

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОТРАДНЕНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТАНИЦЫ СПОКОЙНОЙ

Принята на заседании  
педагогического совета МАУДО ЦДТ  
от «09» сентября 2024 г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор МАУДО ЦДТ  
Т.В.Спасова  
«09» 09 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Настольный теннис»**

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год: 144 ч.

Возрастная категория: от 7 до 17 лет

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Условия реализации программы: программа реализуется на бюджетной  
основе

ID-номер Программы в Навигаторе: #6948

Автор–составитель:  
Огнева Татьяна Владимировна  
педагог дополнительного образования

## Содержание

### **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»**

1. Пояснительная записка	3
1.1. Направленность	4
1.2. Актуальность программы	4
1.3. Отличительные особенности	5
1.4. Адресат программы	5
1.5. Уровень	6
1.6. Цели и задачи	6
1.7. Объём и срок освоения программы	8
1.8. Формы обучения, режим занятий, периодичность и продолжительность занятий	8
1.9. Особенности организации образовательного процесса	9
1.10.1. Учебный план	9
1.11.1. Содержание учебного плана	10
1.12. Планируемые результаты	13

### **Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Условия реализации программы	23
2.3. Формы аттестации	23
2.4. Оценочные материалы	24
2.5. Методические материалы	25
2.6. Рабочие программы (модули) воспитания, календарный план воспитания	28
2.7. Список литературы	31

### **Приложения**

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1. Пояснительная записка.

Программа «Настольный теннис» предназначена для проведения спортивных секций в системе дополнительного образования общеобразовательных и начальных профессиональных образовательных учреждений и является **модифицированной** программой «Настольный теннис» **физкультурно-спортивной направленности**, 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 игры до 11 очков 2002 года. Программа рассчитана на 1 года (144 часов) обучения детей в возрасте от 7 лет и составлена с учетом индивидуальных особенностей детей и стилевых особенностей современной игры. Особенности организации занятий, календаря спортивных мероприятий, а также материально-технической базы могут вносить коррективы в работу по программе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» разработана и составлена в соответствии с общей концепцией воспитания, на основе нормативных документов, с учетом современных методик и форм обучения:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629
- «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р).;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмом Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ и программ электронного обучения.

**1.1. Физкультурно- спортивная направленность** программы позволяет ознакомиться с тактикой и приёмами настольного тенниса.

### **1.2. Актуальность.**

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.

Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, 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, скоростных, силовых качеств, формированию двигательных навыков. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

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

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

**Новизна 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, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что данная программа способствует: физическому развитию личности ребенка, умению само-

стоятельно и быстро принимать решения, адекватно оценивать свои результаты в игре. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе игры.

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 подъём поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

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

Кроме того, программа призвана развивать толерантное поведение, терпимость в детях.

**1.3. Отличительные особенности** программы заключаются в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

**1.4. Адресат программы.** Принимаются дети в возрасте от 7 до 17 лет без специальных знаний и требований к предварительной подготовке, имеющие интерес к настольному теннису. Запись на обучение производится без специального отбора по желанию родителей и детей при наличии медицинской справки и отсутствии противопоказаний обучению игре в настольный теннис. В связи с этим группы комплектуются с учетом интересов и степени подготовленности детей, возможен разновозрастный состав обучающихся. Группы имеют постоянный состав. Занятия проходят в группах до 14 человек. В процессе обучения в объединение могут быть зачислены обучающиеся, не занимающиеся в группе в течение учебного года и последующего, но успешно прошедшие собеседование с педагогом на выявление имеющихся познаний в данной учебной деятельности. В реализации программы могут участвовать дети с ограниченными возможностями здоровья, для которых педагог предусматривает вариативность тем программы, от простого к сложному.

**1.5. Уровень** программы базовый. Базовый уровень формирует базу ос-

новых технических умений и навыков игре в настольный теннис. Для каждого занятия подбираются варианты заданий:

-для детей с опережающим развитием задания усложняются,

для детей с отстающим развитием дается педагогом упрощенный вариант. Это необходимо для того, чтобы интерес к игре не угасал, и ребенок был избавлен от ненужных переживаний из-за неудач.

Программа «Настольный теннис» знакомит с основными приемами и методами игры, которые не требуют больших навыков и поэтому вполне могут быть применимы в работе с детьми с ОВЗ.

**1.6. Цель программы** – создание условий для развития физических качеств, оздоровления и укрепления организма, обучающихся посредством занятий настольным теннисом. Популяризация здорового образа жизни. Программа предусматривает следующие этапы подготовки игрока по настольному теннису: спортивно-оздоровительный, начально-подготовительный, спортивного совершенствования

На *спортивно-оздоровительном этапе* зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, имеющие разрешение врача-педиатра. На этом 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 этапе *начальной подготовки* ведется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, а также выбор спортивной специализации и выполнение нормативов для перехода на учебно-тренировочный этап. Задача этапа - тщательное наблюдение за успешностью обучения детей.

На этапе *спортивного совершенствования* проводятся углубленные тренировки со сложными приемами настольного тенниса и дальнейшим анализом выполненных действий. Задача этапа - участие воспитанников в соревнованиях, повышение уровня мастерства.

- 1.Игра подрезками.
- 2.Игра топ-спинами.
- 3.Подача подрезками.
- 4.Игра боковыми вращениями.

Учебный план.

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 от общеподготовительных средств к наиболее специальным;
  - увеличение соревновательных упражнений в процессе подготовки.
- Соотношение нагрузки и видов упражнений на разных этапах обучения.

Спортивно-оздоровительный этап:  
 общефизическая подготовка (20ч), правила игры в настольный теннис (5ч), теоретическая подготовка (10ч), базовая техника игры в настольный теннис(20ч).

Этап начальной подготовки:

основы тактики (7ч), игровая практика(40ч)

Специальные упражнения техники настольного тенниса для первого этапа.

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 направо.
5. Атакующие удары слева налево.
6. Атакующие удары справа налево.
7. Атакующие удары слева направо.
8. Игра толчком.
9. Отработка техники подачи

### **Задачи программы:**

#### *Образовательные:*

- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса;
- научить регулировать свою физическую нагрузку.

#### *Развивающие:*

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

#### *Воспитательные:*

- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;

– пропагандировать здоровый образ жизни.

**1.7. Объем и сроки реализации** дополнительной общеобразовательной программы рассчитаны на один учебный год 144 ч., 36 учебных недель.

**1.8. Формы обучения, режим занятия, периодичность и продолжительность занятий.**

**Форма обучения** – очная.

**Режим.** Расписание составлено в соответствии с Санитарными нормами и правилами СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Форма организации работы – групповая, используется дифференцированно-индивидуальный подход в практической деятельности в игре настольный теннис (работа в парах; работа в малых группах). Состав группы – постоянный. Два раза в неделю, два раза по 45 мин. (144 час. в учебный год).

