

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, по уровню освоения - **ознакомительная**.

Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья. Особое внимание уделяется формированию правильной осанки, воспитанию и развитию основных физических качеств: быстроты, выносливости, силы, гибкости, ловкости. Физическая подготовка теннисиста осуществляется в тесной связи с овладением техники выполнения каждого упражнения. Одна из главных задач физической подготовки – повышение эффективности техники.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости бросков и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы

#### **Актуальность программы**

Соревновательный характер игры, самостоятельность действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности создают благоприятные условия для воспитания у учащихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

#### **Отличительные особенности программы**

Особенностью программы является тот факт, что второй этап обучения, (т.е. выбор одной спортивной игры), проходит на основе пройденного материала на первом этапе обучения спортивным играм – в IV–VI классах основной школы, где главной задачей является ознакомление с элементами четырех спортивных игр – баскетбола, волейбола, ручного мяча и футбола из которых школа для изучения выбирает не менее двух.

Выбор спортивной игры – настольный теннис определен ее популярностью в районе, городе, проведением турниров среди учащихся на муниципальном, районном и городском уровне, учебно-материальной базой и, естественно, подготовленностью самого педагога

#### **Адресат программы**

Программа адресована для обучающихся 11 – 15 лет

В этом возрасте занятия спортивной деятельностью способствуют развитию волевых качеств, благодаря чему в дальнейшем развивается мотивация достижения успехов и более сложные и тонкие волевые качества: концентрация внимания, сосредоточенность, работоспособность

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» доступна для различной категории обучающихся, в том числе *для детей с ОВЗ*. Принимаются все желающие дети данной возрастной группы по заявлению родителей при наличии свободных мест

#### **Срок реализации (освоения) программы**

Срок реализации программы – 1 год

Данное количество часов рассчитано на 36 недель, в каникулярное время объединение работает по расписанию

#### **Объем программы**

Общее количество учебных часов – 72. Из них: теория – 17 часов; практика – 55 часов

#### **Формы организации образовательного процесса**

Основной формой обучения является учебное занятие, которое носит практический характер. На сообщение теоретических сведений изучаемой темы и повторению

материала предыдущего занятия отводится, как правило, 1/3 учебного занятия, остальные 2/3 учебного занятия посвящены выполнению практических работ. Теоретическая часть даётся в форме бесед с показом демонстрационного материала и подкрепляется практическим освоением тем. Пошагово изучается алгоритм создания изделий

- ФОПД: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная
- формы занятий: игра, конкурс, эвристическая беседа, интегрированное занятие с использованием ИКТ, практическое задание, индивидуальная практическая работа, мастер – класс, презентации, дистанционная форма, встреча с интересными людьми, открытое занятие
- методы, в основе которых лежит способ организации занятия: словесный, наглядный, практический
- методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый

### **Особенность организации образовательного процесса**

#### **Численный состав группы**

Наполняемость учебной группы: 12 – 15 человек, но не более 18 человек

#### **Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа (72 часа), во второй половине дня. Продолжительность одного академического часа – 45 минут. Перерыв между занятиями 10 минут

#### **Форма проведения занятий - очная**

В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, при отсутствии обучающихся на занятии (по причине болезни, отъезда и др.), при подготовке учащихся к различным соревнованиям.

При необходимости педагог сам может поменять последовательность прохождения тем или заменить одну тему на другую в связи с производственной необходимостью (карантином, отмены занятий в связи с низкой температурой воздуха, дистанционным обучением, желанием учащихся принять участие в выставках и конкурсах различного уровня)

Допуск к занятиям проводится только после обязательного проведения инструктажа по технике безопасности с обучающимися

#### **Сетевая форма реализации программы**

Одной из важнейших задач государственной политики в сфере образования на современном этапе является повышения качества образования через организацию всестороннего партнерства, в том числе и развитие сетевого взаимодействия на различных уровнях системы образования. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 02.07.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с измен. и доп., вступ. в силу с 13.07.2021)

(Глава 2. Система образования. Статья 13. Общие требования к реализации образовательных программ и Статья 15. Сетевая форма реализации образовательных программ) определена возможность реализации дополнительных образовательных (общеразвивающих) программ в сетевой форме

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование организации</i>	<i>Форма взаимодействия</i>
1	Образовательные учреждения города и района	Совместные мероприятия, соревнования
2	Сектор по спорту Администрации Щучанского района	

**Индивидуальный образовательный маршрут** обучающегося проектируется при:

- наличии социального заказа родителей обучающегося, самого обучающегося
- подготовке обучающегося к соревнованиям

- организации мастер – классов, социальных практик
- работе с обучающимися ОВЗ
- работе с одаренными и способными детьми

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «*Настольный теннис*» доступна для различной категории обучающихся, в том числе для детей с ОВЗ и одаренных детей.

Принимаются все желающие дети данной возрастной группы по заявлению родителей при наличии свободных мест.

Для обучающихся с ОВЗ и одаренных детей могут разрабатываться индивидуальные образовательные маршруты