

Департамент образования Мэрии г. Грозного  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 38» г. Грозного

РАССМОТРЕНА

на заседании методического  
совета  
Протокол №1  
от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБОУ «СОШ№38»  
г. Грозного  
от 30 августа 2022 г. № 133/1

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от 30.08.2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Настольный теннис»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возрастная категория обучающихся: 11- 14 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Составитель:  
Месербиева Эльвира Зелимхановна,  
педагог дополнительного образования

г. Грозный, 2022 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в  
МБОУ «СОШ №38» г. Грозного.

Экспертное заключение (рецензия) № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_  
Эксперт \_\_\_\_\_

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

### **1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ**

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

Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года;

Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства просвещения от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

Методические рекомендации по разработке и реализации рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы в образовательных организациях Чеченской Республики (разработаны ГБУ ДПО «ИРО ЧР» (одобрены Ученым советом, протокол № 5 25.08.2022 г.);

Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «СОШ № 38» г. Грозного.

**1.2. Направленность программы** – физкультурно-спортивная. Программа направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**1.3. Актуальность программы.** Очень важно, чтобы ребёнок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребёнка: 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 действий поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большой направленной на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма

#### **1.4. Цель программы:**

создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий настольным теннисом и реализации данной программы дополнительного образования.

#### **1.5. Задачи программы:**

##### **Образовательные**

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

##### **Развивающие**

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- развитие умения выделять главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя;

##### **Воспитательные**

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

**1.6. Категория учащихся.** В кружок «Настольный теннис» принимаются все желающие в возрасте от 11 до 17 лет, не имеющие противопоказаний для занятий настольным теннисом.

Численный состав обучающихся в группе 12-15 детей.

#### **1.7. Сроки реализации программы.**

Срок реализации программы – 1 год. Объем – 72 часа.

#### **1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

- Теоретические занятия.
- Практические занятия.
- Комбинированные формы.
- Проведение и участие в соревнованиях по пулевой стрельбе.

- Организационные формы обучения
- Фронтальная работа.
- Коллективная работа.
- Индивидуальная работа.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу, продолжительность академического часа 45 минут.

## **1.9. Методы обучения**

В подготовке теннисистов применяются различные методы обучения и тренировки. Однако основными следует считать индивидуальный, групповой, индивидуально- групповой и метод самостоятельной работы.

Индивидуальный метод применяется для углубленной отработки техники стрельбы. Его особенность состоит в том, что педагог работает с каждым занимающимся отдельно. Целесообразно применять этот метод в тренировочной работе, и особенно при подготовке стрелков к ответственным соревнованиям.

Групповой метод применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого обучающегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.

Индивидуально-групповой метод на занятиях по стрельбе является основным. Особенность его состоит в том, что педагог часть занятий проводит со всей группой одновременно, а часть - с отдельными стрелками. В то время как педагога занимается с одним-двумя обучающимися, остальные обучаемые работают самостоятельно над выполнением задания.

## **2. Планируемые результаты освоения программы**

### **2.1. Личностные результаты:**

Отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия настольным теннисом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

При занятиях настольным теннисом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног.

Настольный теннис развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им,

что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в настольном теннисе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Настольный теннис позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение теннисного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

## **2.2. Метапредметные результаты:**

Характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

*В области физической культуры:*

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом и ракеткой, активное использование настольного тенниса в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по настольному теннису.

## **2.3. Предметные результаты:**

Характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по настольному теннису.

*В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности настольного тенниса;

*В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в настольном теннисе;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные

проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

*В области трудовой культуры:*

— умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

— умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

— умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:*

— владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:*

— владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

— владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в настольном теннисе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

— умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по настольному теннису.

### **3. Содержание программы**

#### **Тактическая подготовка**

*Теоретический компонент:*

Упражнения с ракеткой и мячом. Техника передвижения у стола, координация.

Точность попадания. Виды ударов. Тренировка сложных подач и их приёма.

*Практический компонент:*

Атака, контратака. Подача мяча. Имитационные упражнения. Активный приём подачи «накатом». Подрезка мяча слева и справа.

#### **Техническая подготовка.**

*Теоретический компонент:*

Восемь принципов выполнения удара. Игра различными ударами без потери мячи.

*Практический компонент:*

Стойка. Координация у стола. Перемещение у стола. Точность попадания, техника.

#### **Игровая подготовка.**

Удары справа и слева. Срезка в ближнюю и дальнюю зону. Тактические приёмы.

Возврат мяча срезкой слева влево.

#### **Упражнения по элементам (тренинг).**

*Теоретический компонент:*

Упражнения для освоения и совершенствования техники игры. Комбинированные серии ударов.

*Практический компонент:*

Упражнения для освоения и совершенствования техники игры. Комбинированные серии ударов.

**Индивидуальная работа.**

*Теоретический компонент:*

Индивидуальная короткая подача. Отработка технических приёмов настольного тенниса. Судейская практика.

