

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЦЕЛИННАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | Секция «Настольный теннис» |
| Направленность программ | Физкультурно-спортивная |
| Возраст учащихся | 10-17 лет |
| Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу | * педагог – Петунов Николай Григорьевич
* уровень образования – студент  Автономной некоммерческой профессиональной  образовательной организации "Национальный социально-педагогический колледж" по специальности Педагогика дополнительного образования (направленность: физкультурно-оздоровительная), год окончания 2028 год.
* профессиональная категория – без категории
* соответствие профилю – соответствует
* достижения – нет
 |
| Год разработки | 2024 |
| Срок реализации программы | 2024-2025 год |
| Количество часов на реализацию программы | 56 часов в год |
| Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа | утверждено директором МБОУ Целинная СОШ Е.Ю.Логинова 29.04.2023 г |
| Информация о наличии рецензии | нет |
| Цель | удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях **настольным теннисом**, выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности в данном виде физкультурно-спортивной деятельности. |
| Задачи | * укрепления здоровья учащихся, закаливание, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности, привитие гигиенических навыков;
* воспитание у занимающихся нравственных и волевых качеств;
* формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, применение их в различных условиях;
* развитие у занимающихся основных двигательных качеств, к способности к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений,
* формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитание потребности в личном физическом совершенствовании.
 |
| Ожидаемые результаты освоения | **Формируемые УУД:** |

|  |  |
| --- | --- |
| программы | **Предметные:** иметь углубленные представления о технике наката ,технике атакующих и контратакующих ударов, технике подрезки, технике подач с различным вращением, основах тактики игры; организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр .**Метапредметные:** определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;уметь организовать самостоятельные занятия настольным теннисом, а также, с группой товарищей; организовывать и проводить соревнования по настольному теннису в классе, во дворе, в оздоровительном лагере; умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;**Личностные:** развитие мотивов спортивной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли занимающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий настольным теннисом. |
| Формы занятий | 1. учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный)
2. учебно-тренировочная игра в настольный теннис.
 |

## Аннотация.

Образовательная программа дополнительного образования гимназии физкультурно- спортивной направленности реализуется по специализации настольный теннис.

Отделения по настольному теннису в гимназии формируется из групп начальной

подготовки. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

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 Основным принципом обучения и тренировки является универсальность в подготовке начинающих заниматься теннисом.

Учебная программа предназначена для детей 5-10 классов и рассчитана на один год обучения - 56 часов, при разовом занятии в неделю, продолжительностью 2 часа с перерывом. Занятия проводятся в групповой форме, в зависимости от возрастной группы и задач этапа обучения.

# Пояснительная записка.

Данная программа носит модифицированный характер, составлена на основе Примерной государственной программы спортивной подготовки для детско - юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. Москва. Советский спорт – 2004, под редакцией авторского коллектива В.Г.Барчукова, В.А.Воробьев, О.В.Матыцын, в соответствии с Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273), Приказом Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ № 196, с изменениями), Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, Постановлением Правительства РФ «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14).

Программа по настольному теннису предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений.

Программа ориентирована для обучающихся 5 - 10 классов на один учебный год, 2 часа в неделю. В процессе обучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия настольным теннисом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Благодаря спортивной направленности программы, учащиеся, успешно освоившие программу, смогут участвовать в школьных, и окружных соревнованиях по настольному теннису.

Реализация образовательной программы осуществляется за пределами ФГОС и федеральных государственных требований, и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Календарный учебный график составлен в соответствии с ФЗ 273 «Об образовании в Российской Федерации», Письмом Минобрнауки от 18.11.2015 № 09-3242.

Уровень освоения программы: стартовый Направленность программы: 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. Выбор спортивной игры – настольный теннис - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

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

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

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

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Настольный теннис», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

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

**Цель программы:** удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях **настольным теннисом**, выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности в данном виде физкультурно-спортивной деятельности.

## Задачи программы:

* укрепления здоровья учащихся, закаливание, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности, привитие гигиенических навыков;
* воспитание у занимающихся нравственных и волевых качеств;
* формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, применение их в различных условиях;
* развитие у занимающихся основных двигательных качеств, к способности к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений,
* формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитание потребности в личном физическом совершенствовании.

## Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы.

Программа адресована для учащихся (5-610 класс), группа профильная со сменным составом, 15 человек в группе. Обучение строится с учётом возрастных особенностей занимающихся. Знание особенностей, свойственных тому или иному периоду детского возраста, является необходимым условием для правильной организации учебно-тренировочного процесса с юными игроками.

