

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Данилкино
Балашовского района Саратовской области»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по
УВР МОУ СОШ с. Данилкино
Л.В. Христофорова /Л.В. Христофорова/
«30» августа 2019г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ СОШ с. Данилкино
МОУ СОШ
С.В. Аверьянова /С.В. Аверьянова/
Балашовского района
Саратовской

Приказ № 759 от 2 августа 2019 г



Рабочая программа кружка
«Настольный теннис»
Невзорова Алексея Алексеевича
учителя I категории

Возраст учащихся 11-17 лет

2019 – 2020 учебный год

Рабочая программа разработана на основе:

- Федерального Закона № 273 от 29.12.12 г. «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом № 1897 Министерства образования и науки Российской Федерации 17 декабря 2010 года,
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта (2004 г.)
- авторской программы «комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы., авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич 6-е издание, Москва «Просвещение» 2014.

Общее количество часов в год-35 часов, 1 час в неделю

Цель спортивного кружка н/тенниса: совершенствование технического мастерства теннисистов, уровень всесторонней технической подготовки: освоение технических приемов, устойчивость к сбивающим факторам, высокая надежность основных приемов игры и техническое мастерство применительно к игровой функции теннисиста, обеспечение качественного уровня физической культуры, физического развития и физической подготовленности обучающихся через вовлечение к систематическим занятиям н/теннисом в спортивном кружке школы.

Система задач:

1. Разработка эффективных приемов оптимизации деятельности спортивного кружка по н/теннису на каждом этапе многолетней подготовки в системе общеобразовательной школы.
2. Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни и укреплении здоровья.
3. Привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям.
4. Улучшение спортивных результатов каждого учащегося, занимающегося в спортивном кружке.
5. Команда школы должны стать одной из лучших команд района по н/теннису.

1. Планируемые результаты освоения учебного курса «Настольный теннис»

В результате изучения курса дополнительного образования обучающиеся должны овладеть

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Настольный теннис» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Настольный теннис» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья,

уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Требования к уровню подготовки

Воспитанники должны уметь:

1. Эффективно действовать на любой позиции.
2. Знать свое игровое амплуа.
3. Организовать и провести соревнования между классами без участия учителя.
4. Руководить игроками на школьных соревнованиях.
5. Проводить судейство соревнований на первенство школы.
6. Эффективно атаковать соперника.
7. Эффективно защищаться.
8. Эффективно выполнять нападающий удар.
9. Эффективно защищаться при нападающем ударе.
10. Выкладываться на тренировках и соревнованиях для достижения поставленных задач.

Воспитанники должны знать:

1. Как управлять игроками.
2. Как составляется конспект тренировки.
3. Как составляется индивидуальный план подготовки.
4. Закономерности двигательной активности, спортивной тренировки.
5. Способы психофизической регуляции и саморегуляции.

Командные умения и ожидаемые результаты:

Команда сборной школы весь сезон, так же все встречи проводит в форме учебно-тренировочной игры. На всех без исключения соревнованиях ставится установка - **победить**. В течение сезона проводится несколько контрольных игр. По возможности организуется выезд на районные соревнования в которых участвуют лучшие сборные сельских школ Балашовского района. В Спартакиаде учащихся района ставится задача занять призовое место в финальных соревнованиях.

2. Содержание учебного курса

Последовательность владения теннисным шариком (мячом).

1. *Передвижения, остановки, повороты, стойки.*
2. *Прием т/шарика.*
3. *Передача т/шарика.*
4. *Подача т/шарика.*
5. *Нападающий удар.*
6. *Отбивание т/шарика.*
7. *Учебно-тренировочная игра.*

Организационные мероприятия и воспитательная работа в секции.

- а) общее собрание команды (план соревнований мероприятий на весь год, подведение итогов, достигнутые успехи).
- б) анализ и самоанализ выступлений на соревнованиях, контрольных играх)
- в) обучение ведению “дневника самоконтроля”.
- г) проверка состояния здоровья в начале и конце учебного года и перед соревнованиями.

