

Министерство образования и науки Самарской области  
ГБОУ СОШ с. Майское  
Пестравский филиал  
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
Самарской области средней общеобразовательной школы с. Майское  
м.р. Пестравский Самарской области  
Дом детского творчества с. Пестравка

Программа рассмотрена и  
принята на основании  
решения методического совета  
Протокол № 4  
от «20» июня 2023 г.

Утверждаю  
Директор ГБОУ СОШ с. Майское  
Л.М.Власова  
Приказ № 68  
«20» июня 2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ТЕННИС»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Антонова Наталья Юрьевна,  
педагог дополнительного образования

с. Пестравка, 20 23 г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Теннис»**

Выбор спортивной игры – теннис - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой и, естественно, подготовленностью самого педагога.

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

Занятия теннисом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся жизненно важных качеств: как реакцию на движущийся объект, реакцию на предугадывание, быстроту мышления, концентрацию внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

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

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

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, 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 и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа состоит из 3-х модулей: «Бадминтон», «Настольный теннис», «Большой теннис».

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

**ЦЕЛЬ:** развитие физических качеств, личностных качеств, овладение способами оздоровление и укрепление организма обучающихся посредством занятий теннисом.

**ЗАДАЧИ:**

**Воспитательные:**

- развитие социальной активности обучающихся: воспитание чувства самостоятельности, ответственности;

- воспитание нравственных и волевых качеств (в частности психологической устойчивости в сложных ситуациях);

- воспитание инициативности и самостоятельности;

- привитие любви к спорту, навыков здорового образа жизни.

#### **Развивающие:**

- развитие ориентирования в пространстве, быстроты реакции, силовых и временных параметров движения, способности к согласованию отдельных движений в целостные комбинации;

- формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

- содействие гармоничному физическому развитию.

#### **Обучающие:**

- обучение основам техники игры в теннис;

- обучение правильно регулировать свою физическую нагрузку;

- изучение правил проведения соревнований;

- обучение правильному выполнению упражнений и поведению на занятиях и в повседневной жизни.

#### **Планируемые образовательные результаты обучающихся.**

##### **Личностные результаты:**

- развитие положительных личностных качеств обучающихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, инициативности и самостоятельности, умения работать в коллективе, уважение к людям);

- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;

- развитие нравственных и волевых качеств (в частности психологической устойчивости в сложных ситуациях);

- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья.

##### **Метапредметные результаты**

### **1. Познавательные:**

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

### **2. Регулятивные:**

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и возможностей его совершенствования.

### **3. Коммуникативные:**

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность;
- умеет слушать и слышать педагога;
- умеет взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.

### **Предметные результаты**

#### **Обучающиеся будут знать:**

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в теннис;
- основы техники игры в теннис;
- правила выполнения упражнений и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

#### **будут уметь:**

- проводить специальную разминку для теннисиста;
- владеть основами техниками тенниса;
- владеть основами судейства в теннисе;
- составлять график соревнований в личном зачете и определять победителя.

## Характеристика образовательного процесса

Программа «Теннис» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа состоит из 3 модулей и рассчитана на полную реализацию в течение одного года:

- модуль «Бадминтон» - 42 часа;
- модуль «Настольный теннис» - 42 часа;
- модуль «Большой теннис» - 42 часа. Всего - 126 часов в год.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1,5 часа и 1 раз – 2 часа, всего на группу – 3,5 академических часа в неделю.

Возраст детей: программа ориентирована на обучение детей 12-17 лет. Наполняемость в группе – 12 человек.

Условия приема детей в объединение: принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом.

Формы организации деятельности обучающихся на занятиях:

- групповая;
- игровая;
- индивидуально-игровая;
- в парах.

Методы обучения:

- Информационно-рецептивный
- Репродуктивный
- Эвристический

Типы занятий по программе: теоретические, практические, комбинированные.

