АДМИНИСТРАЦИЯ ЗАВОДСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Принята на заседании
методического совета
от «25» 05 2026 г.
Протокол № 9

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУДО «ЦДО»
_____Котлячков А.В.
«26» 05 2026 г.
приказ от 26.05.2026 №241

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности объединения «Настольный теннис» (второй этап)

Возраст учащихся: 9-17 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Павлинова Ольга Борисовна,
педагог дополнительного
образования

г. Саратов – 2026

Содержание

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
1.1. Пояснительная записка
1.2. Цель и задачи программы
1.3. Планируемые результаты программы и способы их проверки
1.4. Формы и периодичность контроля
1.5. Содержание программы
1.5.1. Учебный план
1.5.2. Содержание учебного плана

II. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1. Методическое обеспечение
2.1.1. Рабочая программа воспитания
2.2. Условия реализации программы
2.2.1. Материально-техническое обеспечение
2.2.2. Кадровое обеспечение
2.3. Оценочные материалы
2.4. Список литературы
2.4.1. Литература, используемая педагогом
2.4.2. Литература, рекомендуемая для детей и родителей
2.4.3. Интернет-ресурсы
2.5. Приложения
Приложение №1 Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности объединения «Настольный теннис» (второй этап) на 2026- 2027 учебный год
Приложение №2 Календарный учебный график
Приложение №3 Календарный план воспитательной работы

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» (второй этап) физкультурно-спортивной направленности предназначена для проведения спортивных занятий в системе дополнительного образования. В основу программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные методические разработки по настольному теннису отечественных специалистов.

Программа позволяет учащимся, успешно освоившим пятилетнюю программу «Настольный теннис» I этапа продолжить своё обучение. Учащиеся, окончившие 5 год обучения программы I этапа зачисляются на 6 год обучения программы II этапа.

Актуальность данной программы в том, что сегодня здоровье наших детей и подростков вызывает обоснованную тревогу – 90% детей и подростков имеют те или иные отклонения в физическом развитии, а, проводимые занятия по программе «Настольный теннис», приобщают учащихся к здоровому образу жизни, укрепляют здоровье, развивают двигательную активность.

Сегодня настольный теннис – один из самых массовых видов спорта. В нашей стране им занимается 3 млн. человек. Особенно популярна эта игра среди детей и подростков. Она хороша тем, что может быть как тренировочной, так и развлекательно-оздоровительной. Она воспитывает физические и психические качества, формирует черты характера. Настольный теннис совершенствует не только быстроту движений, но и быстроту реакции, способствует развитию оперативного мышления. Одним словом, играющий в настольный теннис становится ловким, быстрым, выносливым, обладающим прекрасной координацией движений.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в расширении и популяризации работы по укреплению физического здоровья учащихся.

Адресат программы, возрастные особенности учащихся - данная программа предназначена для учащихся в возрасте 9-17 лет.

Школьный возраст – это самое благоприятное время воспитания физических качеств. Младший, подростковый и старший школьный возраст – это время проявления лидерских качеств, становления цели и формирования здорового образа жизни, через занятия спортом. У учащихся независимо от возраста есть свои индивидуальные особенности, наследственные задатки, сенситивные периоды развития физических качеств. Чем раньше учащийся начнет заниматься настольным теннисом, тем лучше у него будет развита ловкость, координация движений, точность зрительного внимания. В процессе

Количество учащихся в группе

6 и 7 год обучения – 8-10 человек

(Группы формируются в зависимости от возраста, медицинского состояния и физической подготовленности учащихся)

Объём программы – 432 часа

Шестой год обучения рассчитан на 216 учебных часа.

Седьмой год обучения рассчитан на 216 учебных часов.

Срок реализации программы – 2 года.

Режим занятий

Согласно рекомендациям СанПиН в объединении установлен следующий режим занятий:

Шестой и седьмой год обучения. Каждая группа занимается 3 раза в неделю по 2 учебных часа или 2 раза в неделю по 3 учебных часа. Продолжительность занятий 45 минут, перерыв 15 минут.

Форма обучения – очная. При реализации программы (частично) применяются дистанционные образовательные технологии. При электронном

обучении с применением дистанционных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут.

