Министерство образования и науки Смоленской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Ельнинский районный Центр детского творчества

Принята на заседании
педагогического совета
протокол от 31.05.2024 г. №5

Утверждаю:
Директор: _____ В.И. Кирпичев
Приказ от 31.05.2024г. № 25 о/д

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 467C3529B5CFFBCE6AFBB0C954447B17
Владелец: Кирпичев Виктор Иванович
Действителен: с 25.12.2023 до 19.03.2025

Рабочая программа
«Настольный теннис»

Возраст детей: 8-17лет
Срок реализации: 1 год (первого года обучения)

Автор-составитель:
Киселев Александр Федорович,
педагог дополнительного образования

Ельня, 2024 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа «Настольный теннис» первого года обучения разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Настольный теннис» (2024г) в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

– Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

– Приказом Минпросвещения РФ от 27.07.2022. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

– СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление от 28 сентября 2020 г. № 28);

– Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года;

–Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Ельнинского районного Центра детского творчества, утвержденным Постановлением Администрации муниципального образования «Ельнинский район» Смоленской области от 13.04.2015 №14 (ред. от 12.12.2022 № 852);

– Положением о разработке, проектировании и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Ельнинском Центре творчества;

– _Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля результаивности обучения, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся Ельнинского Центра творчества.

- Воспитательной программой «Планета детства» Ельнинского Центра творчества.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

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. Данная программа соответствует потребностям детей и их родителей.

Отличительная особенность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования 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 и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Педагогическая целесообразность

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Данная программа предназначена для занятий детей 8-17-летнего возраста. Для обучения по программе принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора. Программа доступна также для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Объём программы – 216 часов, срок реализации- 3 года.

Занятия проводятся: 1-й - 2 раза в неделю по 3 часа.

Цель программы: создание условий для оздоровления и укрепления организма обучающихся, воспитания морально-этических и волевых качеств посредством занятий настольным теннисом.

Задачи программы:

1. Образовательные
- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить обучающихся технике и тактике настольного тенниса.

2. Развивающие
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

3. Воспитательные
- способствовать развитию социальной активности обучающихся, воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты

К концу первого года обучения обучающиеся:

- овладевают основами техники и тактики игры в настольный теннис;
- развивают основные общие и специальные физические качества;
- овладевают навыками работы на тренажерах;

- получают навыки самостоятельной работы;
- приобщаются к здоровому образу жизни;
- овладевают теоретическими знаниями по истории развития настольного тенниса, по личной гигиене;
- овладевают знаниями правил игры и правилами проведения соревнований.

Метапредметными результатами освоения программы является формирование универсальных учебных действий (УУД).

В сфере **познавательных УУД** обучающиеся научатся :

- самостоятельно работать с информацией, подбирать и анализировать специальную литературу;
- самостоятельно пользоваться компьютерными источниками информации ;
- правильно формулировать цели исследования, планировать свою деятельность;

В сфере **коммуникативных УУД** обучающиеся научатся:

- правильно формулировать свое мнение, донести его до слушающих;
- умело вести полемику, вступать в диалог, участвовать в дискуссии;

В сфере **регулятивных УУД** обучающиеся научатся:

- ставить учебную цель, планировать ее реализацию, организовывать свое рабочее место;
- сознательно соблюдать правила безопасности на занятии.

Личностными результатами освоения программы являются:

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и правил поведения на дорогах;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие моторики, памяти, внимания, волевых качеств, логического и пространственного воображения;

Формы подведения итогов реализации программы-

Вводный контроль: определение исходного уровня знаний и умений.

Уроки-конкурсы «Первое знакомство», анкетирование, беседы.

- **Промежуточный контроль*:*** определение уровня усвоения изучаемого материала по тестам, опросам, результатам соревнований, открытых конкурсов, контрольных тренировок.

- **Итоговый контроль:** Определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических знаний, умений, сформированности личностных качеств, метапредметных результатов освоения программы (тестирование, анкетирование, анализ результатов соревнований, открытых конкурсов, контрольных тренировок).

