

Управление образования Администрации Новоуральского городского округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»

Принята
на заседании методического совета
МАУ ДО «ЦВР»
Протокол № 5 от «09» июня 2026 г.

Утверждена
приказом директора
МАУ ДО «ЦВР»
№ 106 од от «09» июня 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Физкультурно-спортивной направленности

«Настольный теннис для детей»

Возраст обучающихся: 10 – 17 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Русинов Дмитрий Евгеньевич

педагог дополнительного образования

Содержание

1.	Основные характеристики	3
	1.1. Пояснительная записка	4
	1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы	5
	1.3. Содержание общеразвивающей программы	6
	1.3.1. Учебный план	6
	1.3.2. Учебный (тематический) план	6-10
	1.3.3. Содержание учебного (тематического) плана	6-10
	1.4. Планируемые результаты	11
2.	Организационно-педагогические условия	11
	2.1. Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год	11
	2.2. Условия реализации программы	12
	2.2.1. Материально-техническое обеспечение	12
	2.2.2. Кадровое обеспечение	12
	2.2.3. Методические материалы	12
	2.3. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы	13
3.	Список литературы	15
	3.1. Нормативные документы	15
	3.2. Литература, использованная при составлении программы	16
	3.3. Литература для обучающихся и родителей	17
4.	Аннотация	17
5.	Приложения	18

1. Основные характеристики

1.1. Пояснительная записка

Направленность: физкультурно-спортивная

Программа направлена: на осуществление собственной досуговой деятельности ребёнка, организацию его двигательной активности, развитие у него личностных и волевых качеств, на умение постоянно совершенствовать свои навыки и умения в настольном теннисе, посредством освоения технических элементов и тактики игры, на популяризацию настольного тенниса как вида спорта.

Нормативно правовая основа программы. Программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

4. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 21.06.2021 № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2023 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. В современных условиях образовательные учреждения призваны выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей.

В «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 №678-р) указано: «В рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта необходимо создать условия для вовлечения детей ... в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, развивать командные, индивидуальные и игровые виды деятельности, способствующие физическому, духовному, интеллектуальному, здоровью сберегающему и патриотическому воспитанию детей».

Актуальность. Актуальность программы обусловлена рядом обстоятельств:

1. Приоритетным направлением государственной политики по сохранению и укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни;

Основная цель политики государства состоит в оздоровлении нации, формировании здорового образа жизни населения, гармоничном воспитании здорового, физически крепкого поколения. Но, прежде всего, здоровье нации зависит от каждого из нас.

2. Возрастанием интереса детей и молодёжи к настольному теннису, как к одному из любимых видов спорта, способствующему всестороннему развитию физических качеств, востребованностью детьми и родителями.

Игра в настольный теннис может быть прекрасным способом проведения досуга. Она популярна и доступна. Поскольку как вид спортивных и подвижных игр настольный теннис не требует больших материальных затрат, места для тренировок и спортивных соревнований. Эта игра доступна как взрослым, так и детям разных физических возможностей и способностей.

Отличительные особенности программы, новизна.

К особенностям дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис для детей» можно отнести то, что занятия по данной программе будут, с одной стороны, сходными с занятиями в спортивной школе, т.к. каждый технический элемент будет изучаться системно (многократно повторяться, отшлифовываться, дорабатываться в связках

с другими элементами), с другой стороны, большое внимание будет уделяться основной и специальной физической подготовке ребёнка, ведь многократное повторение того или иного технического элемента требует физических сил и выносливости, которые необходимо наработать, чтобы правильно выполнять все технические элементы в той или иной игровой ситуации.

Наряду с учебно-тренировочным процессом, как и в первый год обучения, будут проводиться эстафеты, игры, турниры, совместные мероприятия с родителями, но уже с применением технико-тактических элементов настольного тенниса. Достаточно подготовленные учащиеся будут принимать участие в городских соревнованиях, на практике отрабатывая то, чему научились.

Адресат. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис для детей» ориентирована на обучение детей от 10 до 17 лет. Немаловажным фактором является возможность заниматься спортивной игрой детям с различным уровнем начальной физической подготовленности, отсутствие конкурсного отбора для поступления в объединение. Возрастные тенденции на современном этапе характеризуются большей дифференциацией интересов, нарастанием многообразия формирующихся у подростков стихийно или целенаправленно индивидуальных стилей деятельности. Реальной становится осознанность выбора собственного образовательного маршрута, в чём совершенствоваться и какими средствами, в том числе и через профессиональные пробы.

Группы формируются в количестве:

1 год обучения – до 15 человек;

2 год обучения – до 12 человек.

В учебные группы принимаются дети, прошедшие медицинский осмотр и допущенные к занятиям врачом. В тоже же время, в отличие от спортивных школ, в рамках данной программы отсутствует жесткий отбор детей по способностям. В детское объединение «Настольный теннис для детей» допускаются ребята разных способностей, возрастных групп и физической подготовки, а также учащиеся, прошедшие ознакомительный – стартовый уровень и вновь прибывшие, имеющие соответствующий уровень готовности с учётом медицинских показаний.

Режим занятий.

Продолжительность одного академического часа – 40 минут.

Перерыв между академическими часами – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Объём общеразвивающей программы – 288 часов.

Программа рассчитана на 2 года обучения:

1 год обучения: 144 часа в год,

2 год обучения: 144 часа в год.

Особенности организации образовательного процесса.

Содержание программы включает учебно-развивающий и социокультурный блоки. Реализация учебно-развивающего блока направлена на формирование:

- начальных знаний терминологии, этикета в настольном теннисе, правила: ведения игры на счёт, поведения на соревнованиях, судейства, об особенностях инвентаря, ракетки – основания, накладки.

- умений выполнения и использования основных технических элементов - накат, топспин, срезка, подрезка, скидка, подставка (справа-слева), разновидности подач. Тактических приемов игры в настольный теннис: защитный стиль, нападающий стиль, смешанный (комбинированный) стиль, тактика защитника против нападающего и наоборот, тактика игрока смешанного стиля против защитника, нападающего.