**Требования к уровню подготовки обучающихся.** Набор обучающихся в объединение, осуществляется без предварительной подготовки на добровольной основе. Обучающиеся должны предоставить заявление о собственном согласии и справку с медицинского учреждения.

## Сроки реализации дополнительной образовательной программы.

Программа рассчитана на один учебный год, 56 часов, при одном занятии в неделю, продолжительностью 80 мин.

## Формы и сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации. Формы обучения:

В зависимости от целевой задачи и организационной формы учебно-тренировочного занятия используются следующие формы проведения занятий: индивидуальные, фронтальные, групповые, поточные.

Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники игры в настольный теннис. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Продолжительность****занятия** | **Периодичность в****неделю** | **Количество часов****в неделю** | **Количество часов****в год** |
| 2 часа | 1 раза в неделю | 2 часа | 56 часов |

## Основными показателями выполнения программных требований на спортивно-оздоровительном этапе:

стабильность состава занимающихся; посещаемость тренировочных занятий; динамика индивидуальных показателей развития физических качеств занимающихся; уровень освоения основ гигиены и самоконтроля, выполнение контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке. В конце года проводятся школьные соревнования среди детей, посещающих секцию.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид контроля** | **Цель контроля** | **Методы и формы** | **Сроки проведени****я** | **Отслеживание результатов** |
| текущий | Определить уровеньфизической подготовки обучающихся | Выполнение контрольных нормативов, тестов | сентябрь | Согласно уровню подготовленности обучающегося спланировать учебный и индивидуальный планы |
| промежуточный | по результатам скорректировать программу | Выполнение контрольныхнормативов, тестов | январь | Внести изменения, добавления |
| итоговый | определить результат учебной деятельности | Выполнение контрольных нормативов, тестов | май | Внести корректировку в УП по итогам диагностирования обучающихся |

**Формируемые УУД:**

# Раздел I. Планируемые результаты.

**Предметные:** иметь углубленные представления о технике наката ,технике атакующих и контратакующих ударов, технике подрезки, технике подач с различным вращением, основах тактики игры; организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и различных подвижных игр .

**Метапредметные:** определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;уметь организовать самостоятельные занятия настольным теннисом, а также, с группой товарищей; организовывать и проводить соревнования по настольному теннису в классе, во дворе, в оздоровительном лагере; умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

**Личностные:** развитие мотивов спортивной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли занимающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий настольным теннисом.

# Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

Оценка результатов освоения программы проходит в виде сдачи экспресс - тестов, соответствующих каждому году обучения.

## В результате освоения обязательного минимума содержания программы:

* обучающиеся научатся руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий;
* основным понятиям и правилам спортивной игры;

## Обучающийся получит возможность научиться:

* использовать спортивные игры для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня фи- зических кондиций;
* самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
* выполнять комплексы общеразвивающих упражнений для развития основных физических качеств;
* осуществлять индивидуальные и групповые действия в спортивной игре, взаимодействовать с обучающимися в процессе занятий и во внеурочных мероприятиях;
* соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений, игр;
* пользоваться спортивным инвентарѐм и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий;
* управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения;

## Обучающийся получит возможность научиться:

* выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения общей физической подготовки, направленные на развитие основных физических качеств (силы быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
* выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;
* использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной двигательной деятельности.

# Содержание программы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Данная программа состоит из 6 разделов, каждый из которых предполагает организацию определенного направления спортивно- оздоровительной деятельности школьников.

## Распределение часов на различные виды программного материала

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды программного материала** | **Количество часов****(уроков)** |
| **1** | Общефизическая подготовка | 6 |
| **2** | Специальная физическая подготовка | 6 |
| **3** | Обучение техническим приёмам | 16 |
| **4** | Интегральная подготовка | 12 |
| **5** | Обучение тактическим действиям идвухсторонняя игра | 16 |
| **6** | Итого: | 56 |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации****(контроля)** |
| **Всего часов** | **теория** | **практика** |  |
| Формирование группы | - | - | - |  |
| Вводное занятие | - | - | - | Входной тест |
| Общефизическая подготовка | 6 | 1 | 5 | Контрольныйтест |
| Специальная подготовка | 6 | 1 | 5 | Контрольный |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | тест |
| Техническая подготовка | 16 | 2 | 14 | Контрольныйтест |
| Тактика игры | 12 | 2 | 10 | Контрольныйтест |
| Учебные игры | 16 | - | 16 | Контрольныйтест |
| Итоговое занятие | - | - | - | Итоговыйконтроль |
| ИТОГО: | 56 | 6 | 50 |  |

Календарный учебный график составлен в соответствии с ФЗ 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».