**1.9. Особенности организации образовательного процесса.** Интеллектуальные возможности учащихся 7 лет во многом отличаются от детей 17 лет. Педагогический подход учитывает вариативные возможности программы, т.к. необходимо адаптировать сложный материал к младшему школьному возрасту.

Учащиеся среднего и старшего школьного возраста, как правило, с достаточной базовой подготовкой и запросами «научиться игре в настольный теннис».

Группа формируется из учащихся одного, или разных возрастов, учитывая младший и средний состав. На занятиях применяется *технология личностно-ориентированного* обучения с целью раскрытия возможностей каждого. В процессе занятий идет работа над развитием интеллекта, мелкой моторики, логического и пространственного воображения, мышления. Знание индивидуальных особенностей учащихся позволяет эффективно использовать *стимулирующее* влияние коллектива на учебную деятельность каждого ребенка. При организации образовательного процесса широко используются разнообразные традиционные и не традиционные формы проведения занятий: практическое занятие, занятие-консультация, занятие ролевая игра, занятие-презентация, виртуальное путешествие, квесты, соревнования.

В организации образовательного процесса применяются методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия, являются частично-поисковые, исследовательские методы обучения. Применение методов репродуктивной деятельности на практических занятиях позволяет существенно повысить мотивацию учащихся, организовать их деятельность, развивать индивидуальные, физические способности.

#### 1.10.1. Учебно-тематический план

			Количество часов	
--	--	--	------------------	--

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего час.	учебных		Форма контроля
			Теоритические	Практические	
1	Водное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Индив.форм контроля
2	История развития настольного тенниса.	2	1	1	Индив.форм контроля
3	Краткие сведения о строении и функции организма.	2	1	1	Индив.форм контроля
4	Влияние физических упражнений на организм человека.	2	1	1	Индив.форм контроля
5	Гигиена и режим для спортсмена.	2	1	1	Индив.форм контроля
6	Основы техники и практики игры.	70	4	66	Индив.форм контроля
7	Методика обучения.	2	1	1	Индив.форм контроля
8	Оборудование и инвентарь.	2	1	1	Индив.форм контроля
9	Психологическая подготовка.	2	1	1	Индив.форм контроля
10	Правила игры, соревнования и их организация.	4	2	2	Индив.форм контроля
11	Общая и специальная физическая подготовка.	50	6	44	Индив.форм контроля
12	Контроль подготовленности обучающихся.	4		4	Контрол.парные партии
	Итого	144	20	124	

### 1.11.1. Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Практика: правила поведения на уроке и правильное обращение с ракеткой и мячом.

2. История настольного тенниса. Начальная техника и различные способы игры в настольном теннисе.

Практика: история настольного тенниса, начальная техника тенниса.

3. Краткие сведения о строении и функциях организма.

Практика: строение организма, перемещение возле стола.

4. Влияние физических упражнений на организм человека. Прыжки в сторону, вперёд, в высоту.

Практика: как физическая подготовка влияет на организм, выполнение прыжков.

5. Гигиена и режим для спортсмена.

Практика: правильное питание и режим спортсмена.

6. Удар толчком. Ловля мяча над головой. Практика: правильное положение и движение руки и ракетки при ударе и ловле мяча над головой.

7. Прыжки со скакалкой на разных ногах. Приём мяча ударом, толчком.

Практика: выполнение прыжков и техника приёма мяча ударом.

8. Приседание на ногах. Удар подставкой.

Практика: выполнение физического упражнения, техника удара подставкой.

9. Способы подачи мяча.

Практика: техника подачи мяча.

10. Бег по пересечённой местности. Прямая подача.

Практика: выполнение физического упражнения, техника прямой подачи.

11. Бег трусцой. Подача «маятник».

Практика: выполнение физического упражнения, техника подачи «маятник».

12. Подбрасывание мяча над ракеткой.

Практика: правильное положение ракетки и мяча.

13. Подача челнок.

Практика: отработка технического приёма.

14. Подача «веер».

Практика: отработка технического приёма.

15. Упражнения для ловкости. Соревнование на меткость бросков в квадрат на стене 50/50 см.

Практика: имитация движений для ловкости.

16. Подача «накат» слева.

Практика: отработка технического приёма.

17. Подача «накат» справа.

Практика: отработка технического приёма.

18. Короткие подачи с подрезкой.

Практика: техника подачи с подрезкой.

19. Подача с боковым вращением мяча.

Практика: техника подачи с боковым вращением мяча.

20. Подачи без вращения мяча.

Практика: техника простой подачи.

21. Контрудары в ближайшей зоне.  
Практика: отработка техники контрудара.
22. Нападение справа и слева подрезкой.  
Практика: техника нападения.
23. Чередование накатов и укороченных ударов.  
Практика: отработка чередования технических приёмов.
24. Косые удары справа и слева.  
Практика: отработка техники косых ударов.
25. Защитная свеча справа и слева.  
Практика: отработка технического приёма.
26. Удары слева с отходом назад.  
Практика: отработка технического приёма.
27. Тренировка тактических комбинаций.  
Практика: отработка тактических комбинаций.
28. Приёмы мяча подрезкой справа.  
Практика: отработка технического приёма справа.
29. Дальняя игра от стола.  
Практика: техника дальней игры.
30. Комбинации, используемые нападающим против нападающего.  
Практика: отработка комбинации нападающего против нападающего.
31. Комбинации, используемые защитником против нападающего.  
Практика: отработка комбинации защитника против нападающего.
32. Комбинации, используемые защитником против защитника.  
Практика: отработка комбинации защитника против защитника.
33. Передвижения в игре.  
Практика: техника передвижений в игре.
34. Игра по диагонали.  
Практика: отработка техники игры по диагонали.
35. Освоение топ-спина. Подача и приём мяча.  
Практика: отработка технического приёма топ-спина.
36. Подача и приём мяча срезкой.  
Практика: отработка техники мяча срезкой.
37. Отработка нападающих ударов.  
Практика: техника нападающих ударов.
38. Отработка имитационных упражнений.  
Практика: техника имитационных упражнений.
39. Игра на счёт с применением нападающих и защитных элементов. Практика: отработка техники нападающих и защитных элементов.
40. Тактика одиночной и парной игры.  
Практика: отработка главных элементов одиночной и парной игры.
41. Применение всех изученных элементов защиты и нападения. Практика: отработка элементов защиты и нападения.
42. Оборудование и инвентарь теннисиста.  
Практика: что нужно теннисисту для игры.