Реализация социокультурного блока программы направлена на участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, в детском самоуправлении, гуманитарной и социально-значимой деятельности, развитие духовных и нравственных качеств ребенка,

удовлетворение его индивидуальных потребностей, формированию общей культуры поведения и обеспечению будущей адаптации и социализации в обществе.

При необходимости (введение ограничительных мер, связанных с распространением инфекционных заболеваний) некоторые разделы содержания программы могут осваиваться обучающимися с применением электронного обучения и дистанционных технологий. Взаимодействие обучающихся и педагога осуществляется на платформе «Сферум».

Уровень общеразвивающей программы: базовый

Перечень форм обучения: очная с использованием дистанционных технологий.

Перечень видов занятий: беседа, лекция, практическое занятие (занятие носит тренировочный, самостоятельно-тренировочный и обучающий характер, тип занятия – комбинированный тренинг), открытое занятие с родителями, мастер-класс.

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы: практические задания (сдача нормативов), соревнования, контрольные игры.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: развитие устойчивого интереса к занятиям, формирование физических и личностных качеств обучающихся посредством освоения тактико-технических элементов настольного тенниса в процессе повышения уровня своего мастерства.

Задачи общеразвивающей программы.

Обучающие задачи: познакомить с терминологией, этикетом в настольном теннисе, правилами ведения игры на счёт, правилами поведения на соревнованиях, судейства, дать представление об особенностях инвентаря, ракетки – основание, накладка, познакомить со спец. оборудованием – тренажерами (принцип работы, техника безопасности, виды тренажёров); обучить основным приемам выполнения техники: наката справа (слева), срезки справа (слева), подрезки справа (слева), подставки справа (слева), топ-спина справа (слева), свеча, основных видов подач (топор, маятник, веер, комбинированные подачи), формы распознавания подач соперника; дать представления об особенностях вращения мяча при различных ударах, подачах; дать представление об основах тактики игры: защитный стиль, нападающий стиль, смешанный (комбинированный) стиль, тактика защитника против нападающего и наоборот, тактика игрока смешанного стиля против защитника, нападающего.

Воспитательные задачи:

- содействовать гражданско-патриотическому и духовно-нравственному воспитанию;
- стимулировать участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, в детском самоуправлении и гуманитарной деятельности;
- способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью, навыков безопасного поведения в том числе в интернет-среде;
- содействовать развитию ценностное отношение (проявлять уважение) к людям, к самому себе, к своему здоровью и жизни;
- содействовать участию в практической экологической деятельности на основе повышения уровня экологической культуры.

Развивающие задачи:

- способствовать формированию навыков самоорганизации и самоконтроля;
- развивать умение управлять собственными эмоциями, выявлять и анализировать причины эмоций, принимать себя и других;
- развивать готовность осуществлять познавательную деятельность на основе логических и исследовательских умений;
- развивать умение осуществлять поиск, отбор, анализ, систематизацию информации;
- развивать умение осуществлять как личную, так и деловую коммуникацию, совместную деятельность.

**1.3. Содержание общеразвивающей программы
Учебный план.**

Уровень сложности	Год обучения	Разделы (модули)	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
			Всего	Теория	Практика	
Стартовый	1	Основы знаний	18	10	8	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
		Общая специальная физическая подготовка.	28	2	26	
		Базовые движения.	18	2	16	
		Основы специальной силовой подготовки	20	2	18	
		Техника и тактика игры	18	2	16	
		Тренировочные игры.	18	2	16	
		Социокультурный блок	24	6	18	
		Итого			144	
Базовый	2 год	Основы знаний	18	10	8	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
		Общая специальная физическая подготовка.	28	2	26	
		Базовые движения.	18	2	16	
		Основы специальной силовой подготовки	20	2	18	
		Техника и тактика игры	18	2	16	
		Тренировочные игры.	18	2	16	
		Социокультурный блок	24	6	18	
		Итого			144	
Всего по программе			288	52	236	

Учебный (тематический) план 1 года обучения

№ п/п	Разделы, модули	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Общее	Теория	Практика	
Учебно-развивающий блок		120	20	100	
1.	Основы знаний	18	10	8	Опрос, собеседование

2.	Общая специальная физическая подготовка.	28	2	26	Опрос, собеседование
3.	Базовые движения.	18	2	16	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
4.	Основы специальной силовой подготовки	20	2	18	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
5.	Техника и тактика игры	18	2	16	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
6.	Тренировочные игры.	18	2	16	Контрольные игры, педагогическое наблюдение.
Социокультурный блок		24	6	18	
7.	Комплектование группы, знакомство с программой, беседы по технике безопасности и охране труда.	8	4	4	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
8.	Участие в юбилейных мероприятиях МАУ ДО «ЦВР». Презентация итогов работы группы перед родителями.	8	2	6	
9.	Мастер классы с ведущими игроками г. Новоуральска, беседы по тактике игры и этикету в настольном теннисе	8		8	
ИТОГО:		144	20	124	

№	Раздел Тема	Содержание	Формы аттестации
Учебно-развивающий блок			
1.	Теория Основы знаний	1.Соблюдение техники безопасности на занятиях настольного тенниса, вводные инструктажи. 2.Краткий обзор состояния и развития настольного тенниса в России и основные тенденции развития в мировом теннисе. 3.Терминология и этика настольного тенниса. 4.Влияние физических упражнений на строение и функции организма человека. 5.Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов. 6.Правила игры, поведения на соревнованиях,	Фронтальный опрос, анкетирование.