В программе используются наставнические практики. Форма наставничества «учащийся» - «учащийся», ролевая модель: «старший учащийся» – «младший учащийся». Дети в возрасте 14-17 лет являются наставниками младших детей в возрасте 11-13 лет. Наставничество осуществляется на основе принципа партнёрского взаимодействия учащихся-наставников и учащихся-наставляемых.

При разработке данной программы использованы следующие нормативные документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 30.04.2026) «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 N 1745-р «О внесении изменений в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р и об утверждении Плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 - 2030 годы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21» «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Распоряжение Правительства Саратовской области от 10.11.2025 года № 545-Пр «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025-2030 годы) в Саратовской области»;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ МУДО «Центр дополнительного образования»;
- Устав муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования».

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы:

совершенствование у учащихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья через занятия настольным теннисом.

Задачи:

Обучающие:

-закреплять правила игры в теннис,

-совершенствовать основные приемы игры.

Развивающие:

- совершенствовать скоростную выносливость, гибкость,

- совершенствовать быстроту реакции,

-совершенствовать координацию и быстроту движений,

-развивать оперативное мышление, умение концентрировать и переключать внимание.

Воспитательные:

-развивать социальную активность учащихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

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

-пропагандировать здоровый образ жизни;

-содействовать самоопределению, социальной адаптации детей и подростков;

-формировать культурно-нравственные качества личности;

-формировать мировоззрение, внутреннюю культуру личности.

1.3. Планируемые результаты.

В конце 6 и 7 года обучения учащиеся должны достичь следующих результатов:

Техническая подготовка

Основные технические приемы

-Исходное положение(стойки)-правосторонняя, нейтральная(основная)и левосторонняя.

- Способы передвижения- бесшажный, шаги, прыжки и рывки

- Подачи по двум признакам: расположению игрока и месту контакта ракетки с мячом

- Технические приемы нижнем вращением-срезка и подрезкка

-Технические приемы без вращения мяча-толчок, откидка и подставка.

-Технические приемы с верхнем вращением-накат, топс-удар.

Учащиеся должны знать: технику безопасности при выполнении технических упражнений и основные техники выполнения ударов.

Тактическая подготовка

-Техника подачи. Подброс мяча. Траектория и направление полета мяча. Прием подач.

Игровая подготовка

-Игровые спарринги;1х1 1х2 2х2

Уметь: выполнять технические и тактические игровые приемы.

1.4. Формы и периодичность контроля

В объединении используется входная диагностика (проводится для определения начального уровня подготовки учащихся) в начале года, промежуточный контроль (в октябре, ноябре, марте) предусматривает зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений и игры на счет в парах, годовой промежуточный контроль (в конце 6 года обучения) и итоговый контроль (в конце 7 года обучения).

Форма контроля учащихся в период дистанционного обучения – тестирование. Педагог дополнительного образования учащимся дистанционно рассылает тест, учащиеся присылают педагогу ответы на вопросы и задания теста. По результатам тестирования проводится анализ полученных учащимися знаний и делается вывод.

Формы подведения итогов: участие в соревнованиях.

1.5. Содержание программы.

1.5.1 Учебный план

6 и 7 год обучения

№ п/п	Раздел, тема	Теория	Практика	Всего часов	Формы контроля
1	Техника безопасности, техника игры.	6	76	82	наблюдение, зачет
2	Тактика игры	6	82	88	наблюдение
3	Психологическая подготовка	2	6	8	наблюдение
4	Организация проведения соревнований	4	12	16	наблюдение, зачет

5	Самоконтроль	2	8	10	наблюдение
6	Наставничество	2	10	12	наблюдение
	ИТОГО:	**22**	**194**	**216**	

1.5.2 Содержание учебного плана

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА 6 и 7 ГОДА ОБУЧЕНИЯ:

Техника безопасности, техника игры.

Теория: закрепление знаний по технике безопасности, повторение правил настольного тенниса, знакомство с системами проведения соревнований, повтор основных понятий и терминов.

Практика: одиночная, парная, командная, смешанная игра, удары с вращением слева и справа, противодействующие технические приёмы, совершенствование игры в настольный теннис.

Тактика игры.

Теория: знакомство со способами тактической игры в настольный теннис.

Практика: практические занятия по ведению тактической игры (особенности одиночной, парной, командной и смешанной игры, игра в нападении).

Психологическая подготовка.

Практика: практическое занятие (манера поведения, умение выигрывать и проигрывать, отношение к педагогам, товарищам, соперникам. Умение находить себя в любой обстановке).