# Содержание программы.

## Техническая подготовка: совершенствование, передвижения и координация Основы знаний

* 1. Правила техники безопасности при проведении занятий.
	2. История рождения и развития настольного тенниса. Правила соревнований.
	3. Гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом и инвентарем, спортивной одежде и обуви. Теоретический компонент:

Упражнения с ракеткой и мячом. Техника передвижения у стола, координация. Точность попадания. Практический компонент:

Атака, контратака. Подача мяча.

## Тактика игры: отработка технико-тактической комбинации

Теоретический компонент:

Теоретические примеры.

Практический компонент:

Удары справа и слева. Срезка в ближнюю и дальнюю зону. Тактические приёмы. Возврат мяча срезкой слева влево.

## Индивидуальная подготовка

Теоретический компонент:

Индивидуальный разбор упражнений.

Практический компонент: Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.

## Игры на счёт

Теоретический компонент:

Правила игры.

Практический компонент:

Практика. Игры на счёт: короткие и длинные партии.

## Простые упражнения по элементам (без усложнений)

Теоретический компонент:

Совершенствование подач и их приёма. Практический компонент:

Имитация ударов на столе. Упражнения на развитие скорости удара.

## Контроль нормативов физического развития

Теоретический компонент:

Контроль нормативов технической подготовки. Тесты итоговые. Практический компонент:

Сдача нормативов. Индивидуальная работа.

# Раздел III. Календарно - тематическое планирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

**программы 2024/25 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела программы Тема занятия.** | **Кол-во часов** | **УУД****(основные виды учебной деятельности учащихся)** | **Формы контроля (текущий, промежуточный, итоговый)** |
| **Теорети ческие занятия** | **Практи****ческие занятия** |
| 1. | Основы знаний.Вводный инструктаж по охране труда и техники безопасности.Теоретическое занятие. | 1 |  | Знать т/б на уроках по настольному теннису | Входной контроль |
| 2. | Первичный инструктаж на рабочем месте. История развития настольного тенниса. | 1 |  | Знать теоретический материал понастольному теннису | Входной контроль |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3. | Инструктаж по ТБ и ПП на занятиях настольного тенниса.Оборудование и спортинвентарь для настольного тенниса. |  | 1 | Знать теоретический материал понастольному теннису | Входной контроль |
| 4. | Выбор ракетки и способы держания. |  | 1 | Знать теоретический материал понастольному теннису | Входной контроль |
| 5. | Жесткий хват, мягкий хват, хват«пером». |  | 1 | Знать теоретический материал по настольномутеннису | Текущий контроль |
| 6. | Разновидности хватки «пером»,«малые клещи», «большие клещи». |  | 1 | Знать теоретический материал по настольномутеннису | Текущий контроль |
| 7. | Удары по мячу накатом. |  | 1 | Знать теоретический материал по настольномутеннису | Текущий контроль |
| 8. | Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. |  | 1 | Уметь выполнятьудары по мячу накатом | Текущий контроль |
| 9. | Игра в ближней и дальней зонах. |  | 1 | Уметь выполнять удар по мячу с полулета, ударподрезкой, срезка, толчок | Текущий контроль |
| 10. | Вращение мяча. |  | 1 | Уметь играть в | Текущий контроль |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | ближней и дальнейзонах |  |
| 11. | Основные положения теннисиста. |  | 1 | Уметь выполнятьвращение мяча | Текущий контроль |
| 12. | Исходные положения, выбор места. |  | 1 | Уметь выполнять основные положениятеннисиста. | Текущий контроль |
| 13. | Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. |  | 1 | Уметь выполнять исходные положения, выборместа | Промежуточный контроль |
| 14. | Одношажные и двухшажные перемещения. |  | 1 | Уметь выполнять способы перемещения.Шаги, прыжки, выпады, броски | Текущий контроль |
| 15. | Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). |  | 1 | Уметь выполнять одношажные и двухшажныеперемещения | Текущий контроль |
| 16. | Подачи: короткие и длинные. |  | 1 | Уметь выполнять подачи (четырегруппы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением) | Текущий контроль |
| 17. | Подача накатом, удары слева, справа, контрнакат |  | 1 | Уметь выполнятьподачи: короткие и длинные | Промежуточный контроль |
| 18. | Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая«свеча». |  | 1 | Уметь выполнять подача накатом,удары слева, | Промежуточный контроль |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | справа, контрнакат(с поступательным вращением) |  |
| 19. | Тактика одиночных игр |  | 1 | Уметь выполнять удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» вброске. | Текущий контроль |
| 20. | Игра в защите |  | 1 | Уметь выполнять тактическиедействия в одиночных играх | Текущий контроль |
| 21. | Основные тактические комбинациипри своей подаче. |  | 1 | Уметь играть взащите | Текущий контроль |
| 22. | Основные тактические комбинации при подаче соперника:а) при длинной подаче — накат по прямой;6) при короткой подаче — несильный кистевой накат в середину стола. |  | 1 | Уметь выполнять основные тактическиекомбинации | Текущий контроль |
| 23. | Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника. |  | 1 | Уметь выполнять основные тактическиекомбинации | Текущий контроль |
| 24. | Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка. |  | 1 | Уметь выполнять подачи с учетом атакующего изащищающего соперника. | Промежуточный контроль |
| 25. | Упражнения с мячом и ракеткой. |  | 1 | Знать основы | Промежуточный |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Вращение мяча в разных направлениях. |  |  | тренировки теннисиста. Специальнаяфизическая подготовка | контроль |
| 26. | Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары в игре. |  | 1 | Уметь выполнять упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разныхнаправлениях | Промежуточный контроль |
| 27. | Передвижения у стола |  | 1 | Уметь выполнять атакующие удары (имитационныеупражнения) и в игре | Текущий контроль |
| 28. | Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность. |  | 1 | Уметь выполнятьпередвижения у стола | Промежуточный контроль |
| 29. | Игра у стола. Игровые комбинации. |  | 1 | Уметь выполнять удары: накатом устенки, удары на точность. | Промежуточный контроль |
| 30. | Игра у стола. Игровые комбинации. |  | 7 | Уметь играть устола | Текущий контроль |
| 31. | Игра у стола. Игровые комбинации. |  | 7 | Уметь играть устола | Текущий контроль |
| 32. | Игра у стола. Игровые комбинации. |  | 7 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |
| 33. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |
| 34. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |
| 35. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть у | Итоговый контроль |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | стола |  |
| 36. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |
| 37. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |
| 38. | Соревнования |  | 1 | Уметь играть устола | Итоговый контроль |