Учебный план
(1-го года обучения)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1 .	Вводное занятие	3	3	-	Опрос
2.	Общая и специальная физическая подготовка	27	-	27	Выполнение нормативов
3.	Тренировка на тренажерах	15	-	15	Наблюдение
4.	Основы техники и тактики игры	153	15	138	Опрос, наблюдение
5.	Правила игры и правила проведения соревнований	3	2	1	Опрос
6.	Участие в соревнованиях	12	-	12	Наблюдение
7	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование, анализ результатов соревнований
	Итого:	216	21	195	

Календарный учебный график
(1-го года обучения)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Сентябрь	03.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Техника безопасности на занятиях. Знакомство с правилами поведения на занятиях. Расписание работы. Беседа «История развития настольного тенниса».	3	Кабинет №14	Опрос	Беседа
2.		05.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Правильная хватка ракетки и способы игры.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
3.		10.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Общая и специальная физическая подготовка.	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
4.		12.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Простые подачи исходная при подаче стойка теннисиста.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
5.		17.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Простые подачи исходная при подаче стойка теннисиста.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		19.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Тренировка на тренажерах «Велоколесо»	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
7.		24.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-	Удары слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

			16:20					
8.		26.09. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Удары слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Октябрь	01.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Техника перемещений игрока близко у стола	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
2.		03.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Простые подачи	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
3.		08.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
4.		10.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Удары слева и справа.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
5.		15.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Удары слева и справа.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		17.10. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Основные приемы игры.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
7.		22.10. 2024	14:00-14:40	Подачи без вращения	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая

			14:50- 15:30- 15:40- 16:20					работа
8.		24.10. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подачи без вращения	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Ноябрь	05.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подставка. Толчок слева, справа.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
2.		07.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Общая и специальная Физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
3.		12.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Контрольные удары слева и справа.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
4.		14.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подачи без вращения	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
5.		19.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подачи без вращения	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		21.11. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40-	Накаты слева	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

			16:20					
7.		26.11. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Накаты слева	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
8.		28.11. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Веселые старты	3	Кабинет №14	Соревнования	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Декабрь	03.12. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
2.		05.12. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Техника перемещений игрока в средней зоне	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
3.		10.12. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Техника перемещений игрока в средней зоне	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
4.		12.12. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Тренировка на тренажерах «Специальный стол-тренажер»	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
5.		17.12. 2024	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Короткие подачи	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		19.12. 2024	14:00-14:40	Короткие подачи	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая

			14:50- 15:30- 15:40- 16:20					работа
7.		24.12. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Накаты справа	3	Кабинет №14	Наблюд ение	Практич еская работа
8.		26.12. 2024	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Соревнования	3	Кабинет №14	Соревно вания	Практич еская работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведе ния занятия	Тема занятия	Кол-во часо в	Место проведен иязанятия	Форма контрол я	Форма занятия
1.	Январь	09.01. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Накаты слева	3	Кабинет №14	Наблюд ение	Практич еская работа
2.		14.01. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполн ение нормати вов	Практич еская работа
3.		16.01. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Накаты слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюд ение	Практич еская работа
4.		21.01. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Накаты слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюд ение	Практич еская работа
5.		23.01. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40-	Тренировка на тренажерах «Специальный стол-тренажер»	3	Кабинет №14	Наблюд ение	Практич еская работа

			16:20					
6.		28.01. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Простые подачи	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
7.		30.01. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Удары слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
8.		31.01. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Соревнования на приз Деда Мороза	3	Кабинет №14	Соревнования	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Февраль	04.02. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
2.		06.02. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Чередование накатов	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
3.		11.02. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Чередование накатов	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
4.		13.02. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подачи слева и справа по диагонали	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
5.		18.02. 2025	14:00-14:40	Подачи слева и справа по диагонали	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая

			14:50- 15:30- 15:40- 16:20					работа
6.		20.02. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Нападение слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
7.		25.02. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Удары слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
8.		27.02. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Удары слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Март	04.03. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
2.		06.03. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Перемещение игрока при сочетании ударов справа и слева	3	Кабинет №14	Наблюдение	Теория. Практическая работа
3.		11.03. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Тренировка на тренажерах «Щит-отражатель»	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
4.		13.03. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40-	Подрезка слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа

			16:20					
5.		18.03. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подрезка слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		20.03. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подача накатом	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
7.		25.03. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подача накатом	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
8.		27.03. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Соревнования	3	Кабинет №14	Опрос	Практическая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Апрель	01.04. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выполнение нормативов	Практическая работа
2.		03.04. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Тактика игры с разными противниками.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
3.		08.03. 2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подрезка слева и справа	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
4.		10.04.	14:00-	Подача накатом.	3	Кабинет	Наблю	Практи

		2025	14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Чередование накатов		№14	дение	ческая работа
5.		15.04. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Игра ударами «топ-спин» слева и справа	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа
6.		17.04. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Нападение слева и справа	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа
7.		22.04. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подача слева и справа с верхним вращением мяча.	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа
8.		24.04. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Игра с защитой против нападения	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Место проведения занятия	Форма контроля	Форма занятия
1.	Май	06.05. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Общая и специальная физическая подготовка	3	Кабинет №14	Выпол нение нормат ивов	Практи ческая работа
2.		08.05. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30- 15:40- 16:20	Подача слева и справа с подбросом мяча и подрезкой	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа
3.		13.05. 2025	14:00- 14:40 14:50- 15:30-	Подача слева и справа с подбросом мяча и подрезкой	3	Кабинет №14	Наблю дение	Практи ческая работа

			15:40-16:20					
4.		15.05.2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подача слева и справа с обманным движением руки с ракеткой	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
5.		20.05.2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Подача слева и справа с обманным движением руки с ракеткой	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
6.		22.05.2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Тренировка на тренажерах «Щит-отражатель».	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
7.		27.05.2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Правила игры и правила проведения соревнований Туристический поход.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
8.		29.05.2025	14:00-14:40 14:50-15:30-15:40-16:20	Итоговое занятие. Соревнования.	3	Кабинет №14	Наблюдение	Практическая работа
				Итого:	216			

Методическое обеспечение

Техническое оснащение.

Для занятий по программе «Настольный теннис» имеются следующие средства и оборудование:

- столы для настольного тенниса;
- ракетки;
- теннисные мячи;
- сетка;
- теннисные тренажеры и приспособления;
- спортивный инвентарь и тренажеры

На занятиях используются учебно-наглядные пособия: таблицы по охране труда, журналы, книги, плакаты по настольному теннису, фото соревнований.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы: словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи . Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

В процессе обучения следующие формы занятий: комбинированные и практические занятия, групповые и индивидуальные, соревнования, турниры, открытые первенства, конкурсы, контрольные тренировки, тренировки на тренажерах, спортивные и подвижные игры, беседы, туристический поход.

Программа предусматривает три уровня усвоения учебного материала.

Низкий уровень: ребенок овладел менее 1/2 объема знаний, предусмотренных программой;

Средний уровень: объем усвоенных знаний составляет более1/2;

Высокий уровень: ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.

Теоретический материал оценивается исходя из правильных ответов на вопросы.(см. Приложение).

В основе определения уровня усвоения программы лежит методика Буйловой Л.Н., личностные и метапредметные результаты освоения программы определяются путем наблюдения, анкетирования, тестирования(тест «Диагностика лидерских способностей (Е. Жариков, Е. Крушельницкий), тест личных ценностей Ф. Вернона и Г. Оллпорта, методика самооценки личности (С.А. Будасси) – тест «Изучение коммуникативных умений»), «Рефлексивная самооценка учебной деятельности» (М.Кун).

Результаты работы определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерии успешности определяются результатом участия обучающихся объединения в соревнованиях различного уровня.

В процессе обучения по данной программе используются следующие педагогические технологии: дифференцированного обучения, развивающего обучения, здоровьесберегающие технологии, технологии игровой деятельности.

Программа воспитания

Воспитательная работа в творческом объединении «Настольный теннис» строится в соответствии с Программой воспитания «Планета детства» Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Ельнинского районного Центра детского творчества.