Организация проведения соревнований.

Теория: системы проведения соревнований, знания правил настольного тенниса, умение составлять таблицы, решать спорные вопросы.

Практика: практические занятия, помощь педагогу дополнительного образования в проведении соревнований учрежденческого уровня.

Самоконтроль.

Теория: поддержание и укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Наставничество.

Практика: умение обучить начинающего учащегося, помощь педагогу дополнительного образования в проведении занятий.

II. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Методическое обеспечение программы.

Вводные занятия проводятся с группами детей. Занятие проводится в виде беседы и игры. Так дети наиболее быстро на практике поймут суть занятия и требуемое от них поведение на дальнейших тренировках.

Теоретические занятия также предполагают беседы с группами детей. Физическая подготовка относится к практическим занятиям, может проводиться как индивидуально, так и в группе, в зависимости от физических способностей ребенка. Приветствуются занятия на свежем воздухе, подвижные игры, что послужит стимулом для детей.

Технико-тактическая подготовка - аналог физической, за исключением наличия большего количества теоретических положений и непосредственных занятий настольным теннисом (игры у стола). Очень важно участие детей в турнирах по настольному теннису. Обилие разных партнеров улучшит адаптационную способность учащихся и развитие технико-тактических навыков. Контрольно переводные нормативы также представляют собой практические занятия для работы в индивидуальном или групповом режимах.

№ п/п	Перечень разделов	Формы проведения	Приемы и методы	Формы подведения итогов
1	Физическая культура и спорт в России	лекция	лекция с элементами обратной связи	устный опрос
2	Олимпийские игры современности	урок-диалог	беседа	викторина
3	История развития настольного	лекция	лекция с элементами	устный опрос

	тенниса в России		обратной связи	
4	Краткие сведения о строении и функциях человека	урок - познавание	фронтальный и групповой метод	опрос
5	Влияние физических упражнений на организм учащихся	урок общеметодологической направленности	фронтальный, репродуктивный	составление комплекса развивающих упражнений
6	Гигиенические знания и средства закаливания. Режим спортсмена	урок-беседа	проблемный, частично-поисковый	составление режима дня, составление рассказа об используемых средствах закаливания
7	Основы техники и тактики игры	учебная игра	наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения)	исполнение тактических и технических приемов игры
8	Методика обучения	практическая, тренинг	практический (тренинг, упражнения)	занятия с отягощением, выработка навыков контроля своей подготовки
9	Оборудование и инвентарь	практическая	беседа с демонстрацией	ремонт спорт.инвента-ря, изготовление простейших тренажеров и приспособлений
10	Психологическая подготовка	урок-беседа, анкетирование	метод консультаций, проблемный	анализ ситуаций, самоанализ своих действий
11	Правила игры, организация соревнований, система их проведения	урок-диалог, круглый стол	групповой метод, частично-поисковый	составление протокола, работа с таблицей проведения соревнований
12	Общая и специальная физическая подготовка	практическая, тренинг	наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения)	выполнение нормативов, зачет
13	Контроль подготовленности учащихся	урок контроля	фронтальный и групповой методы	зачет
14	Судейская практика	учебная игра	фронтальный и групповой методы, метод	Внутриучрежденческий турнир, заполнение протокола,

			взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков	составление таблицы соревнований
15	Участие в соревнованиях	соревнования	фронтальный и групповой метод	соревнования, самоанализ по итогам участия в играх

Педагогические технологии

При обучении в объединении «Настольный теннис» используются следующие образовательные технологии:

личностно-ориентированного обучения;

игрового обучения;

проектного обучения;

здоровьесберегающего обучения;

дифференцированного обучения;

наставничество.

Технология личностно-ориентированного обучения

Цель технологии личностно-ориентированного обучения – максимальное развитие индивидуальных познавательных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

В соответствии с данной технологией составляются индивидуальные образовательные маршруты для учащихся, основанные на характеристиках, присущих их возможностям и динамике развития (работа с одаренными детьми, детьми, имеющими отклонения в развитии и поведении, и т.д.). В технологии личностно-ориентированного обучения центр всей образовательной системы – индивидуальность детской личности, следовательно, методическую основу этой технологии составляют дифференциация и индивидуализация обучения.