43. Сила воли плюс характер.  
Практика: как сила воли и характерны для игры.
44. Правила игры.  
Практика: суть игры, применение правил в игре.
45. Соревнования и их организация.  
Практика: главное в соревнованиях-правила.
46. Набивание мяча тыльной и ладонной стороной ракетки на месте.  
Практика: техника набивания мяча.
47. Набивание мяча во время ходьбы.  
Практика: техника набивания мяча во время ходьбы.
48. Ловля мяча на ракетку с лёта.  
Практика: техника ловли мяча на ракетку.
49. Ловля мяча на ракетку с отскока.  
Практика: техника ловли мяча с отскока.
50. Перекат мяча с ракетки на ракетку.  
Практика: правильное положение ракетки, руки и другой ракетки и осуществлять перекал.
51. Дриблинг (ведение мяча о пол) на месте и в движении.  
Практика: техника дриблинга.
52. Ловля мяча отскочившего от тренировочной стенки.  
Практика: отработка имитационных движений при ловле мяча.
53. Отбивать в мишень у тренировочной стенки.  
Практика: отработка движений при попадании в цель (мяч).
54. Удары справа и слева у тренировочной стенки.  
Практика: отработка движений справа и слева.
55. Удары справа и слева у тренировочной доски в быстром темпе.  
Практика: отработка быстрого темпа игры.
56. Игра в теннис на полу.  
Практика: отработка ловли мяча только на полу.
57. Имитационные шаги возле стола.  
Практика: техника движений возле стола.
58. Имитационные упражнения с ракеткой.  
Практика: техника упражнений с ракеткой.
59. Имитационные упражнения с утяжелённой ракеткой.  
Практика: техника упражнений с утяжелённой ракеткой.
60. Имитация перемещения в 3-ёх метровой зоне у стола по схеме «треугольник».  
Практика: техника имитации перемещения по схеме «треугольник».
61. Имитация перемещений в 3-ёх метровой зоне квадрата по схеме «восьмёрка».  
Практика: техника имитации перемещений по схеме «восьмёрка».
62. Вращательные движения кистью, рисование кругов и восьмёрок.  
Практика: техника имитации движений кистью.
63. Игра в «крутиловку».

Практика: техника и правила в «крутиловку».

64. Игра в «паровозик».

Практика: техника и правила в

«паровозик». Игра одного против двоих и троих.

Практика: основы техники игры одного против двоих и троих.

65. Игра с партнёром двумя мячами на столе.

Практика: основы техники игры двумя мячами на столе.

66. Игра двумя ракетками поочерёдно.

Практика: основы техники игры двумя ракетками.

67. Эстафетный бег с ведением мяча ударами ракеткой вверх.

Практика: техника бега с ведением мяча ударами ракеткой вверх.

68. Игра по диагонали.

Практика: основы техники игры по диагонали.

69. Отработка всех изученных элементов и упражнений.

Практика: закрепление изученных элементов.

70. Игра на счёт. Применение защиты и нападения.

Практика: основные правила игры на счёт.

71. Соревнования между членами кружка. Практика: выявление изученных элементов игры.

72. Итоговое занятие.

## 1.12. Планируемые результаты

К концу обучения по программе дети получают следующие основные знания и умения:

- обучатся технике и тактике настольного тенниса: набивание мяча тыльной стороной ракетки, набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки, атакующие удары справа направо, атакующие удары слева налево, атакующие удары справа налево, игра толчком, отработка техники подачи;
- научатся регулировать свою физическую нагрузку;
- разовьют координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту;
- разовьют двигательные способности посредством игры в настольный теннис;
- сформируют навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- воспитают в себе чувство самостоятельности, ответственности;

- воспитают коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- воспитают в себе здоровый образ жизни.

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>1. Вводное занятие (2ч.)</b>							
1		Вводное занятие. Техника безопасности. Физическая культура и спорт.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>2. История развития настольного тенниса ( 2 ч.)</b>							
2		История н/тенниса. Начальная техника и различные способы игры в н/теннисе.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>3. Строение и функции организма(2ч.)</b>							
3		Краткие сведения о строении и функциях организма. Перемещение возле стола.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>4. Физическая подготовка и организм человека(2ч.)</b>							

4		Влияние физических упражнений на организм человека. Перемещение возле стола .Прыжки в сторону, вперёд, в высоту.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
---	--	---	---	--	-----------------------	-----------------------------------	--------------------------------------

### 5. Гигиена и режим для спортсмена (2ч.)

5		Гигиена и режим для спортсмена.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
---	--	------------------------------------	---	--	-----------------------	-----------------------------------	--------------------------------------

### 6. Основы техники и практики игры. (70ч.)

6		Удар толчком. Ловля мяча над головой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
7		Прыжки со скакалкой на разных ногах. Приём мяча ударом, толчком.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
8		Приседание на ногах. Удар подставкой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
9		Способы подачи мяча.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

10		Бег по пересечённой местности. Прямая подача.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
11		Бег трусцой. Подача «маятник».	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
12		Подбрасывание мяча над ракеткой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
13		Подача «челнок».	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
14		Подача «веер».	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
15		Упражнения для ловкости. Соревнование на меткость бросков в квадрат на стене 50/50см.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
16		Подача «накат» слева.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

17		Короткие подачи с подрезкой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
18		Короткие подачи с подрезкой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
19		Поддачи сбоковым вращением мяча.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
20		Поддачи без вращения мяча.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
21		Контрудары в ближней зоне.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
22		Нападение слева и справа подрезкой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
23		Чередование накатов иукороченных ударов.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
24		Косые удары справа и слева.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

25		Защитная свеча слева и справа.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
26		Удары слева с отходом назад.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
27		Тренировка тактических комбинаций.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
28		Приёмы мяч аподрезкой справа.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
29		Дальняя игра от стола.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
30		Комбинации, используемые нападающим против нападающего.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
31		Комбинации используемые	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
32		Комбинации, используемые защитником против защитника.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

33		Передвижения в игре.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
34		Игра по диагонали.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
35		Освоение топ-спина. Подача и приём мяча.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
36		Подача и приём мяча асрезкой.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
37		Отработка нападающих ударов.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
38		Отработка имитационных упражнений.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
39		Игра на счёт применением нападающих и защитных элементов.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
40		Тактика одиночной и парной игры.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

<b>7.Методика обучения(2ч.)</b>							
41		Применение всех изученных элементов защиты и нападения.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>8.Оборудование и инвентарь (2ч.)</b>							
42		Оборудование и инвентарь теннисиста.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>9.Психологическая подготовка(2ч.)</b>							
43		Сила воли плюс характер.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>10.Правила игры. Соревнования и их организациями.)</b>							
44		Правила игры.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
45		Соревнования и их организация.	2		Лекция, тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>11.Общая и специальная физическая подготовка (50ч.)</b>							
46		Набивание мяча тыльной и ладонной стороной ракетки наместе.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
47		Набивание мяча во время ходьбы.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУ СО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

48	Ловля мяча на ракетку с лёта.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
49	Ловля мяча на ракетку с отскока.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
50	Перекаат мяча с ракетки на ракетку.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
51	Дриблинг (ведение мяча об пол) на месте и в движении.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
52	Ловля мяча отскочившего от трен, стенки.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
53	Отбивать в мишень у трен. стенки.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
54	Удары справа и слева у трен. стенки.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
55	Удары справа и слева у трен. стенки в быстром темпе.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