# Формы аттестации учащихся

Основной показатель работы секции по настольному теннису - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов, контрольных упражнений и зачётов.

Формы аттестации включают в себя следующие этапы контроля. 1.Начальный контроль (входной).

Проводится в начале учебного года (сентябрь), до начала прохождения разделов программы. Цель: определить начальный уровень физической подготовки.

Форма: входное тестирование.

1. Текущий контроль

Проводится в течение всего учебного года. Цель: определить уровень освоения программы. Форма: контрольные тесты и упражнения

1. Промежуточный контроль

Проводится в середине года после прохождения определенных разделов программы. Цель: определить достигнутый уровень общей физической подготовки, если нужно – коррекция учебно-тренировочного процесса.

Форма: контрольные зачёты

1. Итоговый контроль

Проводится в конце учебного года.

Цель: по итогам года увидеть, насколько успешно освоена программа обучающимися. Форма: итоговый контроль в форме контрольной игры в настольный теннис.

# Пакет оценочных материалов и критерии оценивания.

При оценке текущей успеваемости по разделам программы «Теннис как третий час физической культуры в школе» учитываются следующие показатели:

## Знания о физической культуре.

Полнота ответа, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям

физическими упражнениями с целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает. Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Оценка «2» выставляется за непонимание и незнание материала программы.

## Техника владения двигательными умениями и навыками.

Для оценки техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение контрольных упражнений и комбинированный метод.

Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; обучающиеся по заданию учителя используют их в нестандартных условиях;

Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Обучающийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;

Оценка «2»— двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

## Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Оценка «5» - обучающийся умеет: самостоятельно организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.

Оценка «4» - обучающийся: организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств; контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги.

Оценка «3» - более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов. Оценка «2» - обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

Общая оценка успеваемости складывается из оценок по всем разделам программы, оценок за выполнение контрольных тестовых заданий и оценки за выполнение домашних заданий.

# Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Методические материалы для педагога** | **Материалы для учащегося** | **Материально-технические средства** |
| 1. О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в | О.В.Матыцин, Настольный теннис . | Теннисные столы (2шт), |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| настольный теннис . Диссертация, РГАФК, М.:160с., 20001. А.П. Матвеев, Физическая культура для 5 – 6 - 7 классов М.

«Просвещение» 2015г.1. Э. Найминова. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. - Ростов-н/ Д: «Феникс», 2001 г.
2. Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхнее-Волжское книжное издательство, 1990
3. Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2004
 | Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 1995**Интернет-ресурсы:** 1.<http://www.fizkult-ura.ru/> - Сайт "Физкут-УРА!" | ракетки (4шт), теннисные мячи (6шт). |