие художественных способностей, воспитание чувства любви к прекрасному.

8. Физическое воспитание:

- формирование потребности в здоровье, как жизненно важной ценности, сознательного стремления к ведению здорового образа жизни; позитивного отношения учащихся к занятиям спортом;

- развитие чувства ответственности к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

9. Экологическое воспитание:

- формирование элементарных экологических знаний;
- формирование умений и навыков наблюдений за природными объектами и явлениями;

- воспитание гуманного, бережного, заботливого отношения к миру природы, и окружающему миру в целом.

10. Правовое воспитание:

- воспитание свободного гражданина, функционально-грамотного, способного к сотрудничеству в интересах человека, общества, государства.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

К условиям реализации образовательной программы относятся кадровое, материально-техническое обеспечение и иные условия реализации образовательной программы с целью достижения планируемых результатов их освоения.

Материально-техническое оснащение Программы: Основной учебной базой для проведения занятий являются игровой зал для настольного тенниса. Для реализации программы имеется необходимый спортивный инвентарь и оборудование: теннисные столы, ракетки, теннисные мячи.

Методическое обеспечение: схемы и плакаты освоения технических приемов в настольном теннисе, правила игры в настольный теннис, правила судейства в настольном теннисе, регламент проведения турниров по настольному теннису различных уровней, положение о соревнованиях по настольному теннису, инструкции по охране труда, журналы и справочники, а также электронные носители.

Кадровое обеспечение: квалифицированный тренер-преподаватель.

Организационно-педагогические условия: заявление родителей (законных представителей) на обучение, пакет документов в соответствии с положением о приеме на обучение по дополнительным общеразвивающим программам, проведение установочных родительских собраний в начале года с целью ознакомления с программой, уровнями обучения; сотрудничество с другими образовательными организациями; открытые и показательные занятия

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

В течение учебного года тренер-преподаватель организует и проводит контроль знаний, умений и навыков обучающихся. Текущий контроль осуществляется в форме соревнований, выполнения упражнений, тестирования, срезах, наблюдений. Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в реализации программы. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей. Ожидаемые результаты реализации программы соответствуют поставленным перед уровнем программы задачами. Аттестация позволяет определить, достигнуты ли обучающимися планируемые результаты, освоена ли ими программа. Аттестация проводится как завершающая этап реализации каждого модуля программы. Оценка образовательных результатов обучающихся носить вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей и подростков способствуют росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностируют мотивацию достижений личности. Аттестация позволяет определить уровень знаний, умений и навыков, компетенций в сравнении с входной диагностикой. Проведение аттестации осуществляется в форме тестирования, бесед, соревнований, мониторинга.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Результативность участия в соревнованиях.

Низкий уровень – учащийся имеет знания о правилах игры, владеет простейшими основами техники настольного тенниса, умеет проводить специальную разминку теннисиста, знаком с правилами проведения соревнований по данному виду спорта.

Средний уровень – учащийся имеет более глубокие знания о правилах игры и спорных ситуациях, хорошо владеет арсеналом технических приёмов и применяет их на практике, знаком с основами судейства в настольном теннисе, умеет составлять график соревнований в личном зачёте и определять победителя.

Высокий уровень - учащийся имеет глубокие знания о правилах игры в настольный теннис, владеет такими техническими приемами как: накат справа и слева по диагонали, накат справа и слева поочерёдно, накат справа и слева в один угол стола, топ – пин из разных положений. Учащийся умеет проводить и судить соревнования в группах младшего возраста.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Перечень учебно-методического обеспечения

спортивный инвентарь и оборудование:

- теннисные ракетки и мячи на каждого обучающегося
- перекладины для подтягивания в висе – 5-7 штук
- скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- секундомер
- гимнастические скамейки – 5-7 штук
- теннисные столы - 2 штуки
- сетки для настольного тенниса – 4 штуки
- гимнастические маты – 8 штук
- гимнастическая стенка
- табло для подсчёта очков
- волейбольный, футбольный, баскетбольный мяч

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебные пособия для педагога:

1. Амелин А.Н. Настольный теннис (Азбука спорта) / А.Н. Амелин, В.А. Пашинин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 112 с.
2. Барчукова Г.В. Учись играть в настольный теннис./ Г.В. Барчукова. – М.: Советский спорт, 1989. – 48 с.
4. Байгулов Ю.П. Основы настольного тенниса / Ю.П. Байгулов, А.Н. Романин. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 160 с.
6. Белякова, Р.Н. Педагогический и медицинский контроль физического воспитания учащихся: пособие для преподавателей физической культуры и медицинских работников учебных заведений / Р.Н. Белякова, Г.А. Боник, И.А. Мотевич. – Минск: УП «ИВЦ Минфина», - 2004. – 154 с.

Список литературы для учащихся и родителей:

1. Волков В.М., Мильнер Е.Г. Человек и бег. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 144 с., ил.
2. Васильева В.Н. Утомление и восстановление сил. – М.: Знамя, 1984. – 93 с.