*Практический компонент:*

Индивидуальная короткая подача. Отработка технических приёмов настольного тенниса.. Судейская практика.

**4. Учебный (тематический) план**

№	Тема	Кол-во часов	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Беседа.
2.	Изучение правил игры	2	Опрос.
3.	Тактическая подготовка.	16	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
5.	Техническая подготовка.	18	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
6.	Игровая подготовка.	22	Наблюдение. Практическая работа
7.	Упражнения по элементам (тренинг).	10	Наблюдение. Практическая работа
8.	Индивидуальная работа.	3	Наблюдение. Практическая работа
<b>Итого</b>	<b>72</b>		





#### 4.1. Календарно-учебный график (группы 1 и 2)

№ п/п	Дата проведения занятия (план.)	Дата проведения занятия (факт.)	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1.	05.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация.	1	Инструктаж по технике безопасности.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
2.	10.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Правила игры	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
3.	12.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Техника: совершенствование передвижения и координации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
4.	17.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Правила распорядка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
5.	19.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
6.	24.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Техника передвижений у стола, координация.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая

								работа
7.	26.09.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Точность попадания, техника.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
8.	01.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Атака, контратака.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
9.	03.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подача мяча	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
10.	08.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактика: отработка техники – тактической комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
11.	10.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Удар справа, удар слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
12.	15.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
13.	17.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактические приёмы и комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

14	22.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактические приёмы и комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
15	24.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Возврат мяча срезка слева влево.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение.
16	28.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Теоретические примеры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
17	31.10.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Теоретические примеры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
18	05.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Опрос. Практическая работа
19	07.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
20	11.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
21	14.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальный разбор упражнений.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая

								работа
22	19.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Индивидуальный разбор упражнений.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
23	21.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игры на счёт.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
24	26.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
25	28.11.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Простые упражнения по элементам (без усложнений).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
26	03.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Простые упражнения по элементам (без усложнений).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
27	05.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитация ударов на столе.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
28	09.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

29	10.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
30	12.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
31	17.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Совершенствование подачи и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
32	19.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Совершенствование подачи и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
33	24.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Контроль нормативов физического развития.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
34	26.12.2022		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Контроль нормативов физического развития.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
35	09.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Сдача нормативов.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
36	14.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45	Объяснение.	1	Сдача нормативов.	СОШ № 38	Наблюдение.

			2 гр.: 15.00-15.45	Демонстрация. Практическая работа			спорт. зал	Опрос. Практическая работа
37	16.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тесты игровые.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
38	21.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тесты игровые.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
39	23.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
40	28.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
41	30.01.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактическая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
42	04.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактическая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
43	06.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация.	1	Виды ударов (атакующие,	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос.

				Практическая работа		промежуточные, защитные).		Практическая работа
44.	11.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Виды ударов (атакующие, промежуточные, защитные).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
45.	13.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тренировки сложных подач и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
46.	18.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Тренировки сложных подач и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
47.	20.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитационные упражнения.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
48.	25.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитационные упражнения.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
49.	27.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Активный приём подачи накатом.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
50.	04.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Активный приём подачи накатом.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая



								работа
51	06.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подрезка мяча справа и слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
52	11.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подрезка мяча справа и слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
53	13.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Техническая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
54	18.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Техническая подготовка	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
55	20.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Восемь принципов выполнения удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
56	25.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игра различными ударами без потери мяча.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
57	27.03.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Стойка. Координация у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

58	01.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Перемещение у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
59	03.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Перемещение у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
60	08.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Точность попадания. Техника.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
61	10.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игровая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
62	15.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игры на счёт.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
63	17.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Парные игры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
64	22.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения по элементам (тренинг).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
65	24.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45	Объяснение.	1	Упражнения по	СОШ № 38	Наблюдение.

			2 гр.: 15.00-15.45	Демонстрация. Практическая работа		элементам (тренинг).	спорт. зал	Опрос. Практическая работа
66	29.04.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения для освоения и совершенствования техники игры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
67	02.05.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Комбинированные серии ударов	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
68	06.05.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
69	13.05.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная короткая подача.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
70	15.02.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Отработка технических приёмов настольного тенниса	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
71	19.05.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Упражнения для освоения техники и тактики игры	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
72	22.05.2023		1 гр.: 14.00-14.45 2 гр.: 15.00-15.45	Практическая работа.	1	Итоговое занятие	СОШ № 38 спорт. зал	Опрос. Практическая

								работа
--	--	--	--	--	--	--	--	--------

### Календарно-учебный график (группы 3 и 4)

№ п/п	Дата проведения занятия (план.)	Дата проведения занятия (факт.)	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1.	06.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация.	1	Инструктаж по технике безопасности.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
2.	08.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Правила игры	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
3.	13.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45	Объяснение.	1	Техника:	СОШ № 38	Наблюдение.

