

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 01
от « 29 » 08 2022 года



«Утверждаю»

Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»

Т.А. Певгова

Приказ № 163

от « 29 » 08 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»**

направленность: физкультурно-спортивная

возраст обучающихся: 7-17 лет

срок реализации: 7 лет

автор-составитель:

Потапенко Олег Владимирович

педагог дополнительного образования отдела

«Олимпиец»

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис»
3.	Направленность программы	физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Потапенко Олег Владимирович, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	7 лет
5.2.	Возраст обучающихся	7-17 лет
5.3.	Характеристика программы: тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая групповые занятия с использованием дистанционных технологий
5.4.	Цель программы	оздоровление подрастающего поколения и развитие потребности в здоровом образе жизни через занятия настольным теннисом
6.	Формы и методы образовательной деятельности	беседы, лекции, тренировочные занятия; посещение, участие и проведение соревнований по настольному теннису; просмотр наглядных фотоматериалов
7.	Формы мониторинга результативности	сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, соревнования
8.	Результативность реализации программы	выпускник будет владеть техникой ударов: «накат», «подрезка», атакующих ударов, «топ-спин»; техникой подачи; техникой и тактикой игры; знать правила соревнований по настольному теннису и систему проведения игр (олимпийскую, круговую); уметь вести счет в игровых партиях, судейство; выполнять контрольные нормативы по общей

		физической подготовке
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	26.08.2021г. – дата разработки программы; 26.08.2022г. – дата утверждения и последней корректировки программы, изменение нормативно-правовой базы, уточнение замеров вводного, промежуточного и итогового контроля
10.	Рецензенты	Камардин Александр Валерьевич – заведующий отделом «Олимпиец» муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная программа «Настольный теннис» имеет физкультурно-спортивную направленность. Данная программа предназначена для занятия настольным теннисом, позволяет регулировать физические и психические нагрузки на организм человека в зависимости от возраста, физического развития и состояния здоровья, что дает возможность индивидуального, дифференцированного подхода.

Нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ [15];
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ [16];
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» [17].
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022г. №678-р [3];
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [8];
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [9];
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [7];
- Приказ Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» [10];
- Постановление главного государственного санитарного врача федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28 об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [6];
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности Дворца от 20.01.2016г. №7729 [4];
- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Городской дворец творчества детей и молодежи №1» [14].

При проектировании и реализации программы также учитываются:

- Закон Республики Татарстан от 08 июля 1992г. №1560-12 «О государственных языках Республики Татарстан и других языках» (с изменениями, внесенными Законом РТ от 27.04.2017г. №27-ЗРТ) [1];
- Конвенция ООН о правах ребенка [2];
- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных), Казань, РЦБР, 2022г. [5]
- Приоритетный проект «Дополнительное образование для детей» (протокол от 30.11.2016г. №11) [11];
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021г. №652н) [12];
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015г. №996-р [13].

Актуальность программы

Настольный теннис увлекательная игра, занятие им не требует особых условий, вложений, что делает его доступным.

Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, развитие физического и психического здоровья в целом.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию: выносливости, координации движений, скоростно–силовых качеств, формированию двигательных навыков. Стремление к победе развивает логическое мышление обучающихся, заставляя продумывать каждый удар.

Играя в настольный теннис, ребенок может испытывать как радость за победу, так и переживания за проигрыш, высокие эмоциональные перепады поддерживают активность и неугасающий интерес к игре.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия настольным теннисом позволяют развивать силу воли, психологическую уравновешенность и концентрацию внимания, а также ловкость и быстроту реакции.

Новизна программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Увлекательная спортивная игра «Настольный теннис» является эффективным средством физического воспитания и всестороннего физического развития личности обучающегося.

Отличительные особенности программы

Программа составлена на основе спортивных программ по настольному теннису и методического материала отечественных тренеров для работы с детьми (Команов В.П., Муравьева М.А., Ендолов В.Н.).