Технология игрового обучения

Игровые технологии активизируют и интенсифицируют деятельность учащихся. В их основу положены спортивные и настольные игры, как

основной вид деятельности, направленный на более полное усвоение учебного материала.

Технология проектного обучения

Проектная деятельность – альтернативная технология, которая противопоставляется классно-урочной системе, при которой не даются готовые знания, а используется технология защиты проектов. Проектное обучение является не прямым, здесь ценен не только результат, а в большей мере сам процесс.

Технология здоровье сберегающего обучения

Применяемая технология, направленна на сохранение: физического здоровья – совершенствование саморегуляции в организме и гармонии физиологических процессов; психического здоровья – воспитание высокого сознания, развитого мышления, большой внутренней моральной силы, умение поддерживать общий душевный комфорт, адекватную поведенческую реакцию; социального здоровья – коррекция нравственных установок и мотивов поведения в обществе; нравственного здоровья – развитие системы ценностей и убеждений.

Для учащихся объединения необходимо создать условия рационального сочетания труда и отдыха в образовательном процессе, формированию мотивации к здоровому образу жизни, культуре здоровья.

В течение учебного года, в ходе занятий, создаются максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития нравственного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Технология дифференцированного обучения

Дифференциация позволяет работать как с отдельными учащимися индивидуально, так и с группами, сохраняя коллектив. Важность применения дифференцированного обучения состоит в том, что можно уделять больше времени отстающим учащимся, не упуская из виду сильных, создавая благоприятные условия для развития всех и каждого в соответствии с их

способностями, возможностями, особенностями психического развития и характера. При дифференцированном обучении обеспечивается разделение материала по уровню сложности для детей разных категорий в рамках каждого учебного года.

Технология наставничества

Старшие учащиеся являются наставниками младших учащихся, помогают наставляемым в освоении программы. Это сплачивает коллектив, помогает в освоении программы как наставляемым, так и самим наставникам.

2.1.1. Рабочая программа воспитания

Воспитательная работа в объединении реализуется согласно Программы воспитания МУДО «ЦДО» и с учётом особенностей содержания данной программы.

Цель: воспитание личности социально ориентированной, всесторонне развитой, способной принимать решения в современных ситуациях, способной строить жизнь достойного человека.

Задачи воспитательной деятельности:

- формирование и развитие спортивного коллектива;
- создание благоприятных психолого-педагогических условий для развития личности, самоутверждения каждого учащегося, сохранения неповторимости и раскрытия его потенциальных способностей;
- формирование здорового образа жизни;
- организация системы отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности спортивного коллектива;
- формирование у учащихся нравственных смыслов и духовных ориентиров;
- организация социально-значимой созидательной деятельности учащихся.

Формы и методы воспитательной работы

Формы воспитания:

- на учрежденческом уровне: участие в традиционных мероприятиях, конкурсах, соревнованиях; праздничные мероприятия, игровые программы, приуроченные к календарным праздникам – Новый год, День матери, День Победы; иные воспитательные и социально значимые дела;
- на уровне объединения - тематические лекции, посещение спортивных мероприятий, праздничные мероприятия (День Народного единства, День Космонавтики, 8 марта- Международный женский день, Масленица, Пасха, День Защитника Отечества, День России), спортивные соревнования и так далее;
- на индивидуальном уровне - групповые и индивидуальные беседы по морально-нравственным вопросам, коррекция поведения учащихся в их повседневной жизни, в специально создаваемых педагогических ситуациях, в

играх, погружающих ребенка в мир человеческих отношений; педагогическая поддержка ребенка в решении важных для него жизненных проблем (налаживания взаимоотношений с товарищами или педагогами, выбора профессии, вуза и дальнейшего трудоустройства, успеваемости и т.п.), педагогическое сопровождение формирования личного портфолио учащегося, педагогическая помощь при решении проблем развития личности. Чувства гражданственности и патриотизма формируется посредством проведения патриотических акций, участия в праздничных мероприятиях, посвященных важным датам в истории нашей страны и города. В целях развития коммуникативных навыков и потребности во взаимопомощи старшие учащиеся привлекаются к организации культурно-массовых и спортивных мероприятий.

Методы воспитания: убеждение, внушение, стимулирование.

Направления воспитательной деятельности: гражданско-патриотическое, духовно-нравственное.