		судейства. 7.Ивентарь и оборудование (особенности). 8. Значение и особенности и мышечной системы человека, гармоничное развитие основных групп мышц, травмобезопасность на силовых тренировках, особенности упражнений на развитие мышц задействованных в настольном теннисе.	
2.	Практика Общая и специальная физическая подготовка	Разминка, растяжка, упражнения со скакалкой, спец. упражнения на передвижение, упражнения на контроль мяча, имитационные упражнения технических приёмов с ракеткой у стола.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
3.	Базовые движения	Основные стойки игрока (слева, справа, нейтральная). Исходное положение при подаче и приёме подачи стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Способы держания ракетки.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
4.	Основы специальной силовой подготовки	Комплекс специальных упражнений, для укрепления мышц рук, ног, спины, плечевого и брюшного пояса задействованных в настольном теннисе с использованием гантелей (1 кг) и гимнастической палки.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
5.	Техника и тактика игры	Основные виды передвижений при игре в настольный теннис (шаги, выпады, прыжки). Перемещения близко у стола и в средней зоне. Правильная хватка ракетки и способы игры. Удары по мячу без вращения (толчок, откидка, подставка, свеча) справа, слева. Удары с вращениями (накат, топспин, топсудар, срезка, подрезка) справа, слева. Отработка техники ударов на тренажёрах «велоколесо» и «пушка», БКМ. Тактика игры: защитника, нападающего, смешанный стиль, защитника против нападающего и наоборот. Виды вращений мяча (нижнее, верхнее, боковое, смешанное). Разновидности и виды подач. Приём подач (формы распознавания подач соперника)	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
6.	Тренировочные игры.	Участие в соревнованиях внутри объединения. Контрольные игры. Мониторинг: входной – сентябрь; текущий – декабрь; итоговый – май.	Контрольные упражнения, анкетирование.
7.	Социо-культурный	Комплектование группы, знакомство с программой, беседы по технике безопасности и охране труда.	Фронтальный опрос,

	блок		анкетирование.
8.		Участие в юбилейных мероприятиях МАУ ДО «ЦВР». Презентация итогов работы группы перед родителями.	Педагогическое наблюдение
9.		Мастер классы с ведущими игроками г. Новоуральска, беседы по тактике игры и этикету в настольном теннисе	Педагогическое наблюдение

Учебный (тематический) план 2 года обучения

№ п/п	Разделы, модули	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Общее	Теория	Практика	
Учебно-развивающий блок		120	20	100	
1.	Основы знаний	18	10	8	Опрос, собеседование
2.	Общая специальная физическая подготовка.	28	2	26	Опрос, собеседование
3.	Базовые движения.	18	2	16	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
4.	Основы специальной силовой подготовки	20	2	18	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
5.	Техника и тактика игры	18	2	16	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
6.	Тренировочные игры.	18	2	16	Контрольные игры, педагогическое наблюдение.
Социокультурный блок		24	6	18	
7.	Комплектование группы, знакомство с программой, беседы по технике безопасности и охране труда.	8	4	4	Контрольные игры, педагогическое наблюдение
8.	Участие в юбилейных мероприятиях МАУ ДО «ЦВР». Презентация итогов работы группы перед родителями.	8	2	6	
9.	Мастер классы с ведущими игроками г. Новоуральска, беседы по тактике игры и этикету в настольном теннисе	8		8	
	ИТОГО:	144	14	130	

Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения

№	Раздел Тема	Содержание	Формы аттестации
1.	Теория Основы знаний	1. Соблюдение техники безопасности на занятиях настольного тенниса, вводные инструктажи. 2. Краткий обзор состояния и развития настольного тенниса в России и основные тенденции развития в мировом теннисе. 3. Терминология и этика настольного тенниса. 4. Влияние физических упражнений на строение и функции организма человека. 5. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов. 6. Правила игры, поведения на соревнованиях, судейства. 7. Инвентарь и оборудование (особенности). 8. Значение и особенности мышечной системы человека, гармоничное развитие основных групп мышц, травмо безопасность на силовых тренировках, особенности упражнений на развитие мышц задействованных в настольном теннисе.	Фронтальный опрос, анкетирование.
2.	Практика Общая и специальная физическая подготовка	Разминка, растяжка, упражнения со скакалкой, спец. упражнения на передвижение, упражнения на контроль и чувство мяча, имитационные упражнения технических приёмов с ракеткой у стола.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
3.	Базовые движения	Повторение и закрепление пройденного материала в 1 году обучения. Основные стойки игрока (слева, справа, нейтральная). Исходное положение при подаче и приёме подачи стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Способы держания ракетки.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
4.	Основы специальной силовой подготовки	Комплекс специальных упражнений, для укрепления мышц рук, ног, спины, плечевого и брюшного пояса задействованных в настольном теннисе с использованием гантелей (1 кг) и спортивного жгута.	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.
5.	Техника и тактика игры	Повторение и закрепление пройденного материала в 1 году обучения. Основные виды передвижений при игре в настольный теннис (шаги, выпады, прыжки).	Контрольные упражнения, педагогическое наблюдение.

		Перемещения близко у стола и в средней зоне. Правильная хватка ракетки и способы игры. Удары по мячу без вращения (толчок, откидка, подставка, свеча) справа, слева. Удары с вращениями (накат, топспин, топсудар, срезка, подрезка) справа, слева. Отработка техники ударов на тренажёрах «велоколесо» и «пушка», БКМ. Тактика игры: защитника, нападающего, смешанный стиль, защитника против нападающего и наоборот. Виды вращений мяча (нижнее, верхнее, боковое, смешанное). Отработка комбинаций: подача – подрезка – накат – топспин и применение их в игровых ситуациях. Разновидности и виды подач. Приём подач (формы распознавания подач соперника)	
6.	Тренировочные игры.	Участие в соревнованиях внутри объединения, а также в клубе «Сатори» - командные встречи между командами «ЦВР» и «ДЮСШ». Контрольные игры. Входной: сентябрь. Текущий: декабрь. Итоговый: май.	Контрольные упражнения, игры, анкетирование.
7.	Социо-культурный блок	Комплектование группы, знакомство с программой, беседы по технике безопасности и охране труда.	Фронтальный опрос, анкетирование.
		Участие в юбилейных мероприятиях МАУ ДО «ЦВР». Презентация итогов работы группы перед родителями.	Педагогическое наблюдение
		Мастер классы с ведущими игроками г. Новоуральска, беседы по тактике игры и этикету в настольном теннисе	Педагогическое наблюдение

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты

Обучающийся научится

- этикету в настольном теннисе, терминологии, правилами поведения на соревнованиях, судейства.
- основным приемам техники игры и тактических действий на основе координации движений, быстроты реакции, гибкости, силы и выносливости, наблюдательности, внимания, глазомера, тактического мышления, инициативы.
- правилам игры и способам начисления очка при игре на счет;
- активно сотрудничать с другими детьми на занятии
- разбираться в особенностях инвентаря.
- применять полученные навыки в игровой и соревновательной деятельности.