Современные образовательные технологии, применяемые в образовательном процессе:

- Технология личностно - ориентированного обучения (ТЛОО);
- Технология проблемного - развивающего обучения (ТПРО);
- Технология интерактивного обучения (ТИО).

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план ДОП «Теннис»

№	Темы обучения	Общее количество часов	в том числе	
			теория	практика
1	Бадминтон	42	11	31
2	Настольный теннис	42	4	38
3	Большой теннис	42	8	34
	<b>ИТОГО:</b>	<b>126</b>	<b>23</b>	<b>103</b>

#### 1 модуль «Бадминтон»

**Цель модуля:** формирование у обучающихся устойчивых потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в бадминтон.

**Задачи модуля:**

- изучение истории развития бадминтона;
- обучение техническим приёмам и правилам игры в бадминтон;
- обучение тактическим действиям;
- развитие физических качеств, расширение функциональных возможностей организма;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи, умения работать в коллективе.

**Планируемые результаты**

К концу обучения по модулю «Бадминтон» обучающиеся:

**будут знать:**

- историю развития бадминтона;
- терминологию технических приёмов игры (подач, ударов);
- правила игры в бадминтон;
- правила проведения соревнований.

**будут уметь:**

- выполнять тактические действия;
- ответственно относиться к поставленной задаче;
- оказывать взаимопомощь;
- работать в коллективе.

**Учебно-тематический план**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Введение в программу.	0,5	0,5	-
2.	Основы знаний по бадминтону.	1,5	1	0,5
3.	Техническая подготовка.	18	3,5	14,5
4.	Тактическая подготовка.	8	2	6
5.	Общая и специальная физическая подготовка.	14	4	10
	<b>ИТОГО:</b>	<b>42</b>	<b>11</b>	<b>31</b>

**Содержание модуля****1. Введение в программу.**

**Теория:** Знакомство с программой: цель и задачи, основное содержание. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и во время соревнований. Инструктаж по технике безопасности.

**2. Основы знаний по бадминтону.**

**Теория:** История развития бадминтона в нашей стране. Организация соревнований по бадминтону. Содержание правил игры. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи. Правила безопасности при занятиях бадминтоном. Гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви занимающихся, спортивному сооружению и инвентарю. Влияние физических упражнений на развитие и состояние различных органов и систем человека, признаки утомления,



переутомления. Определение нагрузки по частоте сердечных сокращений (ЧСС). Самоконтроль при занятиях бадминтоном.

**Практика:** просмотр видеоматериалов. Базовые элементы бадминтона.

### **3. Техническая подготовка.**

**Теория:** Сущность и основные правила игры. Площадка для игры в бадминтон. Размеры. Для одиночных и парных игр. Размеры и высота сетки. Инвентарь: воланы, ракетки. Спортивная форма и спортивная обувь для бадминтона. Терминология. Хват бадминтонной ракетки. Способы перемещения. Перемещения в различных стойках и направлениях. Жонглирование открытой и закрытой стороной ракетки. Выполнение подачи различной траектории открытой и закрытой стороной ракетки.

Выполнение ударов (коротких, далёких, плоских).

- Обучение высоко-далекой подаче.
- Обучение высоко-далекому удару, справа – прием.
- Обучение укороченному удару, справа – прием.
- Обучение короткому удару – подставке на сетке.
- Обучение плоскому удару справа – сбоку.
- Обучение плоскому удару слева – сбоку.
- Знакомство с правилами одиночной игры.
- Знакомство с правилами парной игры.
- Практические одиночные и парные игры.
- Судейство соревнований.

**Практика:** Техника выполнения стоек, передвижений, ударов и подач. Техника выполнения стоек при подачах, при приеме, игровые. Высокие, средние, низкие. Техника передвижений вперед, назад, в сторону. Переменным, приставным скрестным шагом. Техника выполнения ударов. Нефронтальные, фронтальные. Закрытой и открытой стороной ракетки. Сверху, сбоку, снизу. Подачи: высокие, высокие атакующие, плоские, короткие.

