**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО Г. КРАСНОДАР**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ПРИКУБАНСКИЙ»**

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУДО ЦДТ «Прикубанский»
Протокол № 2
от «25» мая 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский»
Н. Н. Щеглова-Лазарева
Приказ № 25
от «25» мая 2023г.

ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА

Подписано цифровой подписью: ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА
Дата: 2023.10.12 16:29:59 +03'00'

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**физкультурно-спортивной направленности**

# «ЗОЛОТАЯ РАКЕТКА»

**Уровень:** базовый

**Срок реализации:** 1 год (144 часов)

**Возраст обучающихся:** 9-16 лет

**Состав группы:** 10-12 человек

**Форма обучения:** очная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

ID номер в Навигаторе: 58618

**Авторы - составители:**
Шиповская Татьяна Владимировна,
методист

**г. Краснодар, 2023 г.**

**Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

**1.1. Пояснительная записка**

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (с изменениями на 21 июля 2020 года).
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
8. 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».
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об

утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).

10. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242).

11. Приказ Минобрнауки России от 22 декабря 2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

12. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2020 г.

14. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования муниципального образования город Краснодар «Центр детского творчества «Прикубанский».

15. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

16. Положение о порядке организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

17. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

**1.2. Направленность программы** физкультурно-спортивная

**1.3. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.**

**Новизна** данной образовательной программы состоит в том, что основные этапы начального обучения настольному теннису адаптированы для преподавания в разновозрастной группе детей, находящихся в центре, возможность использования программы, как групповой, так и индивидуальной формах с детьми. Разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают представление об игре в настольный теннис, овладевают основными навыками игры.

**Актуальность**. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребёнка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

**Педагогическая целесообразность.** Занятия настольным теннисом позволяют проводить обширную коррекционно – развивающую работу (коррекция мелкой моторики, точности движений и др.), решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

**1.4. Отличительная особенность.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» отличается от других программ тем, что программой предполагается активное участие в образовательно- воспитательном процессе: педагога – обучающегося – родителей – учреждения, а также в разностороннем подходе к обучающимся с разным уровнем подготовки и навыками, индивидуальном подходе к каждому ребенку.

**1.5. Адресат программы**

Обучение по программе осуществляется с детьми 9-16 лет, с любым видом и типом психофизиологических особенностей, с разным уровнем интеллектуального развития, имеющими разную социальную принадлежность (в том числе детей, находящихся в трудной жизненной ситуации).

**1.6. Наполняемость группы:** 10-12 человек.

**1.7. Условия приема детей:** запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» https://p23.навигатор.дети/. Обязательно предоставление медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

**1.8. Уровень программы, объем и сроки ее освоения**

Уровень освоения программы – базовый, что предполагает знакомство с правилами и техникой игры в настольный теннис и привитие интереса к изучению предмета.

Запланированное количество часов для реализации программы – 144 ч. Срок реализации -1 год.

Количество часов в неделю – 4 часов.

**1.9. Формы обучения**

Форма обучения очная. В программе предусмотрено использование дистанционных и комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы при сетевой и комбинированной формах реализации.

**1.10. Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятия – 40 минут. Между занятиями предусмотрен перерыв не менее 10 минут.

**1.11. Особенности организации образовательного процесса.**

Занятия проводятся в сформированных группах детей одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный.

Виды занятий по программе определяются ее содержанием и предусматривают проведение выездных соревнований, а также организацию занятий в дистанционном-режиме – на платформах Zoom, Moodle и др.

Важным методом для повышения мастерства является соревновательный метод – участие в различных товарищеских встречах, соревнованиях с последующим обязательным анализом игры.

Для определения качества и прочности усвоения обучающимися изученного теоретического и практического материала проводятся контрольные занятия.

**1.2. Цель и задачи программы.**

**Цель образовательной программы**: формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

**Задачи:**

**Образовательные (предметные):**

- способствовать обучению жизненно важным двигательным умениям и навыкам в процессе занятий настольным теннисом;

- способствовать развитию основные физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту), необходимые для совершенствования игровых умений и навыков, обучение и совершенствование основ техники и тактики игры в настольный теннис;

- способствовать обучению правильному выполнению физических упражнений.