56	Игра в теннис на полу.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
57	Имитационные шаги возле стола.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
58	Имитационные упражнения с ракеткой.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
59	Имитационные упражнения с утяжеленной ракеткой.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
60	Имитация перемещений в 3-ёх мет. Зоне устола по схеме «треугольник».	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
61	Имитация перемещений в 3-ёхметровой зоне квадрата по схеме «восьмёрка».	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
62	Вращательные движения кистью, рисование кругов и восьмёрок.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
63	Игра в «крутиловку».	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

64		Игра «паровозик».	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
65		Игра од-ногопротив двоих и троих.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
66		Игра с партнёром двумя мячамина столе.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
67		Игра двумя ракетками поочерёдно.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
68		Эстафетный бег с ведением мяча ударами ракеткой вверх.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
69		Игра по диагонали.	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
70		Отработка всех изученных элементов и упражнений.			тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы
<b>12. Контроль подготовленности занимающихся(4ч.)</b>							
71		Игра на счёт. Применение защиты и нападения	2		тренировка	Спортивный зал МБОУСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

72		Соревнования между членами кружка.	2		Соревнования	Спортивный зал МБОУ-УСО Ш №11	Опрос, индив. оценка работы

## 2.2. Условия реализации программы

Обучение проходит в спортивном зале, соответствующем нормам СП, оборудованным всем необходимым: теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, методическая литература.

### ***Материально-техническое обеспечение:***

- теннисные столы;
- сетки для настольного тенниса;
- ракетки для настольного тенниса;
- мячи для настольного тенниса;
- прыгалки;
- конусы.

### **Каждый обучающийся должен иметь:**

- спортивную форму
- спортивную обувь.

Занятия проводятся как практические, так и теоретические.

Для преподавателя:

учебные программы.

***Методическое обеспечение:*** книги, учебные пособия, фото-, видео-материалы.

***Кадровое обеспечение:*** педагог дополнительного образования, имеющий опыт работы с детьми, знающий специфику образовательного учреждения, со специализацией или курсовой подготовкой по настольному теннису.

## 2.3. Формы аттестации и контроль.

Программой предусмотрена аттестация учащихся, направленная на выявление текущего, промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, развития практических умений и навыков.

***Текущая и промежуточная аттестация:*** по итогам изучения разделов (тем) учебного материала.

***Итоговая аттестация*** проходит по окончании годичного курса обучения.

1. ***Текущий контроль:*** Собеседование. Практические задания (открытые занятия). Основным моментом выполнения практических работ является умение самостоятельно выполнять практическую работу, заданную педагогом.
2. ***Промежуточный контроль:*** контрольное занятие.
3. ***Итоговый контроль:*** участие в соревновательной деятельности, результаты турниров.

**Формы подведения итогов** реализации дополнительной общеобразовательной программы и способы определения результативности, качество образовательной деятельности оценивается диагностическими материалами в

рамках программы:

- Мониторинг освоения программы (практические задания; самостоятельные творческие проектные работы).
  - Мониторинг участия и результативности учащихся в соревнованиях, турнирах.
- Мониторинг результатов обучения учащихся (см. Приложение 1, Приложение 2).
- Мониторинг охвата учащихся (см. Приложение 3)
- Анализ анкетирования родителей (законных представителей) и учащихся (см. Приложение 4).

## ФОРМЫ И ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля	Формы контроля	Сроки контроля
Текущий	Собеседование	Сентябрь
Промежуточный	Соревнования. Оценка развития личностных качеств учащихся (первичная) (см. Приложение 1) Анкетирование родителей (законных представителей) (см. Приложение 3) Диагностический контроль (Приложение 2)	Декабрь
Итоговый	Турнир по настольному теннису Результаты соревнований Оценка развития личностных качеств учащихся (итоговая) (см. Приложение 1) Анкетирование учащихся (см. Приложение 4) Диагностический контроль (Приложение 2)	Май

### 2.4. Оценочные материалы.

На учебных занятиях используются разные виды диагностики. Значимым видом результативности проведенной работы являются участие в конкурсах, соревнованиях, турнирах, создание творческих проектов.

Мониторинги:

- текущий (выявление первоначальных знаний, умений и навыков в игре настольный теннис);
- промежуточный (контроль, осуществляемый посредством наблюдения за деятельностью учащихся в процессе занятий);

- итоговый (проверка знаний, умений и навыков, которые учащиеся получили в течение года). Это самостоятельная практическая деятельность в соревнованиях.

Система мониторинга ориентирована на исследование количественных и качественных показателей учебно-воспитательного процесса и охватывает такие стороны образования, как обучение, воспитание и развитие. Реализуя образовательные задачи, мониторинг разворачивается в различных направлениях, согласно которым выстраивается система диагностики. Мониторинг результатов обучения учащегося по дополнительной общеразвивающей программе проводится два раза в год (декабрь, май) с целью отслеживания результативности обучения учащихся по программе (Приложение 2).

*Оценочные материалы для промежуточной аттестации, проводимой в форме сдачи нормативов и спарринг - тренировки.*

Упражнения для сдачи нормативов:

Набивание мяча (кол-во раз) Юноши: 20 – 25. Девушки: 15 – 20.

Подрезка (кол – во секунд без потери мяча) – Юноши: 30 – 35 с. Девушки: 25 – 30 с.

Накат (кол – во раз в серии) – Юноши: 15-20. Девушки: 10 – 15. Подача (кол – во раз, 10 попыток) – Юноши: 9 попаданий. Девушки: 7 попаданий.

Спарринг игра – это вид игры в настольном теннисе, при котором ваш партнёр – игрок заменяет соперника во время тренировки. Для спаррингалучше выбирать игрока более высокой квалификации. Такая тренировка дает возможность увидеть уровень исполнения технических элементов, к которому стоит стремиться.

#### Критерии оценки результатов:

- Высокий уровень - ученик самостоятельно и правильно справился с заданием;
- Средний уровень - для правильного выполнения задания ученику требуется несколько самостоятельных попыток или подсказка педагога;
- Низкий уровень - ученик не выполнил задание даже после подсказки педагога.

### **2.5. Методическое обеспечение программы**

Программа включает образовательный, здоровьесберегающий, практический и творческий компоненты. Образовательный компонент направлен на приобретение обучающимися набора новых знаний и умений в игре настольный теннис.

Здоровьесберегающий компонент предусматривает соблюдение санитарно-гигиенических норм при проведении занятий, обеспечение благоприятной психологической атмосферы в детском коллективе, особое внимание уделяется двигательному режиму и смене видов деятельности.

Практический компонент составляет большой объем учебной нагрузки по программе, предоставляя возможность обучающимся в короткий срок реализации программы освоить необходимые азы в технике настольного тенниса.

Творческий компонент направлен на создание активной творческой среды, развитие воображения обучающихся и воплощения своих креативных идей на практике.

