

Управление образованием администрации муниципального образования
Белореченский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 36 имени Е.И. Романовского
посёлка Степного муниципального образования Белореченский район

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №9 «29» августа 2024



Утверждаю
И.И. Воробьева
МБОУ ООШ 36
О.В. Воробьева

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Настольный теннис»**

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год:111ч.
Возрастная категория: от 13 до 14 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной/внебюджетной **основе**
ID-номер Программы в Навигаторе:

Автор-составитель:
Чигрин М.А.
педагог дополнительного образования

п.Степной, 2024г.

Паспорт программы. Образовательная программа дополнительного образования «Настольный теннис» для детей ШСК «Спартак»

Рецензенты - зам. директора по воспитательной работе МБОУ ООШ 36, Мищукова Анастасия Евгеньвна

Организация-исполнитель - Муниципальное бюджетное образовательное учреждение основная общеобразовательная школа №36 имени Е. И. Романовского посёлка Степного Белореченского района, ул. Школьная, д.11, тел.(8 - 855)7 - 21 - 37. Разработчик программы – Чигрин Максим Алексеевич, педагог дополнительного образования.

Программа реализуется в пос. Степном, Муниципального образования Белореченский район, МБОУ ООШ 36.

По программе занимаются дети в возрасте 13-14 лет.

Цель программы путём пробного погружения в предметную сферу создать активную мотивирующую образовательную среду для формирования познавательного интереса учащегося и обеспечения им овладения элементарной грамотностью, что позволит ребёнку сделать в дальнейшем осознанный выбор в направлении своего дополнительного образования.

Направленность - физкультурно-спортивная

Срок реализации программы - 1 год

Вид программы - модифицированная

Уровень реализации программы - основное общее образование

Краткое содержание программы. Программа нацелена на обучение навыкам игры, закреплению в тренировочных партиях, разбор ошибок и правильных тактических ходов.

Нормативно-правовые основания для проектирования и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами и локальными актами:

- ❖ Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- ❖ 2. Федеральный Закон от 31 июля 2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- ❖ 3. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...».

- ❖ 4. Приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (от 27 июля 2022г. № 629).
- ❖ 5. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022г. №809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей".
- ❖ 6. Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. N ГД-39/04 "О направлении методических рекомендаций".
- ❖ 7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
- ❖ 8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- ❖ 9. Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019 г. № 5, от 18 ноября 2019 г. № 12, с изменениями от 20.06.2019 г.;
- ❖ 10. Проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности: учебно-методическое пособие / И.А. Рыбалёва. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019.
- ❖ 11. Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основная общеобразовательная школа № 36 имени Е.И. Романовского посёлка Степного муниципального образования Белореченский район
- ❖ 12. Положение о проектировании, утверждении и корректировке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и образовательных проектов Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основная общеобразовательная школа № 36 имени Е.И. Романовского посёлка Степного муниципального образования Белореченский район

Структура программы составляет два основных раздела:

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

-пояснительная записка (направленность программы, актуальность, новизна, педагогическая целесообразность)

-цель и задачи программы (образовательные (ориентированы на предметный результат); развивающие (ориентированы на метапредметный результат); воспитательные (ориентированы на личностный результат);

-содержание программы должно быть направлено на достижение целей программы и планируемых результатов ее освоения (содержание программы должно быть отражено в учебном плане, календарного учебного плана и реферативном его описании); содержание составляется согласно учебного плана; формулировка и порядок расположения разделов и тем должны соответствовать их формулировке и расположению в учебном плане; необходимо соблюдать деление на теорию и практику по каждому разделу; материал следует излагать назывными предложениями;

-планируемые результаты.

Раздел 2 «Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации»:

-календарный учебный график;

-условия реализации программы;

-формы аттестации (в конце обучения по программе проводится итоговая аттестация);

-оценочные материалы (диагностическая карта учащегося может быть представлена в различных форматах и утверждена локальным актом организации дополнительного образования как типовая);

-методические материалы (краткое описание общей методики работы в соответствии с направленностью содержания и индивидуальными особенностями учащихся) и список литературы (для педагогов, детей, родителей в соответствии с ГОСТ к оформлению). Необходимо учитывать основную и дополнительную учебную литературу, наглядный материал.

Раздел 3. Воспитательная работа.

Цели, задачи, направления и содержание деятельности.

Календарный план воспитательной работы.

