Ростовская область п. Матвеев Курган
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Матвеево -Курганская открытая (сменная) общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО	**СОГЛАСОВАНО**	**УТВЕРЖДЕНО**
на заседании	Заместитель директора	Директор МБОУ М -Курганской о(с)ош
педагогического совета	по УВР	/_____/ .А.В. Гончаров
протокол № 1 от 30.08.2023г	_____А.С. Головченко	Приказ № 61 от 30.08.2023 г
	30.08.2023г	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Школа настольного тенниса»

направление: ***Спортивно-оздоровительное***
Класс - **7**
Уровень общего образования – ***основное общее образование***
Количество часов - ***36***
Учитель - ***Хайло Елена Карловна***

Рабочая программа по внеурочной деятельности по «Настольному теннису» для учащихся 5-9 классов составлена на основе Программы по настольному теннису для спортивных школ Г.В. Барчукова (этапы спортивного совершенствования), 2012г.
- в соответствии с учебным планом МОУ Матвеево-Курганская о(с)ош на 2022-2023учебный год;

2023-2024 учебный год

Пяснительная записка

Для реализации программы используются нормативно-правовые документы, рекомендованные Министерством образования РФ:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ.

2.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования № 1897 (в редакции от 29.12.2014 г. № 1644).

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 №1578.

4. Письмо МОН РФ №03-296 от 12.05.2011 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС ООО», методического конструктора «Внеурочная деятельность школьников»

Настоящая программа является основным документом определяющим направленность и содержание внеурочной деятельности МБУ Матвеево-Курганской о(с)ош в группах спортивно-оздоровительного этапа.

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам,
- Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в Российской Федерации,
- Устав МБУ Матвеево-Курганской о(с)ош.

Рабочая программа по внеурочной деятельности по «Настольному теннису» для учащихся 5-9 классов составлена на основе Программы по настольному теннису для спортивных школ Г.В. Барчукова (этапы спортивного совершенствования), 2012г.

- в соответствии с учебным планом МОУ Матвеево-Курганская о(с)ош на 2023-2024учебный год;

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Игра в настольный теннис направлена на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Возможность индивидуального и дифференцированного подхода к занимающимся настольным теннисом позволяет охватить большое число учащихся с разными физическими данными.

Цель программы - изучение спортивной игры настольный теннис.

Задачи:

1. Образовательные:

-дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);

-научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.
2.Развивающие:
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;-
формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
3.Воспитательные:
- способствовать развитию социальной активности обучающихся
-воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
-пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;
Объем программы: программа рассчитана на 36 часов, 1 час в неделю.
Срок реализации – 1 год.

I Планируемые результаты освоения программы.

В результате освоения программы обучения теннисной игре дети приобретают следующие знания, практические умения и навыки:
-умеют профессионально обращаться с ракеткой, пользуясь несколькими хватками;
- знают и умеют выполнять все нормативы по общей физической подготовке;
-умеют играть с партнером через сетку и использовать в игре все изученные приемы; знают историю спорта вообще и тенниса в частности;
-умеют играть на счет и судить соревнования по теннису; могут продолжать свои занятия самостоятельно (цель занятия ставит педагог);
-умеют применять спортивные и медицинские знания; могут участвовать в районных и областных соревнованиях.
Основными результатами выполнения программы являются:
-укрепление здоровья детей; рост физических и спортивных показателей у каждого воспитанника в течение одного этапа занятий (учебный год);
-проявление устойчивого интереса к занятиям спортом и физической культурой; навыки самостоятельных занятий; воспитание культуры здорового образа жизни; воспитание волевых и нравственных качеств личности.

Организационно-педагогические условия реализации программы Занятия по «Настольному теннису» комплектуются из разновозрастных детей . Основная форма занятий - групповая. Возможен отбор детей в течение года. Количество занимающихся в группе не менее 15 человек. Учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков. Занятия должны основываться на общефизической подготовке, их спортивно-технических показателях и технической подготовленности. Большое место в подготовке игроков в настольный теннис надо уделять воспитанию их воле и качеству показателей, необходимых для успешной игры. В процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований преподаватель воспитывает у занимающихся добросовестное отношения к труду, чувство ответственности перед коллективом, добивается от них добросовестного отношения к своим обязанностям, уважения к старшим, организованность и дисциплину. Своевременное, хорошо организованное проведение занятий, высокая требовательность к выполнению упражнений, аккуратная явка на занятия, строгое выполнение правил на соревнованиях, личный пример руководителя способствует воспитанию учащихся. С первого соревнования сами занимающиеся должны участвовать в судействе. Участие в соревнованиях. После того как ребята овладеют основами техники и тактики игры, надо попробовать свои силы в соревнованиях вначале из одной партии, а затем из трех партий. Формы аттестации (подведения итогов) реализации дополнительной образовательной программы: один раз в полгода проводится контрольная сдача нормативов; один раз в полгода проходят соревнования; проводятся зачеты для проверки усвоения теоретического материала.

II СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
ОСНОВЫ ЗНАНИЙ.

Соблюдение техники безопасности на занятиях настольного тенниса. Краткий обзор состояния и развития настольного тенниса в России. Влияние физических упражнений на строение и функции организма человека. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов. Правила соревнований по настольному теннису.

Общая физическая подготовка.

Общая физическая подготовка является основой развития физических качеств, способностей, двигательных навыков 3 игроков на различных этапах их подготовки. Поэтому большое внимание на занятиях настольного тенниса будет уделяться развитию двигательных качеств игроков и совершенствованию: силы, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

Специальная подготовка.

Специальная подготовка занимает очень важное место в тренировке теннисистов, поэтому будет уделяться большое внимание упражнениям, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

Технические приемы игры.