**Развивающие (метапредметные):**

- способствовать укреплению здоровья;

- содействовать гармоничному физическому развитию;

- развивать двигательные способностей обучающихся;

- создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных формах профессиональной и физкультурно-спортивной деятельности.

**Воспитательные (личностные):**

- прививать любовь к регулярным занятиям физической культурой и спортом, навыки здорового образа жизни;

- способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств: волю, смелость, активность, целеустремленность.

## 3. Содержание программы

### 3.1. Учебный план программы

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество часов | | | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Вводное занятие.Инструктаж по технике безопасности | **2** | 2 | | Беседа |
| 2 | **Раздел 1. Общефизическая подготовка** | **36** | | **36** | |
| 3 | Скоростная работа | 10 | | **10** | Выполнение нормативов |
| 4 | Работа на выносливость | 14 | | 14 | Выполнение нормативов |
| 5 | Силовая работа | 12 | | 12 | Выполнение нормативов |
| 6 | **Раздел 2. Специальная подготовка** | **26** | | **26** | |
| 7 | Координационные упражнения | 16 | | 16 | Выполнение нормативов |
| 8 | Стойка игрока | 10 | | 10 | Выполнение нормативов |
| 9 | **Раздел 3. Техническая подготовка** | **20** | | **20** | |
| 10 | Хватка и толчок ракетки | 6 | | 6 | Выполнение нормативов |
| 11 | Подача мяча | 8 | | 8 | Выполнение нормативов |
| 12 | Накаты мяча | 4 | | 4 | Выполнение нормативов |
| 13 | Срезки мяча | 4 | | 4 | Выполнение нормативов |
| 14 | **Раздел 4. Тактическая подготовка** | **58** | | **68** | |
| 15 | Перемещения вокруг теннисного стола | 4 | | 4 | Интегральная подготовка |
| 16 | Игровая подготовка | 20 | | 20 | Учебная игра, соревнование |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 17 | Проведение товарищеских игрв комплексе | 34 | | 34 | Учебная игра, соревнование |
| 18 | **Итоговое занятие** | **2** | | **2** | Учебная игра, соревнование |
| | **Всего часов в год** | **144** | **2** | **142** | |

## Содержание учебного плана

***Тема №1*. Вводное занятие. (2 часа)**

Теоретическое занятие. Инструктаж. Общая характеристика учебного процесса. Техника безопасности на занятиях по настольному теннису, профилактика травматизма История возникновения и развития настольного тенниса

***Раздел № 1*. Общефизическая подготовка.**

***Тема №1. Скоростная работа* (10 часов)**

Практическое занятие. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим.

**Тема № 2. Работа на выносливость (14 часов)**

Практическое занятие. Общеразвивающие упражнения РУ на месте без предметовОРУ в движении без предметов ОРУ с теннисными мячами.

***Тема № 3. Силовая работа* (12 часов)**

Практическое занятие. ОРУ с теннисными мячами ОРУ с мячами для настольного тенниса ОРУ в парах

***Раздел № 2. Специальная подготовка***

***Тема № 1*. Координационные упражнения (16 часов).**

Практическое занятие. Стойки игрока. Приёмы и передачи мяча (от груди, от пола).Подачи снизу.

***Тема № 2*. Стойка игрока (10 часов)**

Практическое занятие. Игровые задания с элементами спортивных игр:

«Меткий стрелок», «Охотники», «Выше головы».

***Раздел № 3. Техническая подготовка***

***Тема № 1.* Хватка и толчок ракетки. (6 часов)**

Практическое занятие: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой), быстроты переключения от одних действий к другим.

***Тема № 2.* Подача мяча (8 часов)**

Практическое занятие: освоение правильности подачи мяча для настольного тенниса. Подвижные и спортивные игры. Контрольные упражнения

***Тема № 3.* Накаты мяча (4 часа)**

Практическое занятие: Упражнения с теннисными мячами. Упражнения на развития координации верхних конечностей и мышц плечевого аппарата. Разминка плеч, предплечий, кистей.