### **4. Тактическая подготовка.**

**Теория:** Приёмы тактической борьбы. Обучение ведению спортивной борьбы. Умение отслеживать и предвидеть действия соперника.

**Практика:** Приёмы тактической борьбы на практике. Ведение спортивной борьбы. Отработка отслеживания и предвидения действия соперника.

### **5. Общая и специальная физическая подготовка.**

**Теория:** Понятие об общей и специальной физической подготовке. Методика развития двигательных качеств: ловкость, гибкость, быстрота, прыгучесть, сила, координация и равновесие. Правила построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.

**Практика:** Использование упражнений на развитие силы мышц, гибкости, воспитание выносливости.

Ходьба: на носках, на пятках, высоко поднимая колени, выпадами, в приседе, приставными и скрестными шагами. Различные упражнения для рук при ходьбе. Бег: на носках, приставными шагами, боком и спиной вперед, скрестный бег, челночный бег, бег с мгновенной остановкой, бег по ломаной линии, бег по треугольнику, с заменой воланов по углам, бег поперек площадки, лицом к сетке, бег от сетки спиной вперед, бег к сетке лицом вперед. Гимнастические упражнения: упражнения для рук, ног, шеи, туловища на месте и в движении для развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, подвижности суставов, координации движений. Упражнение на расслабление, упражнение для формирования правильной осанки. Упражнения с мячами разной формы, ракетками для развития мышц и кистей рук. Метания: метания мячей разной формы и веса на дальность и в цель с разного расстояния. Прыжки: с места в длину и высоту, прыжки с разбега в длину и высоту, с отягощениями, прыжки вверх с доставанием предмета (многократно), прыжки вперед «лягушкой», прыжки вверх «кенгуру», прыжки со скакалкой на время и на количество, прыжки через скамью. Упражнения для выработки скоростной выносливости: частый бег на месте, смена положения ног вперед-назад, прыжки боком через

скакалку, через скамью, бег к задней линии и к сетке. Специальная физическая подготовка. Хватка ракетки. Создание навыков расслабления кисти после удара (сжатие и разжатие ручки ракетки). Основная стойка. При подаче, приеме, при ударах справа, слева, сбоку, сверху, снизу. Жонглирование воланом открытой и закрытой стороной ракетки (на разную высоту). Перемещение по площадке: 3 мин., 5 мин., 7 минут. Удары в стену воланом: контроль за движением ракетки навстречу волану; нанесение ударов сбоку – снизу; удары сначала несильные, а затем с большой силой. Участие в соревнованиях.

## **2 модуль «Настольный теннис»**

**Цель модуля:** развитие физических качеств, личностных качеств, овладение способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

### **Задачи модуля:**

- обучить основным приемам игры в настольный теннис;
- приобрести знания элементарных правил судейства;
- развивать физические качества: выносливость, быстроту, ловкость;
- способствовать формированию у детей коммуникативных навыков;
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом.

### **Планируемые результаты**

К концу обучения по модулю «Настольный теннис» обучающиеся:

#### **будут знать:**

- основные приёмы игры в настольный теннис;
- элементарные правила судейства;
- требования по физической подготовке в соответствии с возрастом.

#### **будут уметь:**

- применять основные приёмы игры в настольный теннис;

- владеть основами судейства в теннисе;
- оказывать взаимопомощь и работать в коллективе;
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Настольный теннис.	2	2	-
2.	Общая физическая подготовка.	10	0,5	9,5
3.	Специальная подготовка.	7	0,5	6,5
4.	Основы техники игры.	9	0,5	8,5
5.	Основы тактики игры.	10	0,5	9,5
6.	Учебные игры.	4	-	4
	<b>ИТОГО:</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>

### Содержание модуля

#### Тема 1. Настольный теннис.

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности История настольного тенниса. Краткий исторический обзор развития настольного тенниса в Самарской области. Общие понятия о гигиене. Краткие сведения о самоконтроле и функциональных возможностях организма. Знакомство с местом занятий, оборудованием и инвентарем. Правила игры в настольный теннис. Комплекс приемов игры в настольный теннис.