Личностные результаты.

- Уважительно относятся к достижениям своей Родины, к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию;

- Активно участвуют в жизни семьи, организации, в детском самоуправлении; гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);
- Оценивают свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- Ответственно относятся к своему здоровью, соблюдают правила безопасности, в том числе в интернет-среде;
- Стремятся к самовыражению в избранном виде деятельности, понимают ценность отечественного и мирового спорта;

Имеют возможность сформировать

- ценностное отношение к людям, к самому себе, к своему здоровью и жизни;
- адекватную самооценку собственных возможностей

Метапредметные результаты.

Регулятивные

- Владеют навыками самоорганизации и самоконтроля;
- Умеют управлять собственными эмоциями, выявлять и анализировать причины эмоций, принимать себя и других;

Познавательные

- Демонстрируют готовность осуществлять познавательную деятельность на основе логических и исследовательских умений;
- Умение осуществлять поиск, отбор, анализ, систематизацию информации;

Коммуникативные

- Осуществляют как личную, так и деловую коммуникацию, совместную деятельность.

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	Даты, сроки
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	72
3.	Количество часов в неделю	4
4.	Количество часов	144
5.	Количество недель в 1 полугодии	17
6.	Количество недель в 2 полугодии	19
7.	Начало занятий	01.09.2026
8.	Выходные дни	31.12.2026 – 12.01.2027
9.	Окончание занятий	31.05.2027

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Сведения о помещении, в котором должны проводиться занятия:

№	Наименование	Количество (шт.)
1.	Спортивный зал.	1
2.	Стол теннисный.	5
3.	Сетка.	6
4.	Ракетки (приобретаются родителями обучающихся).	24
5.	Скакалки.	24
6.	Мячи теннисные (***)	300
7.	Барьеры – ограждения (0,75*1,4 м).	12

8.	Спортивная форма и обувь для занятий приобретается родителями обучающихся	-
9.	Тренажер – «пушка» (электрический).	1
10.	Тренажер – «велоколесо», «мяч на спице»	3

Кадровое обеспечение. Программу может реализовывать педагог, имеющий педагогическое образование, владеющий всеми техническими элементами и приёмами в настольном теннисе, имеющий разряд по настольному теннису.

Методические материалы. Описание методов обучения, воспитания, педагогических технологий, форм, алгоритма занятия.

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения. Педагогические технологии	Формы учебного занятия
1.	Основы знаний	Барчукова Г.В., Богушас В.М.М., Матыцин О.В. «Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Г. В. Барчуковой. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. Худец Р. «Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым». – М.: «ВистаСпорт», 2005.	Словесные (беседа, объяснение, инструктаж); наглядные (наблюдение, иллюстрации); практические (упражнения); технология личностно-ориентированного обучения; практические (упражнения); использование дистанционных технологий.	Занятие-игра, практическое занятие, ролевые игры, дискуссии, соревнования, турниры
2.	Общая специальная физическая подготовка.			
3.	Базовые движения.			
4.	Основы специальной силовой подготовки			
5.	Техника и тактика игры			
6.	Тренировочные игры.			

2.3. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы

	Планируемые результаты	Критерии оценивания	Виды контроля/промежуточной аттестации	Диагностический инструментальный (формы, методы диагностики)
	Предметные (базовый уровень)			
Теоретическая	Знает и соблюдает правила гигиены и техники безопасности на занятии	0 – владеет менее чем половиной объема знаний по теме;		Педагогическое наблюдение. Собеседование, викторины. Открытое занятие.
	Знает правила игры в	1 – объем		

я подготовка	теннис, выполнения физических упражнений	усвоенных обучающимся знаний по теме составляет более половины; 2 – освоил весь объем знаний по теме.	Входной – выявление уровня готовности к освоению программы. Текущий – контроль освоения содержания программы на учебном занятии. Промежуточный – определение степени освоения обучающимися содержания программы. Итоговый – выявление степени соответствия знаний, умений, навыков, творческих достижений обучающихся планиваемым результатам.	Педагогическое наблюдение. Контрольное выполнение упражнений. Открытое занятие. Выступление на концерте для родителей.		
	Знает основные правила этикета в настольном теннисе, терминологии, правилами поведения на соревнованиях, судейства.					
Практическая подготовка	Владеет основными приемами техники игры и тактических действий на основе координации движений, быстроты реакции, гибкости, силы и выносливости, наблюдательности, внимания, глазомера, тактического мышления, инициативы	0 – владеет менее чем половиной объема практических умений, навыков; 1 – объем усвоенных практических умений и навыков составляет более половины; 2 – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой				
	Творческие способности	Владеет навыками самоконтроля физического состояния			0 – не принимает участие в концертах, выступлениях; 1 – принимает участие в концертах, выступлениях; 2 – принимает активное участие в концертах, выступлениях.	Педагогическое наблюдение. Открытое занятие. Выступление на концерте для родителей.
		Применяет полученные навыки в игровой и соревновательной деятельности.				
Выполняет творческие задания для повышения собственного физического уровня						