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»

1. Пояснительная записка

Рабочая программа "Настольный теннис" разработана на основе Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства. - М.- 2004г. Авторы-составители: Г.В.Барчукова, В.А.Воробьев, О.В. Матыцин.

Направление программы: физкультурно-спортивное

Отличительные особенности.

Настольный теннис - массовый, увлекательный и зрелищный вид спорта с более чем столетней историей. Доступная, простая и одновременно азартная, игра постепенно из развлечения превратилась в сложный атлетический вид спорта с разнообразной техникой, богатой тактическими вариантами, сложными игровыми комбинациями, требующий высокой общефизической, специальной физической и психологической подготовки. Занятия настольным теннисом позволяют регулировать физические и психические нагрузки на организм человека в зависимости от возраста, физического развития и состояния здоровья.

Игра в настольный теннис направлена на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих образовательных программ является:

- развитие у детей координации движений;
- выработка легкости, и непринужденности движений.

Новизна.

Настольный теннис - это целевая направленность подготовки юных спортсменов на высшее спортивное мастерство. При большом охвате детей занятиями настольным теннисом главным остается воспитание спортсменов высокого класса. Для этого в течение всего периода проводится отбор наиболее перспективных детей для рекомендации в группы подготовки спорта высших достижений.

Актуальность программы.

Программа по настольному теннису предназначена для спортивных секций общеобразовательных учреждений.

Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. В процессе обучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической.

Занятия настольным теннисом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Благодаря спортивной направленности программы, учащиеся, успешно освоившие программу, смогут участвовать в школьных и районных соревнованиях по настольному теннису. Благодаря этому учащиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Педагогическая целесообразность

Разнообразные комплексы упражнений положительно влияют на функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивают координацию, быстроту и силу движений.

Оздоровительный эффект физических упражнений спортивного самбо можно почувствовать лишь в том случае, когда они рационально сбалансированы по направленности, мощности и объему в соответствии с индивидуальными возможностями учащихся.

Цель программы: путём пробного погружения в предметную сферу создать активную мотивирующую образовательную среду для формирования познавательного интереса учащегося и обеспечения им овладения элементарной грамотностью, что позволит ребёнку сделать в дальнейшем осознанный выбор в направлении своего дополнительного образования

Задачи программы:

- формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами;
- формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне онлайн -платформы ВК;
- развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально;

- выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно;
- развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях.

Адресат программы. Программа составлена для детей 13-14 лет .

Набрано 1 группа- 8 класс

Формы обучения : тренировки, турниры.

Режим занятий: 1 занятие - 90 мин

График занятий : понедельник, четверг, пятница

Количество учебных часов.

Курс проводится три раза в неделю – 4,5 часа у 8 класса

8 класс - 111 занятий

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы.

Возраст детей 13-14 лет – 8 класс

Форма обучения – очная.

III.Содержание программы :

Группа

1. Теоретическая подготовка

Вводный урок по настольному теннису, Т.Б. инструктаж, обзор настольного тенниса, гигиенические требования к занимающимся спортом.

2. Общая физическая подготовка

Изучение вращения мяча в «накате». Обучение техники «наката» слева, справа. Совершенствование техники «наката», применение в игре. Занятия по совершенствованию подач, срезок, накатов.

Упражнения на развитие выносливости. Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».

3. Специальная физическая подготовка

Применение «подставки» в игре. Соревнования. Изучение техники выполнения «подставка» слева Изучение техники выполнения «подставка» справа Занятия по совершенствованию техники «подставок» Изучение техники элемента «свеча», движение руки, ракетки, ног. Способы передвижений. Занятие с применением изучаемым приёмом «свеча». Имитация удара -накат Имитация удара-подрезка Учебная игра для совершенствования учебных элементов.

Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.

Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.

4. Соревнования

Соревнования. Свободная игра Товарищеский матч Игра в крутиловку . Игра на счёт из трех партий. Игра на счет из пяти партий.