#### Тема 2. Общая физическая подготовка.

**Теория:** Комплекс упражнений для развития быстроты передвижения и быстроты реакции. Комплекс упражнений для развития умения согласовывать 8 движения игрока с полетом мяча, умение смотреть на мяч. Упражнения на развитие выносливости.

**Практика:** Передвижение на короткие расстояния, возле теннисного стола (3-5 м). Короткие рывки влево, вправо, назад, вперед, упражнения на внезапность, бег с неожиданной переменной направления по сигналу флажком, рукой; рывки, бег с ускорением на 8—12 м с максимальной скоростью с первых же шагов, вперед, назад, в стороны, прыжки в длину и в высоту с места и с разбега, ловля на бегу в прыжках бросаемых различными способами (о пол, с лёта, через спину, через ногу и т. п.) 1—2 мячей для настольного тенниса. Упражнения со скакалкой. Упражнения, построенные на движении кисти с отягощением наклоны кисти вперед, в сторону, круговые движения, движения по восьмерке.

### **Тема 3. Специальная подготовка.**

**Теория:** Виды хвата ракетки. Изучение основных способов хвата ракетки. Правильное положение мяча и ракетки в процессе контроля.

**Практика:** Упражнения с европейской хваткой ракетки. Подбросы, набивания, удержания мяча на ракетке в статичном положении и в движении. Овладение техникой контроля мяча.

### **Тема 4. Основы техники игры.**

**Теория:** Виды ударов по мячу в настольном теннисе. Основные удары в настольном теннисе. Защитные удары слева и справа, техника и способы применения. Атакующие удары слева и справа, техника и способы применения. Поддачи в настольном теннисе. Правильный ввод мяча в игру подачей.

**Практика:** Правильная стойка теннисиста и виды передвижения у стола. Выполнение атакующих ударов с тренажерами, большим количеством мячей, в разные зоны стола, из статичного положения, в движении. Освоение и отработка различных техник передвижения у стола. Тренировка ввода мяча в игру подачей слева и справа. Тренировка передвижение у стола одношажным способом и приставными шагами.

### **Тема 5. Основы тактики игры.**

**Теория:** Тактика правильного применения защитных ударов в игре. Тактика правильного применения атакующих ударов в игре. Тактика правильного применения защитных ударов в игре. Тактика правильного применения атакующих ударов в игре.

**Практика:** Освоение и отработка защитных ударов в настольном теннисе. Выполнение защитных ударов с тренажерами, большим количеством мячей, в разные зоны стола, из статичного положения, в движении. Освоение и отработка атакующих ударов в настольном теннисе. Комбинации «восьмерка» и «треугольник» защитными ударами справа и слева. Тактическая подготовка при игре атакующими ударами. Комбинации «восьмерка» и «треугольник» атакующими ударами справа и слева. Контрольные игры и соревнования.

#### **Тема 6. Учебные игры.**

**Практика:** Соревновательная практика. Участие в итоговом рейтинговом турнире. Сдача нормативов.

### **3 модуль «Большой теннис»**

**Цель модуля:** формирование общей координации движений, правильного подхода к мячу, нового мышечного чувства «рука-ракетка-мяч», формирование начальных навыков ударного движения.

#### **Задачи модуля:**

- обучение основным приёмам игры в большой теннис;
- приобрести знания элементарных правил судейства;
- развитие ориентирования в пространстве, быстроты реакции, силовых и временных параметров движения, способности к согласованию отдельных движений в целостные комбинации;
- воспитание нравственных и волевых качеств (в частности психологической устойчивости в сложных ситуациях), воспитание инициативности и самостоятельности.