Личностные	Осознают гражданскую идентичность Обладают гражданским самосознанием Ответственно относятся к своему здоровью, соблюдают правила безопасности, в том числе в интернет-среде; Осознание важности обучения на протяжении всей жизни; Понимают ценность отечественного и мирового искусства	1 – признак выражен в достаточной степени 2 – признак присутствует в средней степени 3 – признак выражен на высоком уровне	Входной мониторинг (уровень подготовленности к освоению программы; уровень мотивации). Промежуточный мониторинг по итогам 1 полугодия (уровень освоения содержания программы, уровень достижений ребенка). Итоговый мониторинг по итогам учебного года (уровень освоения содержания программы, уровень достижений ребенка, уровень удовлетворенности процессом и результатом обучения).	Педагогическое наблюдение, анкетирование, опрос.
Метапредметные	Владеют способами деятельности, характерными для сохранения физического здоровья, значимой для различных сфер человеческой деятельности Владеют навыками самоорганизации и самоконтроля.	1 – владеет менее чем половиной объема практических умений, навыков; 2 – объем усвоенных практических умений и навыков составляет более половины; 3 – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой	Входной – выявление уровня готовности к освоению программы. Текущий – контроль освоения содержания программы на учебном занятии. Промежуточный – определение степени освоения обучающимися содержания программы. Итоговый – выявление степени соответствия знаний, умений, навыков планируемым результатам.	Педагогическое наблюдение. Собеседование, викторины. Открытое занятие. Участие в конкурсных мероприятиях разного уровня (тесты, опросы) Контрольное выполнение упражнений

3. Список литературы

Нормативные документы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 года);
4. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ до 2025 года»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
6. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 21.06.2021 № Р-126 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей, выявление и поддержка лиц, проявивших выдающиеся способности»;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
11. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный от 22.09.2021 № 652н, Трудовая функция 3.1.5. Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы;
12. Решение Совета при Президенте Российской Федерации по реализации государственной политики в сфере защиты семьи и детей от 01.06.2021 на тему «Развитие системы дополнительного образования, выявления и сопровождения талантливых детей и молодежи»;
13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
14. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
15. Постановление Правительства Свердловской области от 07.12.2017 № 900-ПП «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Свердловской области до 2025 года»;
16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 06.05.2022 № 434-Д «Об утверждении Концептуальных подходов к развитию дополнительного образования детей в Свердловской области»;

17. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
18. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
19. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
20. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр внешкольной работы» от 2013 года с изменениями;
21. Порядок предоставления муниципальной услуги «Запись на обучение по дополнительной образовательной программе в МАУ ДО «ЦВР» от 2022 года.

Литература, использованная при составлении программы.

1. Барчукова Г.В., Богушас В.М.М., Матыцин О.В. «Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Г. В. Барчуковой. - М. : Издательский центр «Академия», 2006.
2. Амелин В.А. «Настольный теннис». – М.: «Физкультура и спорт», 1999. — (Азбука спорта).
3. Барчукова Г.В. «Настольный теннис». – М.: «Физкультура и спорт», 1990
4. Худец Р. «Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым». – М.: «ВистаСпорт», 2005.
5. Волков Л.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» – К.: «Олимпийская литература», 2002.
6. Готовцев П.И., Дубровский В.И. «Самоконтроль при занятиях физической культурой и спортом». М.: «Физкультура и спорт», 1984.
7. Ямалетдинова Г.А. «Педагогика физической культуры и спорта»: курс лекций, учеб. пособие / Г. А. Ямалетдинова ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2014.
8. Тихвинский С.Б., Хрущев С.В. «Детская спортивная медицина. Руководство для врачей». — 2-е изд., перераб. и доп. – М. : «Медицина», 1991.
9. Петров П.К. «Информационные технологии в физической культуре и спорте».: учебное пособие – М. : Издательский центр «Академия», 2008.

Литература для обучающихся и родителей.

1. «Спортивные игры: правила, тактика, техника»: Учебное пособие для студ. пед. вузов по спец. "Физическая культура". Под общ. ред. д.пед.н. Е.В. Конеевой. Ростов н/Д.: Издательство «Феникс», 2004.
2. Фискалов В.Д. «Основы управления подготовкой юных спортсменов». - Волгоград: [ФГОУВПО «ВГАФК»](#), 2010.
3. Портнов Ю.М. «Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх». – М.: РГАФК, 1996.
4. Методическое пособие «Психологическая подготовка спортсменов, инновационные технологии», под ред. Курашвили В.А. М.: Издательство "МедиаЛабПроект", 2008.
5. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления детей : Тез. III междунар. науч.-практ. конф., Дубна, 4-6 июля 1994 г. – М. : ИЧП "Ключ", 1994.
6. Харре Д. «Учение о тренировке» – М. «Физкультура и спорт», 1971г.

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис для детей» предназначена для обучения детей в возрасте 10 – 17 лет, срок реализации: 2 года.

Уровень программы. Базовый.

Цель: развитие устойчивого интереса к занятиям, формирование физических и личностных качеств обучающихся посредством освоения тактико-технических элементов настольного тенниса в процессе повышения уровня своего мастерства.

В системе дополнительного образования занятия по настольному теннису становятся эффективным средством приобщения детей к общеразвивающим упражнениям и подвижным играм, повышающим выносливость, физическую и психическую активность, гармонизирующим развитие и созревание детского организма. Разнообразие двигательных навыков и действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствует развитию всех физических качеств игрока. Обучающиеся получают довольно значительную, посильную физическую нагрузку и вместе с тем хорошую эмоциональную зарядку.

Наряду с учебно-тренировочным процессом, как и в первый год обучения, будут проводиться эстафеты, игры, турниры, совместные мероприятия с родителями, но уже с применением технико-тактических элементов настольного тенниса. Достаточно подготовленные учащиеся будут принимать участие в городских соревнованиях, на практике отрабатывая то, чему научились.

Формы подведения результатов освоения программы: контрольные игры, сдача нормативов, соревнования.

5. Приложения.

5.1. Педагогическая целесообразность.

Реализация программы создаёт условия для самоопределения и социализации подростков, что отвечает требованиям общества, государства и региона.