Формы учебного занятия: беседа, практическое занятие, самостоятельная работа, объяснение материала.

Методы обучения:

- Словесный метод используется для объяснения нового материала: рассказ, беседа. С помощью данного метода можно не только передавать информацию, но и давать ответы на вопросы обучающихся, что вызывает активную мыслительную деятельность.

- Наглядный метод – показ мастер-классов, иллюстрации, картинки.

- Метод практической работы - овладение практическими умениями и техникой игры настольный теннис.

- Репродуктивный метод обучения - дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности в соревнованиях.

### Методическое обеспечение

№ п/п	Разделы и темы	Формы занятия	Приемы и методы организации занятий	Методический и дидактический материал	Техническое оснащение
1	Техника: совершенствование передвижения и координации	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.
2	Тактика: отработка технико – тактической комбинации.	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.

3	Индивидуальная подготовка.	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.
4	Игры на счёт.	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса.
5	Простые упражнения по элементам (без усложнений).	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса
6	Контроль нормативов физического развития.	Беседа, рассказ, показ	Словесный, наглядный	Литература, фото-видео материал	Тетрадь для записей и зарисовок, ручка, простой карандаш, ластик, теннисные столы, сетки для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса

## **2.6. Рабочая программа воспитания педагога дополнительного образования**

на 2024 2025 учебный год

---

### **1. Пояснительная записка**

Воспитательная модель в дополнительном образовании базируется на том, что воспитание рассматривается, прежде всего, как организация педагогических условий и возможностей для осознания ребенком собственного личностного опыта, приобретаемого на основе межличностных отношений и обусловленных ими ситуаций, проявляющегося в форме *переживаний, смыслотворчества, саморазвития*.

Важно отметить, что опыт позитивных отношений в детском объединении можно получить только в атмосфере взаимопонимания, сотрудничества, искренности, комфортной психологической обстановке, позволяющей каждому ребёнку и педагогу реализовать свой потенциал. Логика выстраивания образовательной модели с детьми строится на гармоничном переплетении образования, общения, деятельности, отношений, которые определяют позитивные изменения в детском коллективе и создают комфортную среду для творческой деятельности. Привлечение обучающихся к планированию жизни в детском сообществе, обеспечение вариативности их участия в делах коллектива, совместная выработка норм жизнедеятельности, сохранение ценностей, норм, традиций жизни определяют позитивные изменения в общности и в окружающей действительности и лежат в основе саморазвития ребёнка.

В образовательной деятельности детского объединения осуществляется не только приобретение знаний и навыков по конкретной программе, но и создаются условия для проявления инициативы, активности, творчества, лидерской позиции. При этом большое внимание уделяется созданию развивающей среды, закреплению мотивации к конкретному виду деятельности, выявлению и активизации внутренних ресурсов обучающихся.

Решение задачи общего развития обучающихся с использованием нестандартных форм и методов обучения и воспитания стимулирует активность обучающихся, ставит их в субъектную позицию, предоставляет им возможность для самовыражения, развивает их творческие способности. Программы формируют готовность к выбору разнообразных видов деятельности и продуктивного взаимодействия.

Обучающиеся получают возможность проявить и развить самостоятельность, творчество, реализовать свои интересы, применить свою находчивость, умение принимать верные решения в условиях быстро меняющихся ситуаций.

Предоставление возможности ребёнку выступить в самых разнообразных ролях, активно осваивать элементы различных жизненных ситуаций закрепляются в их сознании и поведении и откладывают отпечаток на дальней-

шую жизнь. Задача педагога в процессе реализации программы обеспечить педагогическую поддержку процесса развития и обогащение познавательных и социальных возможностей детей, помогать им занять активную позицию в коллективе, придать общественную направленность их увлечениям, сформировать самостоятельность и независимость в будущем, что является важным фактором формирования жизненного и профессионального самоопределения.

## 2. Характеристика детского объединения

Наименование: Настольный теннис

Направленность: Физкультурно-спортивная

Форма обучения: Индивидуальная, групповая

Возрастная категория :7-17 лет

Количество обучающихся в детском объединении: 15 человек

## 3. Цель, задачи воспитательной работы

**Цель воспитания** – формирование творческой воспитывающей среды в детском коллективе, способствующей формированию гармонично развитой личности, социально адаптированной и ответственной, профессионально ориентированной личности.

### **Задачи воспитания:**

1. Реализация потенциала детского объединения в воспитании обучающихся, поддержка активного участия обучающихся в жизни учреждения, укрепление коллективных ценностей:

- организация интересных и полезных для личностного развития обучающихся совместных воспитательных событий, коллективных творческих дел, способствующих укреплению традиций, формированию и развитию коллектива, самореализации детей и подростков и получению ими социального опыта, формирование поведенческих стереотипов, одобряемых в обществе;
- выработка норм и правил совместной жизнедеятельности;
- поддержка ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживание взаимоотношений с другими детьми, личный и социальный опыт в конкретных видах и направлениях деятельности, в том числе в рамках программного содержания);
- коррекция поведения ребенка через индивидуальные беседы с ним, его родителями (законными представителями), с другими членами детского объединения.

2. Реализация воспитательного потенциала дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- воспитание любви к родному краю;
- воспитание культуры поведения;

– воспитание ответственного отношения к природной и социокультурной среде.

3. Организация работы с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленной на совместное решение проблем личностного развития обучающихся;

4. Формирование позитивного уклада жизни учреждения и положительного имиджа и престижа МБУДО ЦДТ ст. Спокойной (далее ЦДТ).

#### 4. Направления и содержание деятельности

<b>Направления воспитания</b>	<b>Задачи воспитания</b>	<b>Тематические модули</b>
Учебные занятия по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам. Индивидуализация образовательного процесса. Профорientация.	Использование в воспитании детей возможностей учебного занятия по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам как источника поддержки и развития интереса к познанию и творчеству; содействие успеху каждого ребенка. Поддержка и развитие мотивации к саморазвитию и самореализации. Содействие приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе индивидуальных проб в совместной деятельности и социальных практиках.	«Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»
Организация воспитательной деятельности в детских объединениях	Организация воспитательной работы с коллективом и индивидуальной работы с обучающимися детского объединения.	«Воспитание в детском объединении»
Воспитательные мероприятия в детских объединениях и в ЦДТ	Активное включение обучающихся в планирование, подготовку, организацию и проведение значимых событий, способствующих сплочению и развитию детского коллектива, появлению новых знаний, нового опыта, нового способа деятельности.	«Ключевые культурно-образовательные события»

Организация воспитательной деятельности в каникулярный период	Формирование целостной системы каникулярного отдыха и оздоровления детей, их развитие на основе включения в разнообразную социально-значимую и личностно-ориентированную деятельность.	«Организация деятельности в каникулярный период»
Продуктивное взаимодействие с родителями	Вовлечение родителей в образовательное пространство учреждения, выстраивание партнёрских взаимоотношений в воспитании обучающихся, повышение психолого-педагогической культуры родителей на основе взаимных интересов.	«Взаимодействие с родителями»
Формирование предметно-эстетической среды	Создание атмосферы психологического комфорта, способствующего позитивному восприятию ребенком ЦДТ. Формирование положительного имиджа и престижа ЦДТ	«Предметно-эстетическая среда»

## 2.7. Список литературы

### Литература для педагога

1. Г.В. Барчукова, В.А. Воробьёв. Настольный теннис: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2006.
2. Г.С. Захаров. Настольный теннис: теоретические основы. Ярославль, Верхнее-Волжское книжное издательство, 2009.
3. О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.: 160 с., 2000.