Основной целью воспитательной работы является формирование актуальных социальных и культурных компетенций обучающихся, навыков жизнестойкости и самоопределения через приобщение детей и молодежи к культурному наследию, популяризацию научных знаний, формирование культуры здоровья, трудовое воспитание и профессиональное самоопределение, экологическое воспитание.

Направления воспитательной работы: гражданское и патриотическое воспитание, духовно-нравственное, приобщение детей к культурному наследию, популяризация научных знаний, формирование культуры здоровья, трудовое воспитание и профессиональное самоопределение, экологическое воспитание.

Критерием, на основе которого осуществляется анализ воспитательной работы, является динамика личностного развития каждого обучающихся объединения.

Способом получения информации о результатах воспитания, социальной адаптации и саморазвития обучающихся является педагогическое наблюдение.

Внимание сосредоточивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы личностного развития обучающихся удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились, над чем далее предстоит работать педагогу.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
на 2024 – 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

Месяц	**Гражданское и патриотическое воспитание**	**Духовное и нравственное воспитание»**	**Приобщение к культурному наследию**	**Интеллектуальное воспитание**	**Экологическое воспитание и воспитание культуры здоровья**
Сентябрь	Участие в торжественном митинге, посвященном празднованию 81-й годовщины со дня освобождения города Ельня и района от немецко-фашистских захватчиков			Беседа «История развития настольного тенниса в России»	
Октябрь		Познавательная игра «Азбука дорожного движения»			
Ноябрь	Конкурс «Мы патриоты России»				Веселые старты
Декабрь			Участие в конкурсно-игровой программе «Новогодняя сказка»		
Январь				Викторина «Проверь себя». Тест: «Профилактика по антитерроризму»	Турнир по стрельбе на приз Деда мороза
Февраль	Военно-патриотическая игра «Один день из жизни солдата»	Беседа «Дорогою добра»			Участие в экологической викторине «Эколята- наши друзья»
Март			Участие в театрализованном игровом представлении «Широкая масленица»		
Апрель				Викторина	

Месяц	Гражданское и патриотическое воспитание	Духовное и нравственное воспитание»	Приобщение к культурному наследию	Интеллектуальное воспитание	Экологическое воспитание и воспитание культуры здоровья
				«Космическое путешествие»	
Май	Участие в торжественном митинге, посвященном Дню Победы.	Беседа «Я пешеход» правила поведения в летнее время года			Туристический поход «Путешествие по экологической тропе»

Приложение

Тестовые задания по теоретической части.

1. Какие размеры теннисного стола указаны правильно?
1) 3,5м х 1,25м
2) 2,5м х 1м
3) 1,525м х 0,97м
4) 2,74м х 1,525м

2. До какого счета играется одна партия?
1) до 15 очков
2) 11 очков
3) 21 очков
4) 40 очков

3. Сколько подач подряд выполняет один игрок?
1) одну
2) две
3) пять
4) неограниченно

4. В какой стране настольный теннис впервые был признан спортивной игрой?
1) США
2) Китай
3) Корея
4) Англия

5. В каком году был проведен первый чемпионат мира?
1) 1828г.
2) 1900г.
3) 1927г.
4) 1948г.

6. Сколько ударов по мячу подряд может сделать игрок при парной встрече?
1) один
2) два
3) три
4) неограниченное количество

7. Кто изобрел современный теннисный мячик?
1) А. Андерсен
2) Г. Гвадер
3) К. Купер
4) Д. Гибс

8. Можно ли касаться стола рукой без ракетки и другой частью тела?
1) можно
2) нельзя
3) можно при защите
4) можно при попадании

9. Можно ли повторить подачу, если подающий промахнется по мячу?
1) нет
2) да
3) можно если счет 20 : 20.

10. Может ли игрок, принимающий подачу стоять сбоку от стола?

1) может
2) не может
3) может, только 1,5 метра сбоку.

Формы аттестации/контроля. Оценочные материалы.