В системе дополнительного образования занятия по настольному теннису могут стать эффективным средством приобщения детей к общеразвивающим упражнениям и подвижным играм, повышающим выносливость, физическую и психическую активность, гармонизирующим развитие и созревание детского организма. Разнообразие двигательных навыков и действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствует развитию всех физических качеств игрока. Те, кто играют в настольный теннис, получают довольно значительную, и в то же время посильную физическую нагрузку, вместе с тем хорошую эмоциональную зарядку, особенно тогда когда тот или иной технический элемент начинает получаться. Ребёнок сам проявляет инициативу, больше старается отшлифовать до конца все технические элементы, в этом и проявляется мотивационная особенность потребности в занятиях настольным теннисом.

Основное отличие дополнительного образования – это добровольность, высокая заинтересованность обучающихся в получении знаний, практических умений и навыков, социальная активность, направленность на саморазвитие и творческую самореализацию. Обучающиеся сами выбирают свой вид спорта и выполняют все, что требуется для его освоения. При этом, если в спортивных школах основной целью является спортивный результат, то на занятиях по данной программе большое внимание уделяется комфортному психологическому климату в коллективе, адаптации воспитанников с различным уровнем физической подготовки, а также развитию навыков и умений самостоятельных занятий данного вида спорта, формированию потребности в движении.

Особенности содержания. Структура годичного цикла. *Этап начальной подготовки:* воспитывается интерес к занятиям любимым видом спорта, организованность и дисциплинированность; закрепление правильных способов держания ракетки, исходных

стойки при выполнении различных ударов; закрепление базовой техники выполнения ударов, комбинаций и передвижений; ознакомление детей с правилами: этикета, поведения, судейства в настольном теннисе.

На возрастном уровне групп начальной подготовки неправомерно требовать от детей четкого, технически безупречного выполнения конкретных заданий в упражнениях с мячом и ракеткой.

Тренировочный этап. На этапе начальной специализации годичный цикл состоит из подготовительного и соревновательного периодов. Главное внимание уделяется разносторонней физической подготовке, повышению уровня функциональных возможностей, включению средств с элементами специальной физической подготовки, большую роль для технического совершенствования и здоровья имеет общая и специальная физическая подготовка. Повышать интерес учащихся к занятиям по настольному теннису за счёт формирования у теннисистов правильной техники выполнения ударов и передвижений, дальнейшему расширению арсенала технико-тактических навыков и приемов. Проводить соревнования и тактические упражнения с использованием пройденных технических элементов. В конце возрастного периода сделать расстановку учащихся по двум основным стилям игры - атакующему и защитному, а так-же по уровню подготовленности (освоения тех.элементов). Использовать оптимальный период для развития подвижности в различных звеньях опорно-двигательного аппарата. Совершенствовать скорость и точность реакции теннисистов на внутренние и внешние раздражители. По окончании годичного цикла юные теннисисты выполняют контрольные нормативы, участвуют во внутренних и городских соревнованиях.

Содержание каждого занятия планируется с учетом возраста и подготовленности детей. Продолжительность базовых тренировочных упражнений, их набор, чередование, интенсивность и т. п. на каждом занятии могут отличаться. Поскольку в одном возрасте преобладает прирост одних, а в другом – других качеств, то очень важно учитывать сенситивные периоды развития двигательных способностей, сохранить соразмерность развития основных физических качеств у юных теннисистов. Эта соразмерность позволяет соотносить степень развития физических качеств в той мере, которая нужна для достижения успеха в настольном теннисе.

Занятие носит тренировочный, самостоятельно-тренировочный и обучающий характер.

Тип занятия: комбинированный.

Методы и технологии:

- вербальные (беседа, объяснение, инструктаж);
- наглядные (наблюдение, имитации);
- практические (упражнения, игры);

5.2. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы

Для отслеживания результативности реализации программы используется мониторинг образовательной деятельности.

Входной мониторинг проводится в начале учебного года и включает:

- статистический мониторинг
- диагностику степени готовности ребенка к освоению программы;
- выявление уровня мотивации к предстоящей деятельности.

Промежуточный мониторинг проводится по итогам первого полугодия и включает:

- уровень освоения программы: предметные и метапредметные результаты.

Итоговый мониторинг проводится по окончании текущего учебного года (до 10 мая) и включает:

- уровень освоения программы;
- уровень освоения программы: предметные и метапредметные результаты.
- уровень достижений ребенка (на основе анализа участия детей в творческой и социально-значимой деятельности);

- степень удовлетворенности процессом обучения и результатом совместной деятельности.

Формы предъявления результатов освоения программы: контрольные игры.

Формы учёта результатов освоения программы: протоколы педагогических наблюдений, протоколы анкетирования. Система контроля уровня знаний, умений, навыков и личностных аспектов развития обучающихся включает определение начального уровня развития воспитанников (сентябрь), промежуточный контроль (январь), итоговый (май).

Методы диагностики достижения результатов: анкетирование, пед. наблюдение, рейтинг достижений результатов детей. Процесс обучения предусматривает постоянное внесение корректив в выполнение тренировочных заданий. Эффективность управления находится в прямой зависимости от систематичности, своевременности и качества информации, полученной посредством измерения, наблюдений и оценок. Успешность реализации цели программы определяется совокупностью критериев и показателей, разработанных в соответствии с поставленными задачами, характеризующих знания, умения и навыки, и личностные аспекты воспитания и развития детей.