### Литература для детей

1. А.Н. Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2007.
2. Ю.П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2008.
3. О.В. Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.: РГАФК, 2009.

**Диагностика для оценки развития личностных качеств учащихся  
(предметных и метапредметных) по программе  
«Настольный теннис»**

**Цель педагогической диагностики:** определение качества промежуточных и итоговых результатов реализации программы, развития личностных качеств учащихся, коррекция педагогического воздействия.

Диагностика состоит из:

- Диагностики качеств усвоения программы.
- Диагностики индивидуальных способностей.
- Диагностики развития технических навыков.

В процессе обучения учащихся отслеживаются *два вида результатов:*

- промежуточные (проверяется уровень освоения детьми программы за полугодие);
- итоговые (определяется уровень освоения программы за весь учебный год и по окончании всего курса обучения).

*Методы диагностики:*

- 1) решения учебно-познавательных задач;
- 2) решение учебно-практических задач;
- 3) наблюдение;
- 4) собеседование;
- 5) устный опрос.

*Формы фиксации и отслеживания результатов:* журнал.

Дифференцированный подход даёт возможность максимально конкретизировать учебные задачи, содержание, а также, осуществлять контроль и дать оценку результатам по трем уровням (низкий, средний, высокий). Применение дифференцированного подхода связан с улучшением преподавания, более точной диагностикой развития личности учащегося, раскрытием его творческого потенциала.

Педагогическая задача - правильно организовать учебный процесс, который будет стимулировать развитие способностей учащихся, создавать условия для реализации их возможностей. Ориентиром служат потребности и реальные возможности конкретного учащегося, а критерии (инструмент оценки учащегося) помогают определять и корректировать слабые стороны.

Уровень определяется по следующим критериям:

Анализ продукта творческой деятельности:

1. Передача формы движения ракеткой.
2. Передача движения тела.

Анализ процесса творческой деятельности:

3. Регуляция деятельности.
4. Уровень самостоятельности.
5. Владение техникой и тактикой игрой в настольный теннис.

Диагностика выявления степени овладения навыками творческой деятельности, оценки предметных и метапредметных результатов проводится с учетом критериев:

- 1) критерии оценки уровня овладения учащимися навыками игры в настольный теннис (применяются при *анализе продуктов деятельности*);
- 2) уровень оценки при анализе процесса *игры в соревнованиях*.

**Оценочные материалы**

**Таблица 1.1.** Критерии оценки предметных и метапредметных результатов в рамках программы «Настольный теннис»

За 20\_\_\_\_—20\_\_\_\_ учебный год

По всем критериям оценка дается по трехбалльной системе:

1-й – 1 балл; 2-й – 2 балла; 3-й – 3 балла. Все оценки показателей по каждому критерию и по каждому учащемуся суммируются. Наивысшее число баллов, которое можно получить - 30, наименьшее – 10 баллов.

№ п/п	Критерии	Уровень сформированности действия (оценочные баллы)	Кол-во детей	
			в сред. года	в конце года
<b>Анализ продукта творческой деятельности.</b>				
1.	<i>Передача формы движения ракеткой</i>	1 – искажения значительные, форма не удалась		
		2 – есть незначительные искажения		
		3 – форма передана точно		
2.	<i>Передача движения тела</i>	1 - движение статичное		
		2 - движение передано неопределённо, неумело		
		3 - движение передано достаточно чётко		
<b>Анализ процесса творческой деятельности.</b>				

№ п/п	Критерии	Уровень сформированности действия (оценочные баллы)	Кол-во детей	
			в серед. года	в конце года
3.	<i>Регуляция деятельности</i>	1 - безразличен к оценке взрослого деятельность не изменяется). Оценка ребёнком своей игры отсутствует. Не-эмоциональное отношение к заданию, процессу деятельности и продукту собственной деятельности.		
		2 - эмоционально реагирует на оценку взрослого (при похвале – радуется, темп работы увеличивается, при критике – снижает, деятельность замедляется или вовсе прекращается). Оценка ребёнком своей игры не адекватна (завышенная, заниженная). Средне эмоциональное отношение к заданию, процессу деятельности и продукту собственной деятельности.		
		3 - отношение к оценке взрослого: адекватно реагирует на замечания взрослого, стремиться исправить ошибки, неточности. Оценка ребёнком созданного им изображения адекватна. Очень ярко эмоциональное отношение к заданию, процессу деятельности и продукту собственной деятельности.		
4.	<i>Уровень самостоятельности</i>	1 - необходима поддержка и стимуляция деятельности со стороны взрослого, сам с вопросами к взрослому не обращается		
		2 - требуется незначительная помощь, с вопросами обращается редко.		
		3 - выполняет задание самостоятельно, без помощи педагога, в случае необходимости обращается с вопросами.		
5.	<i>Владение техникой и тактикой игрой в</i>	1 – учащиеся совершенно не владеют навыками игры (нет умения).		

№ п/п	Критерии	Уровень сформированности действия (оценочные баллы)	Кол-во детей	
			в серед. года	в конце года
	<i>настольный теннис</i>	2 – применяет технику и тактику игры только при помощи взрослого.		
		3 - самостоятельно применяет технику и тактику игры в соревнованиях		

Полученные результаты заносятся в таблицу в соответствии с проводимой диагностикой (промежуточная, или итоговая).

**Таблица 1.2.** Результаты мониторинга личностных качеств учащихся (предметных и метапредметных) за 20\_\_— 20\_\_ учебный год

№	Фамилия, имя учащегося	Кол-во баллов по каждому критерию																Итого баллов	
		На середину года		На конец года		На середину года		На конец года		На середину года		На конец года		На середину года		На конец года		На середину года	На конец года
		На середину года	На конец года	На середину года	На конец года	На середину года	На конец года	На середину года	На конец года	На середину года	На конец года	На середину года	На конец года	На середину года	На конец года				
1																			
2																			
...																			

На основе набранной суммы можно дифференцировать учащихся по уровню овладения навыками творческой деятельности. Низкий уровень 10-16, средний 17-23, высокий 24-30 баллов.