#### **Планируемые результаты**

К концу обучения по модулю «Большой теннис» обучающиеся:

**будут знать:**

- основные приёмы игры в большой теннис;
- элементарные правила судейства;
- силовые и временные параметры движения;

**будут уметь:**

- ориентироваться в пространстве;
- согласовывать отдельные движения в целостные комбинации;
- самостоятельно выходить из сложных ситуаций.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Общие сведения.	2	2	-
2.	Игра без ракетки.	10	2	8
3.	Формирование нового мышечного чувства «рука-ракетка-мяч».	6	1	5
4.	Общая координация движений. Быстрота и ловкость.	6	1	5
5.	Подход к мячу.	4	0,5	3,5
6.	Удары справа-слева попеременно.	14	1,5	12,5
	<b>ИТОГО:</b>	<b>42</b>	<b>8</b>	<b>34</b>

### Содержание модуля

#### Тема 1. Общие сведения.

**Теория:** История тенниса. Новости тенниса. Правила игры. Сведения о строении организма, влияние физических упражнений на организм. Гигиена. Правила техники безопасности на тренировках.

#### Тема 2. Игра без ракетки.

**Теория:** Устройство корта. Формирование навыков броска снизу. Понятие «опорная нога». Подбросить и поймать мяч на уровне груди, пояса, колена и у самого пола.

**Практика:** Игра в теннис «коридор на коридор». Игры со стенкой. Формирование навыков броска сверху (будущая подача). Броски мяча «глубоко», «коротко», «свечой». Броски мяча по квадратам подачи. Прием подачи (поймать мяч).

**Тема 3. Формирование нового мышечного чувства «рука-ракетка-мяч».**

**Теория:** Высокое подбивание мяча на 5-6 метров.

**Практика:** Удержание мяча на струнной поверхности ракетки после подброса. Подбивание мяча через сетку. Игры на счет в пределах хавкорта.

**Тема 4. Общая координация движений. Быстрота и ловкость.**

**Теория:** Комплекс развивающих упражнений.

**Практика:** Разучивание комплекса развивающих упражнений («два мяча», «догони свечу», «бег по лабиринту», «бег по линиям», «пятый мяч», «четыре угла», «солнышко»).

**Тема 5. Подход к мячу.**

**Теория:** Понятия «Восходящий мяч», «Падающий мяч».

**Практика:** Разучивание комплекса развивающих упражнений «Поймай восходящий мяч», «Поймай падающий мяч», «Держи дистанцию», «Отбей мяч».

**Тема 6. Удары справа-слева попеременно.**

**Теория:** Полный комплекс движений. Смена хватки. Хватка ракетки, специфика ударного движения с отскока.

**Практика:** Исходное положение для удара слева и справа. Выполнение удара справа и слева. Оценка возможностей каждого обучающегося по показанным результатам.



### **3. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

#### **- Материально-техническое:**

- сетка для игры в теннис;
- учебная стенка;
- корзины для мячей;
- мячи;
- спортивные маты;
- теннисные ракетки;
- шведская лестница;
- теннисные столы;
- стенд по технике безопасности;
- ТСО (мультимедийный проектор, экран, ноутбук).

#### **- Методическое:**

- Инструкции по охране труда на занятиях теннисом.
- Положение о проведении школьного турнира по теннису.
- Картотека упражнений по настольному теннису (карточки).
- Картотека общеразвивающих упражнений для разминки.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в теннисе.
- «Правила игры в настольный теннис».
- «Правила судейства в теннисе».
- Регламент проведения турниров по теннису различных уровней.
- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр.
- Рекомендации по организации турниров по теннису.