Механизмы организации воспитания и социализации детей: интеграция, индивидуализация, цифровизация, сотрудничество, инклюзия

Планируемые результаты воспитания и методы оценки

Желание активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Стремление у учащихся к гражданской нравственной позиции, к реализации социальной активности.

Методы оценки результатов воспитания:

Анкетирование.
Анализ продуктов деятельности.
Тестирование.
Наблюдение.

Работа с родителями

Работа с родителями (законными представителями) учащихся проводится в следующих формах:

- регулярное информирование родителей (законных представителей) об успехах и проблемах их детей, о жизни объединения в целом;
- организация родительских собраний, происходящих в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания учащихся;
- привлечение членов семей учащихся к организации и проведению дел объединения;
-групповые и индивидуальные консультации;
- постоянная обратная связь с учащимися и родителями (законными представителями) учащихся с использованием цифрового ресурса – мессенджеров и социальных сетей.
- организация на базе объединения семейных праздников, конкурсов, соревнований, направленных на сплочение семьи и детского объединения.

2.2. Условия реализации программы.

2.2.1. Материально-техническое обеспечение программы

1. Столы для настольного тенниса

2. Спортивный инвентарь: теннисные ракетки, теннисные мячи, скакалка, секундомер, тренажеры.

4. Учебно-методическая литература по настольному теннису.

2.2.2. Кадровое обеспечение реализации программы.

Реализацию программы осуществляет квалифицированный педагог дополнительного образования с опытом работы в дополнительном образовании.

2.3. Оценочные материалы

Способы проверки результатов:

- Достижения
- Соревнования
- Усвоение знаний - опрос, тестирование. Выполнение контрольных нормативов
- Устойчивость интереса к занятиям настольным теннисом, анкетирование.

Диагностика

Контрольные нормативы по физической подготовке.

Нормативы для детей, занимающихся настольным теннисом

6 и 7 год обучения

Техническая подготовка

1. Владеть: а/ способами подач – 10 видов;
   б/способами приема – 8 видов;
   в/ способами передач – 10 видов.
2. Темп игры за столом – 70 ударов в минуту.

3. Знать правила одиночной, парной и смешанной игры в настольный теннис.
4. Использовать рациональную технику тактику одиночной и парной игры.
5. Уметь организовать и провести встречу одиночной и парной игры 3 способами.

Физическая подготовка.

1. Отжимание – 25 раз.
2. Подтягивание – 10 раз.
3. Раскручивание корпуса «Вертушка» - 35 раз за 1 минуту.
4. Прыжки в длину с места – 180-200 см.
5. Имитация перемещений в стойке – 55 раз за 1 минуту.

Критерии и показатели УУД

Критерии	Показатели *(1уровень)*	Показатели *(2уровень)*	Показатели *(3уровень)*
РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД			
1.1 Постановка проблемы, целеполагание	принимает проблему, сформулированную педагогом, в процессе обсуждения, определяет цель	самостоятельно анализирует ситуацию, в процессе обсуждения с учителем выявляет проблему, совместно формулирует цель работы	самостоятельно формулирует проблему, анализирует причины её существования, самостоятельно определяет цель работы
1.2 Определение учебных задач, последовательности действий	принимает учебные задачи, определенные педагогом	совместно с педагогом определяет учебные задачи, последовательность действий	самостоятельно определяет учебные задачи, последовательность действий по их достижению
1.3Планирование учебной деятельности в соответствии с поставленной целью	принимает и выполняет предложенный план действий по выполнению поставленной задачи, не распределяет время на выполнение учебного задания , требует постоянного	определяет последовательность действий, планирует время для выполнения поставленной задачи	определяет возможные пути выполнения поставленной задачи, необходимые при этом ресурсы и время, предлагает эффективный путь решения