Микроклимат в команде строится на непререкаемом авторитете старших игроков команды, они – пример для остальных во всем (не только на тренировках, но и в участиях в мероприятиях школьного, зонального и районного масштаба, пример в учебе.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Учебный материал	Форма органи- зации	Дата	
			По плану	По Факту
<i>Передвижения, остановки, повороты, стойки</i>				
1.	Вводное занятие. ТБ на занятиях н/теннисом. Стойка игрока, передвижение, повороты, правила игры.	теория	3.09	
2.	Стойка игрока, передвижение, повороты.	практи- ческое	10.09	
3.	Перемещение в стойке. Удары ракеткой по теннисному шарик, учебная игра.	практи- ческое	17.09	
<i>Прием т/шарика</i>				
4.	Хват ракетки. Прием т/шарика внутренней стороной ракетки, учебная игра.	практич- еское	24.09	
5.	Удары ракеткой. Прием т/шарика внешней стороной ракетки, учебная игра.	практич- еское	1.10	
6.	Учебная игра. Совершенствование приёма т/шарика внутренней стороной ракетки,	практич- еское	8.10	
7.	Приём т/шарика внутренней стороной ракетки, учебная игра.	практич- еское	15.10	
8.	Учебная игра 1x1; 2x2.	практич- еское	22.10	
<i>Передача т/шарика</i>				
9.	Совершенствование техники передачи шарика, учебная игра.	практич- еское	5.11	
10.	Учебная игра.	практич- еское	12.11	
11.	Отработка техники передачи т/шарика внешней стороной ракетки, учебная игра.	практич- еское	19.11	
12.	Вращающая передача т/шарика, учебная игра.	практич- еское	26.11	

13.	Вращающий нападающий удар. Совершенствование техники передач т/шарика.	практич еское	3.12	
<i>Подача т/шарика</i>				
	Учебная игра.	практич еское	10.12	
<i>Нападающий удар</i>				
14.	Совершенствование нападающего удара внутренней стороной ракетки, учебная игра.	практич еское	17.12	
15.	Учебная игра.	практич еское	24.12	
<i>Отбивание т/шарика</i>				
16.	Отбивание т/шарика после нападающего удара, учебная игра.	практич еское	14.01	
17.	Отработка отбивания т/шарика после нападающего удара, учебная игра.	практич еское	21.01	
18.	Совершенствование отбивания т/шарика после нападающего удара, учебная игра.	практич еское	28.01	
<i>Учебно-тренировочная игра</i>				
19.	Совершенствование двусторонней игры. Первенство классов.	практич еское	4.02	
20.	Совершенствование двусторонней игры. Первенство классов.	практич еское	11.02	
21.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	18.02	
22.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	25.02	
23.	Совершенствование двусторонней игры. Первенство школы.	практич еское	3.03	
24.	Совершенствование двусторонней игры. Первенство школы.	практич еское	10.03	
25.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	17.03	
26.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	24.03	
27.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	31.03	
28.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	7.04	
29.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	14.04	
30.	Совершенствование двусторонней игры.	практич еское	21.04	
31.	Совершенствование двусторонней игры.	практич	28.04	

		еское		
32.	Совершенствование двусторонней игры. Лично-командное первенство.	практич еское	5.05	
33.	Совершенствование двусторонней игры. Лично-командное первенство.	практич еское	12.05	
34.	Совершенствование двусторонней игры. Лично-командное первенство.	практич еское	19.05	
35.	Совершенствование двусторонней учебной игры 2х2. Заключительное занятие, подведение итогов.	практич еское	26.05	
	ИТОГО:		35	

Список литературы

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич 6-е издание, Москва «Просвещение» 2014.

Учебники:

1. Авторы: М.А.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А.Баландин, Н.Н.Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С.Алёшина, З.В.Гребенщикова, А.Н.Крайнов

Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я.Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2018.

2. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха А.А.Зданевича

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

3. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич

Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2014.