			4 гр.: 15.00-15.45	Демонстрация. Практическая работа		совершенствование передвижения и координации.	спорт. зал	Опрос. Практическая работа
4.	15.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Правила распорядка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
5.	20.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
6.	22.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Техника передвижений у стола, координация.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
7.	27.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Точность попадания, техника.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
8.	29.09.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Атака, контратака.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
9.	04.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подача мяча	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

10	06.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактика: отработка технико – тактической комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
11	11.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Удар справа, удар слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
12	13.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
13	18.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактические приёмы и комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
14	20.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактические приёмы и комбинации.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
15	25.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Возврат мяча срезка слева влево.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение.
16	27.10.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Теоретические примеры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
17	01.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация	1	Теоретические примеры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос.

				Практическая работа.				Практическая работа
18	03.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Опрос. Практическая работа
19	08.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
20	10.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
21	15.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальный разбор упражнений.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
22	17.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Индивидуальный разбор упражнений.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
23	22.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игры на счёт.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
24	24.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

25	29.11.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Простые упражнения по элементам (без усложнений).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
26	01.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Простые упражнения по элементам (без усложнений).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
27	06.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитация ударов на столе.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
28	08.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
29	13.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
30	15.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения на развитие скорости удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
31	20.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Совершенствование подачи и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
32	22.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45	Объяснение.	1	Совершенствование	СОШ № 38	Наблюдение.



			4 гр.: 15.00-15.45	Демонстрация Практическая работа.		подач и их приёма.	спорт. зал	Опрос. Практическая работа
33	27.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Контроль нормативов физического развития.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
34	29.12.2022		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Контроль нормативов физического развития.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
35	10.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Сдача нормативов.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
36	12.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Сдача нормативов.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
37	17.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тесты игровые.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
38	19.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тесты игровые.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
39	24.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38	Наблюдение. Опрос.

				Практическая работа.			спорт. зал	Практическая работа
40	26.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
41	31.01.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактическая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
42	06.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тактическая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
43	09.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Виды ударов (атакующие, промежуточные, защитные).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
44	14.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Виды ударов (атакующие, промежуточные, защитные).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
45	16.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Тренировки сложных подач и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
46	21.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Тренировки сложных подач и их приёма.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая

								работа
47.	22.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитационные упражнения.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
48.	28.02.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Имитационные упражнения.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
49.	01.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Активный приём подачи накатом.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
50.	07.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Активный приём подачи накатом.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
51.	10.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подрезка мяча справа и слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
52.	14.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Подрезка мяча справа и слева.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
53.	16.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Техническая подготовка.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа

54	21.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Техническая подготовка	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
55	23.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Восемь принципов выполнения удара.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
56	28.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игра различными ударами без потери мяча.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
57	30.03.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Стойка. Координация у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
58	04.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Перемещение у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
59	06.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Перемещение у стола.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
60	11.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Точность попадания. Техника.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
61	13.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45	Объяснение.	1	Игровая подготовка.	СОШ № 38	Наблюдение.

			4 гр.: 15.00-15.45	Демонстрация. Практическая работа			спорт. зал	Опрос. Практическая работа
62	18.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Игры на счёт.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
63	20.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Парные игры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
64	25.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения по элементам (тренинг).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
65	27.04.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения по элементам (тренинг).	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
66	02.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Упражнения для освоения и совершенствования техники игры.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
67	04.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Комбинированные серии ударов	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
68	11.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация.	1	Индивидуальная работа.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос.

				Практическая работа				Практическая работа
69	16.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Индивидуальная короткая подача.	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
70	18.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация. Практическая работа	1	Отработка технических приёмов настольного тенниса	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
71	23.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Объяснение. Демонстрация Практическая работа.	1	Упражнения для освоения техники и тактики игры	СОШ № 38 спорт. зал	Наблюдение. Опрос. Практическая работа
72	25.05.2023		3 гр.: 14.00-14.45 4 гр.: 15.00-15.45	Практическая работа.	1	Итоговое занятие	СОШ № 38 спорт. зал	Опрос. Практическая работа

## **Условия реализации программы**

### *I. Материально-техническое обеспечение*

1. Занятия проводятся в спортивном зале и в холле образовательной организации.
2. Теннисные столы, ракетки и теннисные мячи
3. Технические средства обучения

- ноутбук;

-экран, проектор.

### *II. Информационное обеспечение*

- объяснительно-иллюстративный материал;

- видеофильмы с обучением игры в настольный теннис.

### *III. Кадровое обеспечение*

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее профстандарту педагога дополнительного образования детей и взрослых.

### **Формы аттестации**

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

1. Участие в соревнованиях различного уровня
2. Внутришкольные соревнования

### **Оценочные материалы**

Основной показатель работы секции по настольному теннису - выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде контрольных упражнений. Педагог использует контрольные упражнения в течение всего учебно-тренировочного годового цикла (не менее 1 раза).

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

### **Интернет-ресурсы:**

1. [https://ru.wikipedia.org/wiki/Настольный\\_теннис](https://ru.wikipedia.org/wiki/Настольный_теннис)
2. [rustt.ru](http://rustt.ru)