5. Закрепление навыков

Занятия по совершенствованию подач, срезок, накатов Занятия по совершенствованию техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка». Совершенствование техники элемента «подрезка», движение

руки, ракетки, ног. Совершенствование технического приёма «свеча» в игре.
Свободная игра. Соревнования. Защита докладов, итоговая игра

IV. Планируемые результаты

Наличие у ребёнка:

- общих представлений об изучаемой предметной области
- знаний основных терминов, понятий, определений, знаков и символов, составляющих содержание предметной области
- умения кратко излагать содержание предметной области
- первичных основ ключевых личностных компетенций: общекультурных, учебно-познавательных, информационных, коммуникативных, социально-трудовых.
- опыта деятельности по образцу
- начальных навыков анализа информации предметной деятельности

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

1. Календарно-учебный план 1-й год обучения 1 группа (8 класс)

№ п/п	Изучаемый раздел, тема учебного материала	Кол-во часов	Цели и задачи занятия	Формы контроля
1.	Теоретическая подготовка	7		
2.	Вводный урок по настольному теннису, Т.Б. инструктаж	1,5	- Знакомство с видом спорта - развитие гибкости лучезапястного сустава. - воспитание умения слушать и	Текущий
3.	Мастера настольного тенниса	1,5	- выполнять команду - обучение техники хвата ракетки - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
4.	Гигиенические требования к занимающимся спортом.	1,5		Текущий
5.	Стойка игрока. Теория	1,5		Текущий
6.	Основные положения при подготовке и выполнении основных приёмов игры.	1,5		Текущий
7.	Правила игры и судейство	1,5		Текущий
8.	Общая физическая подготовка.	22		
9.	Перемещения близко у стола и в средней зоне.	1,5	- воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
10.	Перемещения близко у стола и в средней зоне.	1,5	- воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
11.	Изучение вращения мяча в «накате».	1,5	- воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий

			команду	
12.	Изучение вращения мяча в «накате».	1,5	- воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
13.	Обучение техники «наката» слева, справа.	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
14.	Обучение техники «наката» слева, справа.	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
15.	Совершенствование техники «наката», применение в игре.	1,5	- обучение техники хвата ракетки - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
16.	Совершенствование техники «наката», применение в игре.	1,5	- обучение техники хвата ракетки - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
17.	Совершенствование техники «наката», применение в игре.	1,5	- обучение техники хвата ракетки - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание умения слушать и выполнять команду	Текущий
18.	Занятия по совершенствованию подач, срезов, накатов.	1,5	- обучение игровым стойкам - развитие координации движения - воспитание терпению	Текущий
19.	Занятия по совершенствованию подач, срезов, накатов.	1,5	- обучение игровым стойкам - развитие координации движения - воспитание терпению	Текущий
20.	Упражнения на развитие выносливости	1,5	-развитие координации движения	Текущий
21.	Упражнения на развитие выносливости	1,5	-развитие координации движения	Текущий
22.	Упражнения на развитие внимательности	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
23.	Упражнения на развитие внимательности	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
24.	Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1,5	- обучение технике подачи - развитие координации движений - воспитание трудолюбия	Текущий
25.	Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1,5	- обучение технике подачи - развитие координации движений - воспитание трудолюбия	Текущий
26.	Изучение техники вращения мяча и движение руки в	1,5	- обучение технике подачи - развитие координации	Текущий

	элемента «подставка».		движений - воспитание трудолюбия	
27.	Выбор позиции	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
28.	Выбор позиции	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
29.	Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1,5	-обучение технике вращения мяча развитие координации движений - воспитание трудолюбия	Текущий
30.	Изучение техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1,5	-обучение технике вращения мяча развитие координации движений - воспитание трудолюбия	Текущий
31.	Специальная физическая подготовка.	35		
32.	Применение «подставки» в игре.	1,5	- обучение технике высокодалёкого удара - развитие силы удара - воспитание трудолюбия	Текущий
33.	Применение «подставки» в игре.	1,5	- обучение технике высокодалёкого удара - развитие силы удара - воспитание трудолюбия	Текущий
34.	Игра в средней зоне	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
35.	Игра в средней зоне	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
36.	Отработка коротких подач	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
37.	Отработка длинных подач	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
38.	Удар без вращения мяча (толчок) слева	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
39.	Удар без вращения мяча (толчок) справа	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
40.	Соревнования.	1,5	- обучение технике мягким ударам перед собой - развитие гибкости	Текущий
41.	Изучение техники выполнения «подставка» слева	1,5	лучезапястного сустава - воспитание трудолюбия	Текущий
42.	Изучение техники выполнения «подставка» слева	1,5		Текущий
43.	Изучение техники выполнения «подставка» справа	1,5	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Текущий
44.	Занятия по совершенствованию техники «подставок»	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий

45.	Занятия по совершенствованию техники «подставок»	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
46.	Изучение техники элемента «свеча», движение руки, ракетки, ног.	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса	Текущий
47.	Способы передвижений.	1,5	-изучение технике	Текущий
48.	Способы передвижений.	1,5	-изучение технике	Текущий
49.	Игра диагонали	1,5	изучение технике	Текущий
50.	Игра диагонали	1,5	изучение технике	Текущий
51.	Игра по прямым линиям	1,5	изучение технике	Текущий
52.	Игра по прямым линиям	1,5	изучение технике	Текущий
53.	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1,5	изучение технике	Текущий
54.	Занятие с применением изучаемым приёмом «свеча».	1,5	-изучение технике	Текущий
55.	Имитация удара –накат	1,5	-изучение технике	Текущий
56.	Имитация удара –накат	1,5	-изучение технике	Текущий
57.	Имитация удара-подрезка	1,5	- воспитание правильного выполнения команд	Текущий
58.	Имитация удара-подрезка	1,5	- воспитание правильного выполнения команд	Текущий
59.	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1,5	- обучение технике - развитие мышц брюшного пресса - воспитание нравственности	Текущий
60.	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1,5		Текущий
61.	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1,5		Текущий
62.	Учебная игра для совершенствования учебных элементов.	1,5		Текущий
63.	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1,5	- обучение технике	Текущий
64.	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1,5	- обучение технике	Текущий
65.	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1,5	- обучение технике	Текущий
66.	Изучение техники элемента «подрезка», движение руки, ракетки, ног.	1,5	- обучение технике	Текущий
67.	Соревнования	24		
68.	Соревнования.	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности - обучение технике	Текущий

			- развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	
69.	Свободная игра	1,5		Текущий
70.	Свободная игра	1,5		Текущий
71.	Свободная игра	1,5		Текущий
72.	Товарищеский матч	1,5		Текущий
73.	Товарищеский матч	1,5		Текущий
74.	Игра в крутиловку	1,5	- обучение технике	Текущий
		1,5	- развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	
75.	Игра в крутиловку	1,5		
76.	Свободная игра	1,5		Текущий
77.	Свободная игра	1,5		Текущий
78.	Свободная игра	1,5		Текущий
79.	Игра в крутиловку	1,5		Текущий
80.	Свободная игра	1,5		Текущий
81.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
82.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
83.	Парная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
84.	Парная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
85.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
86.	Игра на счёт из трёх партий	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса	Текущий

			- воспитание самостоятельности	
87.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
88.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
89.	Игра на счёт из пяти партий	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
90.	Парная игра	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
91.	Свободная игра	1,5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Текущий
92.	Закрепление навыков	19	-закрепление изученной техники -воспитание самостоятельности	Текущий
93.	Занятия по совершенствованию подач	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
94.	Занятия по совершенствованию подач	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
95.	Занятия по совершенствованию срезов	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
96.	Занятия по совершенствованию срезов	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
97.	Занятия по совершенствованию отработки «Свечи»	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
98.	Занятия по совершенствованию отработки «Свечи»	1,5		Текущий
99.	Занятия по совершенствованию отработки «Свечи»	1,5		Текущий
100.	Занятия по совершенствованию техники вращения мяча и движение руки в элементе «подставка».	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
101.	Свободная игра	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
102.	Свободная игра	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
103.	Свободная игра	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
104.	Свободная игра	1,5	-закрепление изученной	Текущий

			техники	
105.	Свободная игра	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
106.	Соревнование	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
107.	Товарищеский турнир	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
108.	Игра на счет из трех партий	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
109.	Игра на счет из пяти партий	1,5	-закрепление изученной техники	Текущий
110.	Соревнование	1,5	-закрепление изученной техники	Итоговый
111.	Защита докладов	1,5	-закрепление изученной техники	Итоговый

II. Условия реализации программы

Для реализации рабочей программы используются:

Теннисный стол, мячи, ракетки

Программа рассчитана на обучение детей от 13 до 14 лет. Набор детей осуществляется по желанию без учета предварительной подготовки.

Условия набора детей: в группы принимаются все желающие заниматься в данном объединении на основании письменного заявления родителей и наличия справки об отсутствии медицинских противопоказаний.

Форма организации занятий: групповая и индивидуально-групповая.

Формы и режим занятий: обучение по данной образовательной программе осуществляется с группой учащихся в форме традиционного занятия, соревнования.

Сроки реализации программы внеурочной деятельности.