В этом разделе представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры. В конце обучения по программе учащиеся **должны знать правила игры и принимать участие в различных соревнованиях**.

Овладение техникой передвижений и стоек:

1. Стойка игрока.
2. Передвижение шагами, выпадами, прыжками.
3. Исходная при подаче стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры.
4. Техника перемещений близко у стола и в средней зоне.
5. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева.

Овладение техникой держания ракетки:

1. Способы держания ракетки.
2. Правильная хватка ракетки и способы игры.
3. Жонглирование мячом.

Овладение техникой ударов и подач:

1. Структура движения при ударе: замах, ускорение, удар и завершение игрового движения и возвращение в исходное положение.
2. Базовая техника удара: атакующий удар справа-слева, подставка, срезка, накат, подрезка, вращение.
3. Тренировка ударов у тренировочной стенки.
4. Сочетание ударов.
5. Тренировка упражнений с мячом и ракеткой на количество повторений в одной серии. 6. Имитация перемещений с выполнением ударов.
7. Отработка ударов на роботе, на тренажере.
8. Подачи: срезкой, накатом, «топорик», «веером», с боковым вращением.
9. Защита: прием мяча, постановка блока, перекрут мяча.

Тактика игры.

Изучается тактика игры с разными противниками. Тактика выполнения и приема подачи, а также комбинации подач.

Тактическая подготовка.

1. Выбор стиля игры.
2. Выбор тактических комбинаций.
3. Тренировка тактического мышления игрока и способность оценивать обстановку.

4. Свободная игра на столе.
5. Игра на счет из одной, трех партий.
6. Тактика игры с разными противниками.
7. Основные тактические варианты игры.
8. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии.

Стратегия проведения игры.

В этом разделе рассматриваются комбинации нападающей игры и защитного плана, также рассматривается методика судейства соревнований.

Список использованной литературы.

1. Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2012
2.Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2004
3. Ю.П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004
4. Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхневолжское книжное издательство, 2005
5. О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000
6. О.В.Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 2006
7. С.Д.Шпрах. У меня секретов нет. М.: Советский спорт, 2002 8. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 2004

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс.

№п/п	Сроки изучения материала	Тема урока	Планируемые результаты (ФГОС)	Кол-во часов
1	06.09	Правила безопасности при выполнении упражнений, правила пожарной безопасности. Правила игры в настольный теннис	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
2	13.09	Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в настольный теннис	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	1
3	20.09	Сведения о строении и функциях организма человека. Правила безопасной игры.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	1
4	27.09	Правила безопасности при	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия	1

		выполнении упражнений, правила пожарной безопасности. Правила игры в настольный теннис	физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	
5	04.10	Техника хвата ракетки. Подача мяча.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
6	11.10	Упражнения для развития прыжковой ловкости.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	1
7	18.10	Ознакомление с основными приемами подачи мяча	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1

8	25.10	Жонглирование мячом. ОРУ. Упражнения для развития силы.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
9	18.10	Упражнения на развитие гибкости.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
10	08.11	Способы подачи и приема мяча. ОРУ. Упражнения на развитие гибкости.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.	1
11	15.11	Подача мяча «веер».	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма,	1

			способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	
12	22.11	Подача мяча «челнок».	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;**Личностные:**освоение умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.	1
13	29.11	Подача мяча «маятник».	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
14	06.12	Прием подач ударом.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.	1
15	13.12	Плоский удар.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	1

			Личностные:освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	
16	20.12	Плоский удар.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
17	27.12	Упражнения на развитие внимания и быстроту реакции.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	1
18	10.01	Основные преимущества и недостатки прямого удара. ОРУ.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
19	17.01	Основные преимущества и недостатки прямого удара. ОРУ.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную	1

			оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	
20	24.01	Виды вращения мяча. Способы вращения мяча.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
21	31.01	Виды вращения мяча. Способы вращения мяча.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
22	07.02	Упражнения для развития прыжковой ловкости.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
23	14.02	Парные игры	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную	1

			оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.	
24	21.02	Подрезка мяча. Преимущества и недостатки подрезки.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
25	28.02	Подрезка мяча. Преимущества и недостатки подрезки.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
26	06.03	Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
27	13.03	Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать	1

			явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	
28	20.03	Удар накатом слева. Техника удара накатом слева. ОРУ.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
29	03.04	Удар накатом слева. Техника удара накатом слева. ОРУ.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
30	10.04	Удар накатом справа. Техника удара накатом справа.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
31	17.04	Удар накатом справа. Техника удара накатом справа.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать	1

			явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	
32	24.04	ОРУ. Действующие правила игры, терминология	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
33	08/05	Комбинации игры. Игра с разноплановыми соперниками.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.	1
34	15.05	ОРУ. Действующие правила игры, терминология.	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; **Метопредметные:** овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	1
35	22.05	ОРУ. Действующие правила игры, терминология	**Предметные** освоение знаний умение планировать занятия физическими упр. в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;	1

			Метопредметные: овладение умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; **Личностные:**освоение приемов владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;	

Лист корректировки

№	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока	Причина

Рабочая программа скорректирована «___»_____2022-2023уч.г.

_____ Хайло Е.К.

подпись расшифровка подписи

Список использованной литературы.

1. Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2012
2.Амелин. Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2004
3. Ю.П. Байгулов. Основы настольного тенниса. М.:М.: ФиС, 2004
4. Г.С. Захаров. Настольный теннис: Теоретические основы. Ярославль, Верхневолжское книжное издательство, 2005
5. О.Н. Шестеренкин. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000
6. О.В.Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.:РГАФК, 2006
7. С.Д.Шпрах. У меня секретов нет. М.: Советский спорт, 2002 8. Бубэх. и др: Тесты в спортивной практике. М., 2004