#### **- Информационное:**

#### **Литература для обучающихся:**

- Былеева Л.В. Подвижные игры., М., ФиС 2000г.;

- Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев Ш.А. – «Школа тенниса», М., «Дедалус», 2001;
- Жбанков О.В. Специальная физическая подготовка в бадминтоне. Изд.; МГТУ им.Баумана, 1997г.;
- Захаров Г.С. Настольный теннис: Школа игры. – Изд-во: «Талка», 2001г.;
- Команов В.В. Начальная подготовка в настольном теннисе. 2017г.;
- Шаповалов О.Л. Настольный теннис для начинающих.: изд. Вече, 2002г.;
- Янчук В.Н. – «Теннис. Простые истины мастерства, М., «АСТПРЕСС», 2001.

**Литература для педагога:**

- Зайцева Л.С., Климович Л.С. 100 уроков тенниса.- АСТ.ВКТ, Астрель, 2013г.;
- Команов В.В., Вартамян М.М. Тренировочный процесс в настольном теннисе. Изд. Советский спорт, 2012г.

**- Кадровое:** педагог дополнительного образования.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Формы контроля и оценочные материалы служат для определения результативности освоения Программы обучающимися.

Текущий контроль проводится на каждом занятии с помощью визуального наблюдения, он позволяет проверить степень усвоения пройденного материала и выявить технические ошибки, определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных. Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация предусматривает один раз в полгода зачетное занятие – по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры внутри группы, а также участие в районном турнире по настольному теннису. Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по ОФП и СПФ, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Диагностика результатов проводится в виде:

- контрольных тренировок;
- контрольного тестирования;
- открытого занятия;
- соревнований различного уровня.

Педагоги используют варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Нормативные документы:

1. 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
5. План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, 3 дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-

эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

10. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

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

12. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

#### **Основная литература:**

13. Амелин, А. Н. Настольный теннис: 6+12 / А.Н. Амелин. - М.: Физкультура и спорт, 2017. - 184 с. <https://reallib.org/reader?file=1355635&ysclid=ljfiq1nigg451679119> (дата обращения 06.2023)

14. Байгулов, Ю. П. Настольный теннис. Вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 256 с.

15. Барчукова Г.В. Теория и методика настольного тенниса / Г.В. Барчукова, В. М. Богущас, О. В. Матыцин. - М.: Академия, 2016. – 528 с. [https://www.studmed.ru/view/barchukova-gv-i-dr-teoriya-i-metodika-nastolnogo-tennisa\\_943332a20dd.html](https://www.studmed.ru/view/barchukova-gv-i-dr-teoriya-i-metodika-nastolnogo-tennisa_943332a20dd.html) (дата обращения 06.2023)

16. Барчукова, Г. В. Настольный теннис для всех / Г.В. Барчукова. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 208 с.

17. Жданов, В. Настольный теннис. Обучение за 5 шагов / В. Жданов. - М.: Спорт, 2015. - 319 с. <https://iknigi.net/avtor-v-zhdanov/124159-obuchenie->

[nastolnomu-tennisu-za-5-shagov-v-zhdanov/read/page-1.html](https://nastolnomu-tennisu-za-5-shagov-v-zhdanov/read/page-1.html) (дата обращения 06.2023)

18. Серова Л.К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе: учебное пособие / Л.К. Серова. – М.: Спорт, 2016. – 96 с.  
<https://iknigi.net/avtor-lidiya-serova/124503-upravlenie-podgotovkoy-sportsmenov-v-nastolnom-tennise-lidiya-serova/read/page-1.html> (дата обращения 06.2023)

19. Талызина Н.Ф. Психология детей младшего школьного возраста: формирование познавательной деятельности младших школьников. – Изд-во: Юрайт, 2-е издание, 2020г., 18+.

20. Худец Р. Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым / Р. Худец. - М.: Виста Спорт, 2005 [https://res.cloudinary.com/tt-kharkiv/image/upload/v1598622562/TT\\_Technique/TT\\_Samsonov.pdf](https://res.cloudinary.com/tt-kharkiv/image/upload/v1598622562/TT_Technique/TT_Samsonov.pdf) (дата обращения 06.2023)