	внимания со стороны педагога		
1.4 Оценивание учебных действий	высказывает оценочное суждение о результатах деятельности, совместно с педагогом устанавливает соответствие результата поставленной цели	по заданному алгоритму определил правильность выполнения учебной задачи, определяет соответствие результата поставленной цели, высказывает оценочное суждение	самостоятельно делает вывод о правильности решения, сравнивает вариант решения с заданным алгоритмом, высказывает аргументированное суждение о соответствии результата поставленной цели
1.5 Коррекция учебных действий в процессе решения	под руководством педагога выявляет возможные проблемы, вносит коррективы в учебную деятельность	самостоятельно выявляет затруднения в процессе работы, совместно с педагогом вносит коррективы в последовательность действий	самостоятельно определяет возникающие затруднения и вносит коррективы с целью их устранения
1.6 Самоконтроль	совместно с педагогом анализирует ошибки, причины их возникновения, определяет действия, необходимые для их устранения	анализирует допущенные ошибки, совместно с педагогом определяет причины их возникновения	самостоятельно определяет причины затруднений, анализирует допущенные ошибки и причины их возникновения
1.7 Определение причин успеха/неуспеха решения учебной задачи (рефлексия)	совместно с педагогом выявляет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет причины успеха/неуспеха выполнения учебной задачи, конструктивно действует в ситуации неопределенности или неуспеха
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД			
2.1 Использование логических действий для выполнения учебной задачи	применяет логические действия в соответствии с предложенным алгоритмом выполнения учебной задачи	совместно с педагогом определяет необходимость и целесообразность использования логических операций для выполнения учебной задачи	самостоятельно определяет необходимость и целесообразность проведения логических операций в соответствии с учебной задачей
2.2 Установление	под руководством педагога выявляет	совместно с педагогом определяет возможные	самостоятельно устанавливает причинно-

причинно-следственных связей	причины наблюдаемых или изучаемых явлений	причины наблюдаемых или изучаемых явлений, самостоятельно устанавливает причинно-следственные взаимосвязи	следственные связи, аргументировано объясняет наблюдаемые или изучаемые явления, причины их возникновения
2.3 Формулирование выводов	с помощью педагога формулирует выводы на основе полученной информации	формулирует вывод (присоединяется к выводу) на основе полученной информации и привёл хотя бы один аргумент	предлагает аргументированный вывод на основе критического анализа, сопоставления различных точек зрения
2.4 Поиск, сбор и представление информации в соответствии с учебной задачей	задает вопросы, указывающие на отсутствие необходимой информации для выполнения учебной задачи, совместно с педагогом определяет необходимые действия для дальнейшего выполнения	определяет недостаточность информации для выполнения учебной задачи, осуществляет ее сбор под руководством педагога	определяет что и в каком объеме необходимо для выполнения поставленной задачи, осуществляет поиск информации в соответствии с учебной задачей
КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД			
3.1 Организация учебного сотрудничества при выполнении учебной задачи	выполняет учебные действия в одиночку или взаимодействует с членами группы по указанию педагога	взаимодействует с членами группы, исходя из личных симпатий, проявляет активность при обсуждении	взаимодействует со всеми членами группы, исходя из требований учебной задачи, отстаивает свою точку зрения, обсуждает предложенные идеи
3.2 Координация действий, разрешение конфликтных ситуаций	действия членов группы координирует педагог, учащиеся не распределяют роли при выполнении учебной задачи	договаривается о выполнении своей части задания, согласовывает свои действия и результаты с другими членами группы или педагогом	активно участвует в распределении ролей и функций в совместной работе, принимает общие решения на основе согласования позиций членов коллектива, осуществляет коррекцию действий партнера

Уровень показателей

Ф. И.	Регулятивные УУД			Познавательные УУД			Коммуникативные УУД		
	н	с	в	н	с	в	н	с	в

н – средний уровень

с – нормальный уровень

в – высокий уровень

2.4. Список литературы

2.4.1 Литература, используемая педагогом для разработки программы и организации образовательно-воспитательного процесса:

ОСНОВНАЯ

1. Амелин А.Н. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 1982г.
2. Байгулов Ю.П. Основы настольного тенниса. - М.: ФиС, 1979г.
3. Барчукова Г.В., Воробьев В.А. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2004г.
4. Захаров Г.С. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль: Верхнее-Волжское книжное издательство, 1990г.
5. Матыцин О.В. Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 1995г.
6. Шестеренкин О.Н. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

1. Барчукова Г.В. Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Г.В. Барчукова, В.М.М. Богушас, О.В. Матыцин; под ред. Г.В. Барчуковой. - М.: Академия, 2006г.
2. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису: — Санкт-Петербург: СпортАкадемПресс, 2002 г.