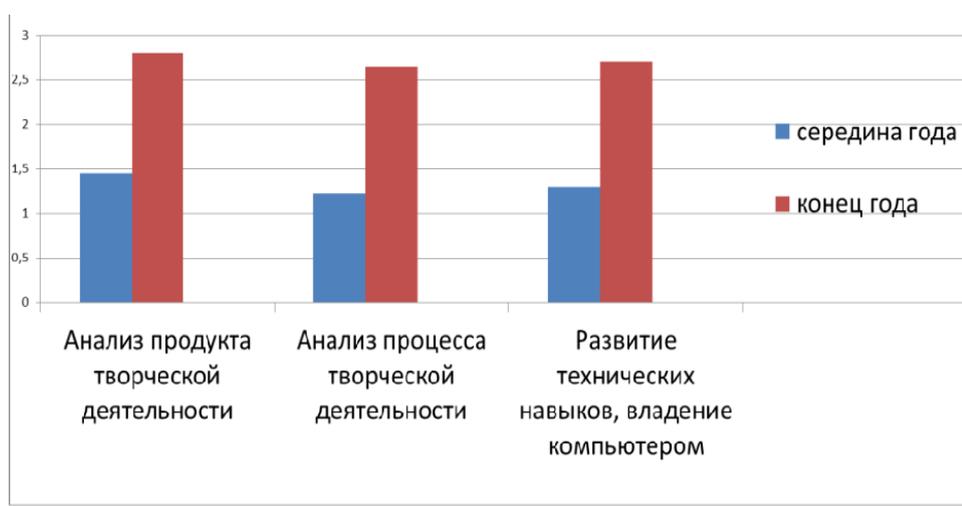
Для этого нужно создать ранговый ряд. Такой ранговый ряд можно построить и по каждому критерию отдельно.

Текущую диагностику можно построить на анализе продуктов деятельности, позволяющей определить уровень овладения учащимися навыками техники и тактики игры в настольный теннис.

По итогам составляется диаграмма, в которой представлена динамика уровней (низкий, средний, высокий) всей группы учащихся.

**Таблица 1.3. Определение качества промежуточных итоговых результатов реализации программы за 20\_\_\_\_\_ — 20\_\_уч. год.**

**Диаграмма развития**



**Результаты диагностического контроля**

№ п/п	ФИО учащихся	Форма аттестации	Уровень мотивации и интереса	Уровень творческих способностей
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Условные обозначения:



– высокий уровень знаний



— низкий уровень знаний



– средний уровень знаний

Всего аттестовано: \_\_\_\_\_

Высокий уровень: \_\_\_\_\_

Средний уровень: \_\_\_\_\_

Низкий уровень: \_\_\_\_\_

ФИО ПДО: \_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_

**Анкета**  
**для проведения анкетирования родителей (законных представителей) учащихся**  
**МБОУДО ЦДТ ст. Спокойной**

Уважаемые родители, с целью оценки удовлетворенности качеством оказания муниципальных услуг в сфере образования просим Вас заполнить анкету. Вашему вниманию предлагается анонимная анкета, отвечая на вопросы которой *Вам необходимо:*

- выставить оценку по пятибалльной шкале (*таблица № 1*);
- выбрать один вариант из предложенных ответов «да» или «нет» (*таблица №2*).

***Благодарим Вас за сотрудничество!***

**1.** Оцените следующие параметры Центра творчества, посещаемого Вашими детьми за 20 год по 5-балльной шкале (где 1- абсолютно не удовлетворен; 2-ниже среднего; 3-удовлетворительно; 4-хорошо; 5-совершенно удовлетворен).

**Таблица №1**

<b>СКОЛЬКО ЛЕТ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ? Подчеркнуть</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Учащийся 8-11 лет					
Учащийся от 11 до 14 лет					
Учащийся от 15 до 17 лет					
Информация о предоставляемых услугах в данной организации ЦДТ (наличие стенда, сайта, справочной информации на них)					
Квалификация педагога					
Наличие условий для самореализации учащихся (организация участия в концертной деятельности, всоревнованиях, фестивалях, смотрах, конкурсах)					
Удобство графика проведения занятий					
Вежливость, тактичность и доброжелательность педагога					
Удобство местоположения, наличие развитой транспортной инфраструктуры рядом с учреждением					

Уровень комфортности пребывания в организации (чистота в помещениях, оформление, озеленение, наличие гардероба)					
Обеспечение безопасной образовательной среды					
Уровень соответствия оборудования помещений оказываемой услуге					
Доступность дополнительных услуг					
Какова, на ваш взгляд, учебная нагрузка вашего ребенка на занятиях.					
Создание условий для обучения детей с ОВЗ, детей-инвалидов					

**2. С какими проблемами Вам лично приходилось сталкиваться при получении услуг в учреждении?**

**Таблица №2**

	Да	Нет
Сложно добраться до организации, отсутствие развитой транспортной инфраструктуры		
Удовлетворены ли Вы качеством предоставляемых дополнительных образовательных услуг Вашему ребенку?		
Слабая материально-техническая база		
Низкая профессиональная квалифицированная подготовка педагога		
Отвечает ли Вашим и Вашего ребенка интересам набор предлагаемых дополнительных образовательных услуг в образовательном учреждении, которое Вы посещаете?		
Возникали трудности ознакомиться с программами, по которым занимается Ваш ребенок в объединении?		
С большим ли интересом Ваш ребенок идет заниматься в объединение?		
Недостаточное количество теоретических занятий		
Мало практических занятий		
Невнимательное отношение к детям		
Не соблюдаются правила безопасности		
Трудно было устроить ребенка в данную организацию из за нехватки мест		
Ваш ребенок получает дополнительное образование на бюджетной основе (бесплатно)?		

Ваш ребенок получает дополнительное образование на платной основе?		
Считаете ли Вы, что в учреждении проводится работа по противодействию коррупции (информация на стенде, сайте учреждения, телефон обращения о фактах коррупционной направленности т.д.)?		
Не было никаких проблем		

Что может помешать занятиям Вашего ребенка в дополнительном образовании? \_\_\_\_\_

### *«Изучение мотивации выбора образовательного учреждения»*

#### **1. Из каких источников Вы узнали о деятельности Центра детского творчества?**

Из объявления в .....	Информация из Интернета .....	От знакомых, посещающих занятия во Дворце	Укажите другие источники

#### **2. На чем основывается Ваше решение отдать ребенка в наше учреждение дополнительного образования?**

Желание получить знания, умения, навыки в какой-либо области	Профессиональный выбор	Тем, чем занимаются друзья ребенка	Профессионализм педагога	Укажите другие причины

#### **3. Что для Вас главное в работе нашего учреждения?**

Педагоги	Комфортность занятий	Возможность посещения нескольких объединений	Укажите другие причины

**4. Показателями результативности деятельности Центратворчества для Вас являются:**

Достижения ребенка в различных конкурсах, смотрах, соревнованиях	Осознанный выбор (мотивация на профессию)	Поступление в ВУЗ, СУЗ	Развитие творческих способностей (или других личностных качеств)	Другое .....