Календарно-тематический план

№	Блок	Неделя	Тема, форма проведения занятия	Кол-во часов	Формы контроля
Первое полугодие					
1.	СК	1 неделя	Вводные инструктажи, техника безопасности при проведении занятий по настольному теннису, введение в настольный теннис (история и краткий обзор развития настольного тенниса в России в мире), правила игры в настольный теннис, инвентарь и оборудование, форма игроков, гигиена и врачебный контроль, ознакомительная игра, правила поведения (этикета) на соревнованиях и на тренировках. Повторение пройденного материала в прошлом году.	4	Устная
2.	СК	2 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Способы держания ракетки (виды хваток). Основные стойки игрока (слева, справа, нейтральная). Разновидности подач, формы распознавания подач. Виды вращений мяча (нижнее, верхнее, боковое, смешанное). Удары по мячу с верхним вращением: накат справа, накат слева	4	Устная, контрольные упражнения
3.	У	3 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Основные виды передвижений при игре в настольный теннис (шаги, выпады, прыжки). Упражнения на контроль мяча. Топспин справа техника выполнения. Отработка связок.	4	Устная, контрольные упражнения
4.	У	4 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка техники топспина справа в стойках (имитационные упражнения топспина с ракеткой у стола, на	4	Устная, контрольные упражнения

			тренажёрах). Упражнения на контроль мяча.		
5.	У	5 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов с ракеткой у стола, перемещения близко у стола и в средней зоне. Правильная хватка ракетки в различных игровых моментах. Способы ведения игры (нападающий, защитный, смешанный).	4	Устная, контрольные упражнения
6.	У	6 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Топспин слева, техника выполнения. Отработка техники топспина слева в стойках (имитационные упражнения топспина с ракеткой у стола, на тренажёрах).	4	Устная, контрольные упражнения
7.	У	7 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Отработка техники топспина справа-слева в стойках у стола (имитационные упражнения, на тренажёрах).	4	Устная, контрольные упражнения
8.	У	8 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов с ракеткой у стола. Скидка справа – техника выполнения. Проведение эстафет с применением технических элементов настольного тенниса.	4	Устная, контрольные упражнения
9.	У	9 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Подача обратный маятник – техника выполнения, разновидности. Приём подач (формы распознавания подач соперника)	4	Устная, контрольные упражнения
10.	СК	10 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Отработка техники выполнения подач. Отработка техники выполнения топспинов (накат – топспин). Имитационные упражнения на тренажёрах и с ракеткой у стола.	4	Устная, контрольные упражнения
11.	У	11 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов (справа-слева) с ракеткой у стола.	4	Устная, контрольные упражнения
12.	У	12 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов (справа-слева) с ракеткой у стола. Отработка движений топспинов справа-слева на тренажёре «велоколесо». Игра топспином справа-слева на столе.	4	Устная, контрольные упражнения

13.	У	13 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения топспинов с ракеткой у стола. Отработка движений топспина справа-слева на тренажёре «велоколесо» и упражнением «БКМ» - большое количество мячей. Игра накатом-топспином справа-слева на столе.	4	Контрольн е упражнения
14.	У	14 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения топспинов с ракеткой у стола. Отработка движений топспина справа-слева на тренажёре «велоколесо» и упражнением «БКМ» - большое количество мячей. Игра накатом-топспином справа-слева на столе.	4	Контрольн е упражнения
15.	У	15 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Удары по мячу с нижним вращением: срезка (подрезка) справа, срезка (подрезка) слева. Отработка комбинаций накат-топспин-срезка(подрезка)-скидка (справа-слева).	4	Контрольн е упражнения
16.	У	16 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов с ракеткой у стола. Отработка движений срезки справа - слева на тренажёре «велоколесо». Игра срезкой справа - слева на столе. Контрольные испытания (накат-топспин, скидка, срезка (подрезка) слева-справа).	4	Контрольн е упражнения
17.	СК	17 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Имитационные упражнения ударов с ракеткой у стола. Отработка движений срезки справа - слева на тренажёре «велоколесо». Игра срезкой справа - слева на столе. Контрольные испытания (накат-топспин, скидка, срезка (подрезка) слева-справа).	4	Контрольн е упражнения
Итого за первое полугодие				34	
Второе полугодие					
18.	У	18 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Игра накатом справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Основные понятия о тактике ведения игры. Проведение дня здоровья с родителями.	4	Устная, контрольные упражнения
19.	У	19 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Игра срезкой справа - слева на столе.	4	Устная, контрольные упражнения

			Тактика игры – нападающего против защитника: нападающего против нападающего. БКМ		
20.	У	20 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Игра комбинациями накат справа – срезка слева на столе и наоборот. Тактика игры – защитника против защитника; нападающего против игрока смешанного стиля; защитника против игрока смешанного стиля. БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
21.	У	21 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Игра накатом справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Проведение эстафет с применением технических элементов настольного тенниса. БКМ.	4	Контрольные упражнения
22.	У	22 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Игра комбинациями: накатом, срезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка).	4	Контрольные упражнения
23.	У	23 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации накатом, срезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
24.	У	24 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Отработка видов подач, приёма подач соперника (формы распознавания подач). Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.	4	Контрольные упражнения
25.	У	25 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Топспин справа, подрезка справа - основные движения. Имитационная отработка движений топспина, подрезки справа у стола, на тренажёре «велоколесо». БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
26.	У	26 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Топспин слева, подрезка справа - основные движения. Имитационная отработка движений топспина, подрезки слева у стола, на тренажёре «велоколесо». БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
27.	У	27 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой справа - слева	4	Контрольные упражнения

			на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.		
28.	У	28 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. БКМ. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. Участие в городских соревнованиях.	4	Контрольные упражнения, Соревнования
29.	СК	29 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
30.	У	30 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. Правила и тактика парной игры. БКМ.	4	Устная, контрольные упражнения
31.	У	31 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения на контроль мяча. Отработка видов подач, приёма подач соперника (формы распознавания подач). Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.	4	Контрольные упражнения
32.	У	32 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ. Проведение турниров внутри объединения.	4	Контрольные упражнения, Соревнования
33.	А	33 неделя	Подготовка к соревнованиям, правила поведения на соревнованиях. Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ	4	Устная, контрольные упражнения
34.	АВ	34 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации:	4	Контрольные упражнения

			топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. День здоровья с родителями.		упражнения
35.	А	35 неделя	Общая физическая и специальная подготовка. Отработка комбинации: топспином, накатом, срезкой, подрезкой справа - слева на столе (по прямой, диагональ, треугольник, веер, восьмёрка). Игра на счёт. Отработка игровых комбинаций при игре на счёт. БКМ.	4	Контрольные упражнения
36.	СК	36 неделя	Контрольные испытания, соревнования.	4	Контрольные упражнения
Итого за второе полугодие				38	
Итого за год				72	