2.4.2. Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе:

1. Барчукова Г. А. Настольный теннис. - М.: Физкультура и спорт, 1990г.
2. Барчукова Г. В. Учись играть в настольный теннис. - М.: Советский спорт, 1989г.
3. Играем в настольный теннис: Кн. для учащихся. (сборник материалов)— М.: Просвещение, 1987
4. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису: — Санкт-Петербург: СпортАкадемПресс, 2002 г.
5. Реал-теннис: Джесси Рассел — Санкт-Петербург: Книга по Требованию, 2013г.
6. Серова Л.К., Скачков Н.Г. Умей владеть ракеткой. Ленинград: Лениздат, 1989 г.
7. Фримерман Э.Я. Краткая спортивная энциклопедия. М: Олимпия Пресс, 2005 г.
8. Фримерман Э.Я. Настольный теннис. /Сост. серии - Штейнбах В.Л./ - М.: Олимпия Пресс, 2005.
9. Шпрах С.Д. У меня секретов нет: учебно-методическое пособие для тренеров, спортсменов, любителей настольного тенниса. Ленинград: Лениздат, 1989.

Интернет-ресурсы

1. Мир настольного тенниса. Народный сайт: www.ttw.ru.

2. Мир настольного тенниса: www.ttsport.ru.

3. Russain Table. Tennis Forum: www.RTTF.ru.

4. Видео уроки онлайн: www.Uroki–online.com.

5. Новости спорта: www.ttennis-luga.ucoz.ru.

2.5. Приложения

Приложение № 1

Рабочая программа
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности объединения
«Настольный теннис» (второй этап)
на 2026- 2027 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности объединения «Настольный теннис».

Программа реализуется на базе МУДО «ЦДО».

Цель, задачи и планируемые результаты полностью совпадают с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой физкультурно-спортивной направленности объединения «Настольный теннис» (второй этап).

Изменения в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности объединения «Настольный теннис» (второй этап).

Особенности организации образовательной деятельности в 2026–2027 учебном году связаны с тем, что 2026 год объявлен в России Годом единства народов России. Это будет отражено в тематических мероприятиях.

В 2026-2027 учебном году занятия проводятся в соответствии с Календарным учебным графиком, расписанием, недельной нагрузкой, условиями реализации программы.

Тематическое содержание реализации программы подробно расписано в Календарном учебном графике.

Объем программы – 216 часов (для каждого года обучения). **Срок реализации** - 2026-2027 учебный год.

Режим занятий:

№ группы	Год обучения	Кол-во раз в неделю	Продолжительность занятий в академических часах	Кол-во учебных недель	Общее кол-во часов в год	Продолжительность часа в мин
1	6	3	2	36	216	45
2	6	3	2	36	216	45
3	6	3	2	36	216	45
4	6	3	2	36	216	45

Возраст и количество учащихся по годам обучения

№ группы	Год обучения	Возраст учащихся	Количество учащихся в группе
1	6	9-17	10
2	6	9-17	10
3	6	9-17	10
4	6	9-17	10

Использование цифровых технологий при дистанционном обучении в 2026-2027 учебном году

Тема	Электронный ресурс (активная ссылка на материал, платформа)
Новости российского спорта	https://www.Sportoboz.ru.html
Мир настольного тенниса	www.ttsport.ru

Приложение № 2

Календарный учебный график на 2026-2027 учебный год дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» (второй этап)

Календарный учебный график шестого и седьмого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	месяцы								
		09	10	11	12	01	02	03	04	05
1	Техника безопасности, техника игры.	10	9	9	9	9	9	9	9	9
2	Тактика игры	9	9	10	10	10	10	10	10	10
3	Психологическая подготовка	2	1	1	1	1	1	1		
4	Организация проведения соревнований					3	3	3	3	4
5	Самоконтроль	3	3	2	2					
6	Наставничество		2	2	2	1	1	1	2	1
	Итого:	24ч	24ч	24ч	24ч	24ч	24ч	24ч	24ч	24ч

Приложение № 3

Календарный план воспитательной работы

Наименование мероприятия	Дата, время и место проведения	Количество человек	
		Участников	Присутствующих (детей, взрослых)
Турнир по настольному теннису (учрежденческий уровень)	ноябрь ЦДО	15	0
Турнир по шашкам (учрежденческий уровень)	январь ЦДО	14	0
Мероприятие на тему: «О здоровом образе жизни»	март ЦДО	12	0
Мероприятие на тему: «Вредные привычки»	май ЦДО	15	0