Цель программы: оздоровление подрастающего поколения и развитие потребности в здоровом образе жизни через занятия настольным теннисом.

Задачи программы:

Обучающие

- способствовать формированию навыков игры в настольный теннис;
- выработать потребность в систематическом занятии физкультурой и спортом;
- способствовать овладению обучающимися элементарными знаниями в области здоровья.

Развивающие

- способствовать развитию у детей координации и ловкости;
- повысить возможности функциональных систем организма.

Воспитательные

- способствовать воспитанию морально-волевых качеств личности;
- формировать стремление к самовоспитанию и самореализации;
- формировать интерес к настольному теннису.

Адресат программы

Программа ориентирована на обучающихся 7-17-летнего возраста, проявляющих интерес к занятиям настольным теннисом.

Объем программы

Продолжительность образовательного процесса составляет 36 недель в год. Группы могут быть разновозрастные, при работе в таких группах применяется индивидуальный подход к планированию физических нагрузок. Обязательным зачислением в группу является разрешение врача, т.е. наличие медицинской справки. Возможно зачисление в группу второго или третьего года обучения, минуя предыдущий на основании сдачи контрольных нормативов.

Формы организации образовательного процесса

Групповые учебные занятия, беседы, тренировочные занятия; посещение и проведение соревнований по настольному теннису.

Срок освоения программы

7 лет для обучающихся 7-18 лет.

Режим занятий

1 год обучения 7-9 лет – 2 раза в неделю по 2 часа = 144 часа;

2-ой и последующие года обучения 10-18 лет – 3 раза в неделю по 2 часа = 216 часов.

Планируемые результаты освоения программы

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области нравственной культуры:

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при игре в настольный теннис.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий в настольном теннисе.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения.

В области физической культуры:

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий настольным теннисом.

Предметные результаты, так же, как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте занятий настольным теннисом в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований в настольный теннис.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в настольном теннисе в полном объеме.

В области коммуникативной культуры:

- способность осуществлять судейство соревнований по настольному теннису, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий настольным теннисом, игровой и соревновательной деятельности;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий настольным теннисом, разрешать спорные проблемы в игре на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям по Настольному теннису и спортивным соревнованиям.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях настольным теннисом.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий в настольном теннисе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности.

Организация воспитательной работы в рамках программы

Проведение воспитательных мероприятий, праздников и других мероприятий в рамках программы. Воспитательная работа входит в общее количество часов по программе.

Цифровая технология

В соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 02.12. 2019 года № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды» и в условиях реализации национального проекта «Образование» современная цифровая технология в форме применения различных цифровых ресурсов в учебно-воспитательном процессе внедрена в содержание программы.

Обоснование использования дистанционных образовательных технологий

При проектировании и реализации программы, подготовке к занятиям и мероприятиям с обучающимися, педагогом используются электронные образовательные ресурсы: в социальной сети Вконтакте создано сообщество «отдел «Олимпиец» ГДТДиМ №1» <https://vk.com/club201020332>, где размещаются задания к занятиям, все ссылки, файловые документы, вложены в обсуждения «Объединение «Настольный теннис».

В программе используются элементы дистанционных технологий, при проведении занятий предполагается просмотр наглядных фото-, видеоматериалов.

Сетевое взаимодействие

Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия на основании договора МАУДО «ГДТДиМ №1» и ФГАОУ ВО «К(П)ФУ» г. Набережные Челны о сотрудничестве в сфере образования и профориентации обучающихся.

Формы подведения итогов реализации программы

Выполнение обучающимися обязательной технической программы по настольному теннису в рамках проведения вводного, промежуточного и итогового контроля в течение учебного года для выявления изменения уровня спортивной подготовки, результаты участия в соревнованиях, опросы и тестирования.

Формы и методы обучения инструкторской и судейской практики

Самостоятельный анализ тренировки, помощь педагогу в проведении занятия, анализ своих выступлений на соревнованиях, самостоятельное изучение методической литературы, изучение правил проведения соревнований.