5.2. Календарный план воспитательной работы

№	Мероприятие	Форма организации	Сроки проведения
Сентябрь			
1	День знаний	Встреча в Парке аттракционов	1 сентября
2	День солидарности в борьбе с терроризмом	Беседа, видеофильм	3 сентября
3	Международный день распространения грамотности	Беседа	6 сентября
4	День воссоединения ДНР, ЛНР, Херсонской и Запорожской областей с Россией	Беседа, музейный урок	30 сентября
5	Собрания детских и родительских коллективов	Собрание, встреча	В течение месяца
Октябрь			
1	Международный день пожилых людей	Концерт, мастер-класс	1 октября
2	Международный день музыки	Беседа	1 октября
3	День защиты животных	Акция	4 октября
4	День учителя	Беседа, газета.	5 октября
5	День отца	Беседа, выставка.	20 октября
6	Открытие творческого сезона	Концерт	В течение месяца
Ноябрь			
1	День народного единства	Акция, беседа	4 ноября
2	День матери	Выставка, концерт,	24 ноября

		встреча	
3	День государственного герба РФ	Викторина	30 ноября
Декабрь			
1	День неизвестного солдата	Беседа, акция	3 декабря
2	Международный день инвалида	Мастер-классы	3 декабря
3	День добровольца в России	Встреча	5 декабря
4	День Героев Отечества	Акция, беседа, встреча	9 декабря
5	День конституции РФ	Викторина	12 декабря
6	Новогодняя кампания ЦВР	Спектакль, концерт	20-28 декабря
Январь			
1	День российского студенчества	Встреча	25 января
2	День блокады Ленинграда	Акция, видеофильм	27 января
3	День памяти жертв Холокоста	Беседа, видеофильм	27 января
Февраль			
1	День российской науки	Викторина	8 февраля
2	Международный день родного языка	Викторина	21 февраля
3	День защитника Отечества	Акция, встреча, выставка	23 февраля
Март			
1	Международный женский день	Видеофильм	8 марта
2	День воссоединения Крыма с Россией	Акция, музейный урок	18 марта
3	Всемирный день театра	Спектакль	27 марта
Апрель			
1	Всемирный день здоровья	День здоровья, поход	7 апреля
2	День космонавтики	Выставка	12 апреля
3	День памяти о геноциде советского народа	Музейный урок, беседа	19 апреля
Май			
1	Праздник Весны и Труда	Музейный урок, беседа	1 мая
2	День Победы	Выставка, Музейный урок, видеофильм	9 мая
3	День детских общественных организаций	Акция	19 мая
4	День славянской письменности и культуры	Викторина	24 мая
5	Прием выпускников директором ЦВР	Торжественный	3 неделя мая

		прием	
6			

**Тематика мероприятий с учащимися по комплексной безопасности
в течение учебного года с записью в журнале**

№	Тематика бесед и возможные формы проведения	Сроки проведения
Дорожная безопасность		
1	Всероссийская неделя безопасности дорожного движения	Сентябрь, май
2	Экскурсии «Безопасный перекресток» (план перехода дороги к ЦВР) Изучение схем маршрутов движения обучающихся от дома до МАУ ДО «ЦВР» и обратно (младшие школьники 1-5 класс)	Сентябрь, май
3	Викторина «Добрые дороги детства» – правила дорожной безопасности	Октябрь, апрель
4	«Осторожно гололед» – беседы, викторины	Ноябрь, март
5	Месячник безопасности – просмотр обучающих фильмов с комментариями	Ноябрь, март
6	«Внимание горка» – викторины, конкурсы, беседы, просмотр видеоматериалов	Декабрь, январь, февраль
7	Акция «Светлячок» – популяризация светотражающих знаков (викторины, конкурсы рисунков и т.д.)	Октябрь, декабрь, март
8	«Каникулы без опасности» – викторины, конкурсы рисунков по дорожной безопасности	Ноябрь, январь, март, май
Противопожарная безопасность		
1	Викторина «Пожарная азбука», конкурсы рисунков, просмотр мультфильмов и др.	Сентябрь, апрель
2	Беседы: «Правила пожарной безопасности в учреждении и дома», «Порядок обращения с огнем в лесах, парках, походах, развлекательных мероприятиях, связанных с разведением костров».	Октябрь, апрель
3	Тематические часы «Не допусти пожара», «Правила поведения во время пожара», «Пожар в лесу»	Ноябрь, март, апрель
4	Викторина «Безопасный огонек» – правила пожарной безопасности в общественных местах во время массовых мероприятий	Декабрь, январь
5	«Каникулы без опасности» – викторины, беседы, конкурсы по пожарной безопасности	Ноябрь, январь, март, май
Здоровье и профилактика		
1	Тематические часы «Здоровье подростка», «Здоровье девушки»	Октябрь, март
2	«Опасные сосульки» – викторины, конкурсы рисунков	Декабрь, март
3	«Полезно – бесполезно» – правильное питание (загадки, беседы, просмотр видеоматериалов)	Январь, апрель

4	«Экологические акции»	Сентябрь, апрель
5	«Вирусы не страшны» – беседы, просмотры видеоматериалов	Ноябрь, январь, апрель
Безопасность		
1	Беседы: «Что такое терроризм. Как распознать террориста?», «Как вести себя при угрозе взрыва, при стрельбе, захвате заложников», «Правила безопасности при обнаружении взрывчатых веществ и подозрительных предметов».	Сентябрь, декабрь, март
2	Просмотр видеороликов «Безопасный интернет», «Как защититься от кибербуллинга», «Скулшутинг»	Октябрь, май
3	Проведение медиауроков по теме «Информационная безопасность» и бесед с использованием материалов Интернет-ресурсов.	Декабрь, февраль, март
Профориентация		
1	«Путешествие в мир профессий»	Ноябрь, март
2	«Мир современных профессий» – профориентационные игры	Ноябрь, март
3	Тематические часы «Мир моих интересов», «Профессии с большой перспективой»	Сентябрь-май