***Тема № 4.* Срезки мяча (4 часа)**

Практическое занятие: Упражнения с теннисными мячами. Правильность подброса мяча перед подачей, рассчитанной на победу в конкретной партии. Индивидуальные действия: Техника отталкивания ракеткой

***Раздел № 4. Тактическая подготовка***

***Тема № 1.* Перемещения вокруг теннисного стола (4 часа)**

Практическое занятие: выбор позиции для правильной подачи мяча, по правилам настольного тенниса. Контрольные испытания по тактическим действиям в защите.

***Тема № 2.* Игровая подготовка (20 часа)**

Практическое занятие: соревновательная игра в настольный теннис Специальные эстафеты и контрольные упражнения (тесты).

***Тема № 3.* Проведение товарищеских игр в комплексе**

Практическое занятие: соревновательная игра в настольный теннис

**Итоговое занятие (2 часа)**

Практическое занятие: Выполнение контрольных упражнений

## 1.4 Планируемые результаты

**Личностные:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе занятий;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

- усвоение правил безопасного поведения во время занятий и соревнований.

**Метапредметные:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в процессе занятий;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и тренировочных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанною выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

**Предметные:**

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- овладение системой знаний об истории игры в настольный теннис, правилах игры, организации и проведении соревнований по настольному теннису;

- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных занятий настольным теннисом с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий по настольному теннису с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;

- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями игры настольный теннис, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

**Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации»**

**2.1. Календарный учебный график**

1. Дата начала обучения - 01.09.2023
2. Дата окончания обучения -31.05.2024
3. Количество учебных недель - 36
4. Количество учебных дней – 72
5. Количество учебных часов: всего – 144, из них: теоретических – 2 ч.; практических – 142 ч.

**2.2 Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение**

Для обеспечение практической части занятий: спортивный зал или кабинет оснащенный столами для настольного тенниса

**Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:**

Ракетки и мячи для настольного тенниса

**Каждому обучающемуся необходимо иметь:**

Спортивная обувь и форму

**2.2.3. Информационное обеспечение**:

Интернет - источники:

- https://rmc23.ru/ Региональный модельный центр дополнительного образования детей Краснодарского края
- https://p23.навигатор.дети/ Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края».

**2.2.4. Кадровое обеспечение**.

Педагог дополнительного образования имеющей профессиональное высшее образование или средние профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее

профессиональное образование в рамках направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

**2.3 Формы аттестации.**

Начальный контроль: выполнение заданий на определение начального уровня знаний обучающихся.

Текущий контроль: наблюдение педагога за выполнением предложенных заданий на каждом занятии; фиксация посещения обучающимися занятий в журнале учебной группы.

Промежуточный контроль: турниры среди обучающихся. Протоколы результатов игры вывешиваются в каждой группе (кабинете).

Итоговый контроль: подсчет количества баллов, участие в турнирах, соревнованиях на всех уровнях (групповых, районных, городских и т.д.)

**2.4 Оценочные материалы.**

**Мониторинг предметных результатов.** В соответствии с целями и задачами программы предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований обучающихся. В качестве критериев диагностики в программе запланировано применение метода оценки знаний и умений. (Приложение № 1)

**Мониторинг оценки личностных результатов** осуществляется педагогом дополнительного образования преимущественно на основе наблюдений во время образовательной деятельности, результаты которого обобщаются в конце каждого образовательного модуля и фиксируются в диагностической карте (Приложение № 2).

**Мониторинг метапредметных результатов.** Система внутренней оценки метапредметных результатов включает в себя следующие процедуры: педагогическое наблюдение и анализ выполнения творческих работ

(Приложение №3).

**2.5 Методические материалы**

**Методы обучения:** словесные методы обучения, практические методы обучения.

**Педагогические технологии:** технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающие технологии.

**Учебное занятие** - основная перечнизации образовательного процесса. На каждом занятии помимо обучающих задач реализуются воспитательные задачи.

С учетом специфики вида спорта настольный теннис определяются следующие особенности спортивной подготовки:

– планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляется в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития.