Рабочая программа по настольному теннису рассчитана на 1 год

III. Формы аттестации

-Защита докладов, итоговая игра

IV. Оценочные материалы

- Доклады

У.Методические материалы и список литературы

Методические материалы

1. Барчуков Г.В., Воробьев В.А., Матыцин О.В. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы спортивного совершенствования), школ высшего спортивного мастерства. [Текст] /Г.В. Барчуков, В.А. Воробьев, О.В. Матыцин – Москва, «Советский спорт», 2004.
2. Ищенко С.А. «Настольный теннис». [Текст] /С.А. Ищенко –Ташкент, «Медицина»,2006.
3. «Настольный теннис». [Текст] / Москва, «Физкультура и спорт».
4. Барчуков Г.В. «Настольный теннис». [Текст] /Г.В. Барчуков – Москва, «Физкультура и спорт».
5. Журналы «Настольный теннис». [Текст].
6. Учебная программа «Настольный теннис» [Текст] /Москва, «Советский спорт», 2005.

Список литературы.

1. Амелин А.Н., Пашинин В.А. «Настольный теннис». [Текст] /А.Н.Амелин, В.А. Пашинин- Москва, «Физическая культура», 2004.
2. Барчуков Г.В. «Учись играть в настольный теннис». [Текст] / Г.В. Барчуков – Москва, «Советский спорт», 2005

План воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Инструктаж по технике безопасности	сентябрь	беседа	Напомнить учащимся правила поведения на занятиях, фотоотчёт
2.	Беседы о профилактике вирусных заболеваний	сентябрь	беседа	Напомнить учащимся о профилактике вирусных заболеваний, фотоотчёт
3.	«В здоровом теле – здоровый дух»	Сентябрь	Познавательная викторина	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
4.	«Мой нравственный выбор» Как не стать жертвой преступления.	октябрь	беседа	Закрепить правила, фотоотчёт
5.	Беседы о пожарной безопасности	октябрь	беседа	Закрепить правила поведения ЧС, фотоотчёт
6.	«Терроризм и экстремизм - угроза обществу»	октябрь	беседа	Закрепить правила поведения ЧС, фотоотчёт
7.	«Я познаю себя» Вредные привычки и борьба с ними	ноябрь	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
8.	«Учимся строить отношения»	ноябрь	беседа	Формирование культуры поведения, фотоотчёт
9.	«Как и куда обратиться за помощью»	ноябрь	беседа	Формирование культуры поведения, фотоотчёт
10.	«Здоровье - это жизнь»	декабрь	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
11.	Будьте добрыми и человечными..., к Международному дню инвалидов	декабрь	беседа	Формирование культуры поведения, фотоотчёт
12.	Что такое ответственность?	декабрь	беседа	формирование правовой культуры, осознанного отношения к своим правам и обязанностям, фотоотчёт.
13.	«Что ты должен знать об Уголовном кодексе РФ»	Январь	беседа	формирование правовой культуры, осознанного отношения к своим правам и обязанностям, фотоотчёт.
14.	«Уголовная ответственность несовершеннолетних»	Январь	беседа	формирование правовой культуры, осознанного отношения к своим правам и обязанностям, фотоотчёт.
15.	«знаешь ли ты свои права и обязанности»	Январь	беседа	формирование правовой культуры, осознанного отношения к своим правам и обязанностям, фотоотчёт.
16.	«Я и они» Хулиганство как особый вид противоправных поступков несовершеннолетних»	февраль	беседа	Формирование культуры поведения, фотоотчёт
17.	«Я познаю себя» Правила поведения учащихся. Для чего они нужны?»	февраль	беседа	Формирование культуры поведения, фотоотчёт
18.	«ЗОЖ – это модно»	февраль	мастер-класс	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт

19.	Мы за ЗОЖ (1 марта – Международный день борьбы с наркоманией)	март	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
20.	Здоровое питание	март	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
21.	«Путешествие в страну дружбы».	март	беседа	Формирование дружелюбных отношений, фотоотчёт
22.	«Знатоки здорового образа жизни»	апрель	викторина	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
23.	«Калейдоскоп профессий»	апрель	игра	Закрепить знания, фотоотчёт
24.	Вредные и полезные напитки	апрель	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
25.	«День Победы» в рамках праздника День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941–1945 годов	май	беседа	Сформировать традиционные российские семейные ценности, фотоотчёт
26.	Будь здоров!» (популяризация здорового образа жизни и развитие знаний о правилах личной гигиены)	май	беседа	Формирование культуры здоровья у ребёнка, фотоотчёт
27.	Правила дорожного движения	май	беседа	Напомнить о правилах ПДД, фотоотчёт