**5. Участвуете ли Вы в жизни детского объединения, в котором занимается Ваш ребенок? (в организации и проведении массовых мероприятий, помощь в материально-техническом оснащении, посещение текущих тематических мероприятий, занятий, соревнований, экскурсий ...)\_**

---

**6. Готовы ли Вы платить за услуги дополнительного образования? Если «да», то за какие (перечислите их)**

---

**Спасибо за ответы!**

**Анкета для обучающихся (в возрасте от 10 лет и старше) МБОУДО ЦДТ ст. Спокойной**

*Дорогой друг!*

*Для изучения мнения об удовлетворенности занятиями, пожалуйста, оставь свое мнение, ответив на вопросы анонимной анкеты.*

**1. Название объединения (студии, секции, клуба), где ты получаешь дополнительное образование**

---

---

**2. В каких объединениях Центра творчества ты еще занимаешься?**

---

---

**3. Откуда ты узнал об объединении, в котором занимаешься? (можно отметить несколько вариантов ответов)**

1. Из средств массовой информации
2. Из социальных сетей
3. От друзей и знакомых
4. Из Интернет-сайта МБОУДО ЦДТ ст. Спокойной
5. В школе
6. От родителей
7. В этом учреждении занимаются (занимались) мои братья и сестры, мои родители

*Иное* \_\_\_\_\_

**4. Какова твоя цель? (отметить свои главные варианты ответов, 3-4)**

1. Узнать новое и интересное
2. По желанию родителей
3. Научиться новой деятельности
4. С пользой провести свободное время
5. Развить свои способности
6. Здесь занимается друг (подруга)

7. Найти новых друзей и общаться с ними
  8. Преодолеть трудности в учебе
  9. Узнать больше о будущей профессии
  10. Достичь высоких результатов в данном виде творчества
  11. ИНОЕ (что именно)
- 
- 

**5. Что тебе больше всего нравится во Дворце творчества?**

*(отметить вар. отв.)*

1. Просторное, уютное учреждение, вид, оформление
  2. Удобное расположение
  3. Большой выбор направлений деятельности
  4. Педагог и его интересные занятия
  5. Хорошее материально-техническое оснащение занятий
  6. Творческая, (спортивная) насыщенная жизнь (концерты, конкурсы, фестивали, соревнования т.д.)
  7. Понимание, душевный уют и комфорт
  8. Есть возможность проявить себя как самостоятельную личность
  9. Новые интересные знания
  10. Иное (что именно) \_\_\_\_\_
- 

**6. Сколько лет ты занимаешься в этом учреждении? \_\_\_\_\_**

**7. Оцени нужность и важность предлагаемого учебного материала занятий**

1. Много теоретического материала
2. Хочется больше нагрузки
3. Нагрузка незначительна, но мне этого достаточно
4. Слишком большая нагрузка

**8. Оцени свои успехи (отметь один вариант ответа)**

1. Меня вполне устраивает
2. Меня скорее не устраивает, хотелось бы большего
3. Их очень мало, не получается

**9. Как ты справляешься с личными проблемами, если они у тебя возникают. К кому обращаешься за помощью?**

1. К педагогу твоего объединения
2. К друзьям из моего коллектива
3. Сам
4. К родителям
5. Свой вариант ответа \_\_\_\_\_



**Разминка для глаз**

*Круговые движения.* Сделайте круговые движения глазами по часовой стрелке, а потом против. Не старайтесь делать это быстро, лучше всего круги глазами делать медленно и плавно, повторите по несколько раз в одну и в другую сторону. *Взгляд на палец.* Вытяните перед собой руку с отставленным пальцем. Смотрите на кончик пальца и медленно приближайте руку к себе, коснитесь пальцем носа не отводя своих глаз, потом медленно выпрямите свою руку не отводя взгляд от своего пальца. Повторите несколько раз.

*Взгляд вверх-вниз.* Медленно посмотрите наверх, а потом вниз, при этом двигаться должны только глаза, а голова оставаться на месте. Повторите движение несколько раз. *Вправо-влево.* Посмотрите вправо, а потом влево, голова должна оставаться на месте и не следовать за взглядом.

*Поморгать.* Держите взгляд перед собой, начните медленно моргать, постепенно увеличивая темп. Прodelайте это упражнение с небольшими перерывами в течение минуты. Зажмурьтесь. Закройте глаза и посидите так несколько секунд, потом сильно зажмурьтесь и откройте глаза, прodelайте это упражнение несколько раз.

**Разминка для шеи**

Для этого лучше всего встать и выполнять движение стоя возле своего рабочего стола. Но можно делать и сидя, только обязательно выпрямите свою спину.

*Круговые движения.* Медленно поворачивайте голову сначала по часовой стрелке, а потом после. Спину держите прямо.

*Наклоны вправо-влево.* Медленно, плавными движениями наклоните свою голову вправо, а потом влево, прodelайте это движение по 10 раз в каждую сторону.

*Наклон вперед-назад.* Также медленными и плавными движениями наклоните свою голову вперед, пока подбородок не упрется, а потом отведите голову назад. Спина должна быть ровной, а движения мягкими.

*Поворот головы.* Спина должна быть прямой, а взгляд держите перед собой. Плавными движениями поворачивайте голову вправо, а потом влево до упора.

*Горизонтальные движения.* Это движение не у всех получается сразу, но если приложить немного усилий, то оно у вас обязательно получится. Спину держите ровно, плечи на месте, двигайте голову горизонтально вправо и влево, при этом не поворачивая голову.

**Разминка для рук**

*Круговое движение кистью.* Вытяните перед собой руки, сожмите ку-

лаки и вращайте ими сначала в одну, а потом в другую сторону. Так вы разомнете свои запястья, которые напрягаются во время работы за компьютером.

*«Мы писали, мы писали наши пальчики устали».* Всем известное движение, еще в школе учителя делают это упражнение вместе с учащимися. Вытяните перед собой руки и расставьте пальцы во все стороны, а потом резкими и быстрыми движениями сжимайте и разжимайте пальцы.

*Прямая ладонь.* Выпрямите руки перед собой, пальцы вместе. Потяните ладонь на себя, а потом вниз.

### ***Разминка плеч***

*Круговые движения.* Эти движения лучше выполнять стоя, с прямой спиной. Медленными и плавными движениями описывайте круг своими плечами, сначала вперед, а потом назад. Повторите по несколько раз.

*Пожимаем плечами.* Спина прямая, поднимите плечи вверх, как будто бы пожимаете плечами, а потом опустите их вниз. Повторите несколько раз.

### ***Разминка для ног***

Постучите носками по полу, а потом пятками, повторите это по несколько раз. Медленными движениями перемещайте стопу ноги, сначала поставьте её на внешнюю сторону стопы, а потом на внутреннюю.

Когда сидите, старайтесь не класть ногу на ногу, это препятствует кровообращению в ногах.