**Воспитательная работа.** Воспитание – это целенаправленное управление процессом становления личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Педагог решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации творческого потенциала ребенка, обеспечение активной социальной адаптации, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по преодолению собственных проблем.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебных занятий, так и в процессе подготовки и участия детей в массовых мероприятиях Центра. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к занятиям, привитию организованности,

трудолюбия и дисциплины. В работе с учащимися применяется широкий круг средств и методов воспитания:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования

Программа «Золотая ракетка» помогает овладеть наиболее перспективными универсальными компетенциями (soft skills), позволяющими ребёнку в дальнейшем найти своё место в мире, успешно решать профессиональные и социальные задачи.

Деятельность педагога по реализации задач профориентации:

- оказывает помощь психологу в проведении анкетирования, обучающихся и их родителей по проблеме самоопределения;
- проводит родительские собрания по проблеме формирования готовности обучающихся к профильному и профессиональному самоопределению;
- способствуют формированию у обучающихся адекватной самооценки;
- проводят наблюдения по выявлению склонностей и способностей обучающихся;
- адаптируют учебные программы в зависимости от профиля класса, особенностей обучающихся.
- Тренировочное занятие должно состоять из 3-х частей: подготовительной (или разминки), основной и заключительной.

Пригодится в дальнейшем при поступлении в университет спортивной направленности.

**Алгоритм учебного занятия**

*Подготовительная часть*

Данная часть тренировочного занятия вводит детей в работу, которая

запланирована, организует их, устанавливает контакт между детьми и педагогом. Организм спортсмена подготавливается к выполнению предстоящей физической нагрузке, т. е. к выполнению более сложных упражнений основной части занятия. Для содержания первой части характерны строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание и другие. Главная задача этой части занятия - четкая организация детей, приобретение ими навыков коллективного действия; эти упражнения воспитывают дисциплину, повышают внимание. Не стоит в одно занятие включать много строевых упражнений и нельзя давать все время одни и те же движения.

*Основная часть*

Задача основной части занятия - овладение главными, жизненно - необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению настольного тенниса. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств. Наиболее характерны для этой части занятия не только такие традиционные упражнения как ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии, упражнения для развития быстроты и точности, дыхательные упражнения, но и специальные упражнения. Кроме упражнений для развития общей выносливости, мышечной памяти, применяются упражнения, развивающие творческое мышление.

*Заключительная часть*

Задачи этой части занятия - завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства - медленная ходьба, упражнения на восстановления дыхания.

## 2.6 Список литературы:

1. Ибрагимова, О.А. Начальное обучение игре настольный теннис / О.А. Ибрагимова, Н.В. Чупанова, А.Ж. Вараева. – Махачкала : , 2019. – 42 с.

2. Нуруллин, И.Ф. Методическое пособие Начальное обучение игре настольный теннис / И.Ф. Нуруллин, В.Г. Ряузов, Л.А. Свиригина. – Казань : , 2014. – 63 с.

**Приложение 1**

## «Мониторинг личностного развития воспитанников

| № | Ф.И. воспитанника | Организационно-волевые качества | | | Ориентационные качества | | | Поведенческие качества | | | Личностные достижения воспитанника | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 0- срез | 1 полугод | 2 полу год | 0-срез | 1полу год | 2 полу год | 0-срез | 1пол у год | 2пол у год | 0-срез | 1 полу год | 2 полугод |
| 1. | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | | | | | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | | | | | |
| 4. | | | | | | | | | | | | | |
| 5. | | | | | | | | | | | | | |
| 6. | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | | | | | | | | | | | | | |
| 8. | | | | | | | | | | | | | |
| 9. | | | | | | | | | | | | | |
| 10. | | | | | | | | | | | | | |
| 11. | | | | | | | | | | | | | |
| 12. | | | | | | | | | | | | | |
| | Итого:<br>*низкий<br>*средний<br>*высокий | | | | | | | | | | | | |