Формы контроля:

Оценивание результатов обучения осуществляется через практическую деятельность и через организацию мониторинга результатов обучения и личностного развития обучающихся в процессе освоения ими дополнительной образовательной программы. Организуется входная диагностика (в начале учебного года), промежуточная аттестация (в конце первого полугодия), итоговая аттестация (в конце учебного года). После проведения диагностики оформляется диагностические карты, что позволит проследить достижения обучающихся в динамике в течение прохождения всего курса. Анализ работы обучащихся также можно оценивать по протоколам, по итогам районных и республиканских соревнований.

Оценочные материалы

Контрольные испытания по технико-тактической и физической подготовке

Входная диагностика для обучения

№	Контрольные испытания	Кол-во выполнений	
		юноши	**девушки**
1	Челночный бег 3х10м, с.	9,8	10,2
2	Прыжок в длину с места, см	120	110
3	Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	75	85
4	Подтягивание (высокая перекладина- юноши, низкая перекладина -девушки)	2	7

Итоговая аттестация

возраст	уровень	ОФП					
		Бег 30 м. *(сек)*		**Юн.: подтягивание на перекладине;** Дев.: сгибание и разгибание упоре лежа		**Прыжок в длину с места** *(см)*	
		юн	**дев**	**юн**	**дев**	**юн**	**дев**
14	*Высокий*	5.6	5.8	12	11	186	180
	Средний	5.7	5.9	11	10	180	176
	Низкий	5.8	6.1	10	9	175	172
15	*Высокий*	5.5	5.7	12	12	195	185
	Средний	5.6	5.8	11	11	190	180
	Низкий	5.7	5.9	10	10	186	176
16	*Высокий*	5.4	5.6	13	13	210	192
	Средний	5.5	5.7	12	12	202	186
	Низкий	5.6	5.8	11	11	196	182
17	*Высокий*	5.3	5.5	14	14	220	202
	Средний	5.4	5.6	13	13	208	196
	Низкий	5.5	5.7	12	12	202	192

возраст	уровень	СФП					
		Бег 10 м *(сек)*		Метание мяча для настольного тенниса (м)		Прыжки через скакалку за 30 сек *(кол-во)*	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
14	*Высокий*	2.3	2.4	5.6	5.4	46	43
	Средний	2.4	2.5	5.2	5.0	43	41
	Низкий	2.5	2.6	4.8	4.7	41	38
15	*Высокий*	2.2	2.3	5.9	5.7	47	45
	Средний	2.3	2.4	5.5	5.3	45	43
	Низкий	2.4	2.5	5.2	5.0	43	41
16	*Высокий*	2.1	2.2	6.4	6.0	49	48
	Средний	2.2	2.3	6.0	5.7	47	46
	Низкий	2.3	2.4	5.7	5.2	45	44
17	*Высокий*	2.0	2.1	6.8	6.5	51	50
	Средний	2.1	2.2	6.5	6.1	48	48
	Низкий	2.2	2.3	6.2	5.7	46	46

возраст	уровень	ТТ					
		Набивание мяча ведущей рукой левой, правой стороной 10 сек		Подача справа накатом в левую половину стола из 10 подач		Выполнение 5 ударов справа и 5 слева с подачи педагога *кол-во отбитых ударов)*	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
14	*Высокий*	9		7		8	
	Средний	8		6		7	
	Низкий	7		5		6	
15	*Высокий*	10		8		9	
	Средний	9		7		8	
	Низкий	8		6		7	
16	*Высокий*	11		9		9	
	Средний	10		8		8	
	Низкий	9		7		7	
17	*Высокий*	12		10		10	
	Средний	11		9		9	
	Низкий	10		8		8	

Список литературы:

1. Амелин А.Н.. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2004
2. Барчукова Г.В., Воробьев В.А.. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2010
3. Байгулов Ю.П.. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004
4. Захаров Г.С.. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхневолжское книжное издательство, 2005
5. Матыцин О.В., Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 2006
6. Шестеренкин. О.Н. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000
7. Шпрах С.Д.. У меня секретов нет. М.: Советский спорт, 200

Интернет-ресурсы:
https://kcr.ttfr.ru/#/ - Федерация настольного тенниса России
https://rekvizit.info/nastolnvi-tennis-dlya-detej/ - настольный теннис для детей
https://rackets.ru/racket-games-rules/11-table-tennis-rules.html - правила игры в настольный теннис