## *Критерии оценивания «личностного развития воспитанника»*

| Показатели оценивания | Критерии | Степень выраженности оцениваемогокачества | Уровень оценки | Мето диагн тики |
|---|---|---|---|---|
| Организационно волевые качества | | | | |
| * Терпение<br>* Воля<br>* Самоконтроль | Способность выдерживать учебные нагрузки,побуждать себя к практическим действиям, контролировать поступки | терпения хватает меньше, чем на ½ занятия, волевые условия побуждаютсяпедагогом, воспитанник действует под воздействием контроля;<br>терпения хватает больше, чем на ½ занятия, иногда проявляются волевые качества, может контролировать себя сам;терпения хватает на всё занятие,<br>волевые качества ярко выражены,постоянно контролирует себя | низкий<br>средний<br>высокий | наблюдение |
| Ориентационные | | | | |
| Интерес к занятиям в объединении, самооценка | Осознание участия воспитанника в освоении программы, способность воспитывать себяадекватно реальным достижениям | интерес к занятию слабо выражен,самооценка занижена;<br>интерес поддерживать самим воспитанником, самооценка занижена;постоянный интерес к занятию, самооценка нормальная | низкий<br>средний<br>высокий | анкетовани тестиание |
| Поведенческие качества | | | | |
| Конфликтность,тип сотрудничества | Умение контролировать себя в конфликтной ситуации, умение сотрудничать | провоцирует конфликт, сотрудничаетпо принуждению педагога; сторонний наблюдатель конфликта, проявляет желание к сотрудничеству;доброжелательный, неконфликтный,<br>проявляет инициативу в сотрудничестве | низкий<br>средний<br>высокий | набл ние, тестиание |
| Личностные достижения воспитанника | | | | |
| Участие в мероприятиях различного уровня | Степень икачество | не принимает участия;<br>принимает участие при поддержкевзрослого;<br>самостоятельно проявляет инициативу | низкий<br>средний<br>высокий | наблние |

Приложение 2

Нормативы по технико-тактической подготовке

| *№ п/п* | *Наименование технического приема* | *Количество ударов* | *оценка* |
|---|---|---|---|
| 1. | Набивание мяча ладонной стороной ракетки | 100<br>80-65 | ХорошоУдовлет. |
| 2. | Набивание мяча тыльной стороной ракетки | 100<br>80-65 | ХорошоУдовлет. |
| 3. | Набивание мяча поочередно ладонной и тыльнойстороной ракетки | 100<br>80-65 | ХорошоУдовлет. |
| 4. | Игра накатами справа по диагонали | 30 и более<br>от 20 до 29 | ХорошоУдовлет. |
| 5. | Игра накатами слева по диагонали | 30 и более<br>от 20 до 29 | ХорошоУдовлет. |
| 6. | Выполнение наката справа и слева в правый уголстола (игра в правосторонний «треугольник») | 20 и более<br>от 15 до 19 | ХорошоУдовлет. |
| 7. | Выполнение наката справа и слева в левый уголстола (игра в левосторонний треугольник) | 20 и более<br>от 15 до 19 | ХорошоУдовлет. |
| 8. | Игра накатами справа по прямой (в левый угол стола) | 30 и более<br>от 20 до 29 | ХорошоУдовлет. |
| 9. | Игра накатами слева по прямой(в правый угол стола) | 30 и более<br>от 20 до 29 | ХорошоУдовлет. |
| 10. | Сочетание накатов справа и слева по всему столу(кол-во ошибок за 3 мин.) | 8 и менее<br>от 9 до 12 | ХорошоУдовлет. |
| 11. | Выполнение подачи справа по всему столу(10 попыток) | 8<br>6 | ХорошоУдовлет. |
| 12. | Выполнение подачи слева по всему столу(10 попыток) | 8<br>6 | ХорошоУдовлет. |

*Приложение 3*

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «настольный теннис»**

| № п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив | |
|---|---|---|---|---|
| | | | мальчики | девочки |
| **Нормативы общей физической подготовки** | | | | |
| **1** | Челночный бег 3×10 м | С | 10,3 | 10,6 |
| **2** | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | Количество раз | Не менее 7 | Не менее 4 |
| **3** | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | Не менее 110 | Не менее 105 |
| **4** | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) | см | Не менее + 1 | Не менее + 3 |
| **Нормативы специальной физической подготовки** | | | | |
| **1** | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (5 попыток) | Количеств попаданий | Не менее 2 | Не менее 1 |
| **2** | Прыжки через скакалку за 30 с- | Количество раз | Не менее 35 | Не менее 30 |