

1. **Структура дополнительной общеобразовательной программы**
2. **1. Комплекс основных характеристик программы**
3. 1.1. Пояснительная записка.
4. 1.2. Цель и задачи программы.
5. 1.3. Планируемые результаты.
6. 1.4. Содержание программы.
7. 1.5. Формы аттестации и их периодичность.
8. **2. Комплекс организационно-педагогических условий**
9. 2.1. Методическое обеспечение.
10. 2.2. Условия реализации программы.
11. 2.3. Календарный учебный график.
12. 2.4. Оценочные материалы.
13. 2.5. Список литературы.
14. 2.6. Приложение.

**1.** **Комплекс основных характеристик программы**

**1.1. Пояснительная записка**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности «Настольный теннис» разработана на основе:

1. 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (последняя редакция);
2. Федеральный закон от 24.11.1995 года №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в РФ» (с изменениями и дополнениями от 28.06.2021 г. №219 –ФЗ);

3. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 № 196»;

5. Письмо Министерства обрнауки РФ от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28. [СП 2.4.3648-20](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_371594/a87d3709aa01857b67d2d04477b1d8458572e62e/#dst100047) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Постановление от 28.01.2021 № 2 Об утверждении [санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания](https://docs.cntd.ru/document/573500115#6560IO)» (VI раздел);

8. Приказ министерства образования области от 08.02.2022 №141 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей Саратовской области на 2022-2030 годы»;

9. Приказ министерства образования Саратовской области от 14.02.2020 № 323 «О внесении изменений в приказ министерства образования Саратовской области от 21.05.2019 № 1077»;

10.Распоряжение Правительства Саратовской области от 13.07.2021 № 193-Пр. О региональном плане мероприятий по реализации в 2021 – 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.

11. Приказ об утверждении плана основных мероприятий на 2021-2027 годы, проводимых в муниципальном образовании «Город Саратов» в рамках Десятилетия детства от 10.06.2021 №349

12. Приказ об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей Саратовской области на 2022-2030 годы от 08.02.2022. № 141.

13. Устав ГБОУ СО «Школа АОП № 4 г. Саратова».

**1.2 Цель и задачи программы.**

**Цель** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис»: содействие всестороннему развитию личности обучающегося с ОВЗ (нарушение интеллекта) посредством формирования физической культуры, адаптация обучающегося к жизни в социуме, его самореализация.

**Задачи** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис»:

*Обучающие:*

* освоить знания о спортивной игре – настольный теннис, его истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
* познакомить с основными правилами настольного тенниса, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
* освоить и совершенствовать технику и тактику основных элементов настольного тенниса;
* формировать и воспитывать гигиенические навыки при выполнении физических упражнений;
* обучать обучающихся использовать в своей речи правильную спортивную терминологию, понятия и сведения.

*Развивающие:*

* укреплять опорно-двигательный аппарат и закаливать организм воспитанников, содействовать их правильному физическому развитию;
* развивать основные двигательные качества, формировать и совершенствовать такие качества, как сила, быстрота, выносливость, подвижность, ловкость, координация движений.

*Воспитывающие:*

* создавать ситуации успеха, воспитывать настойчивость, смелость в преодолении трудностей, достижении поставленных задач;
* содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, развивать психические процессы и качества личности, навыки культурного поведения;
* прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

**Актуальность** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» заключается в реализации прав обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на участие в программах дополнительного образования. Принимая во внимание «Методические рекомендации по решению задачи увеличения к 2020 году числа детей в возрасте от 5 до 18 лет, обучающихся по дополнительным образовательным программам, в общей численности детей этого возраста до 70-75%», утверждённые Министерством образования и науки 1 июля 2014 года № ВК-102/09 данная программа имеет важное значение в решении одной из важнейших задач государственной образовательной политики на современном этапе.

Спортивные игры, в том числе настольный теннис, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств обучающихся. Кроме того, в настоящее время настольный теннис как вид спорта получил широкое распространение в России и мире.

Педагогическая целесообразность адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» в том, что игра в настольный теннис способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации.

Сама игра в настольный теннис, предоставляет уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания обучающихся, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности. В настольном теннисе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходиться в зависимости от ситуации, а это значит, требуется мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. В ходе игры серьёзное внимание уделяется этике спортивной борьбы. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещённым приёмам и действиям в настольном теннисе (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей).

**Отличительная особенность** адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» в том, что она разработана с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в:

* адаптации содержания программного материала для освоения обучающимся с ОВЗ направленной на раскрытие жизненными и социальными компетенциями;
* «пошаговом» предъявлении материала;
* осуществлении индивидуального подхода в работе с обучающимися с нарушением интеллекта при выполнении физических упражнений;
* использовании адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающихся, так и компенсации индивидуальных недостатков развития.

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности «Настольный теннис» рассчитана на обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в возрасте 12-16 лет не имеющих специальной подготовки в данной предметной области, но обладающих необходимыми способностями и проявившие личное желание, не имеющие медицинских противопоказаний.

Зачисление обучающегося в объединение производится с согласия родителей (законных представителей).

Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно- спортивной направленности «Настольный теннис» – 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

**1.3. Планируемые результаты**

В ходе обучения по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» обучающиеся приобретут совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств и компетенций.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Будут знать:** | **Будут уметь** | **Смогут решать следующие жизненно-практические**  **задачи:** |
| Историю возникновения настольного тенниса;  основные правила игры в настольный теннис;  технику передачи и приёма мяча;  как самостоятельно провести разминку перед игрой;  простейшие правила судейст ва по настольному теннису.  технику безопасности;  правила ухода и хранения инвентаря. | выполнять основные стойки у стола;  выполнять основные передвижения у стола;  выполнять основные приемы игры в настольный теннис;  Выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств;  организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;  соблюдать безопасность в играх и при проведении соревнований;  в доступной форме объяснять правила (технику игры), анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять. | Умение контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических навыков;  Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве;  Умение организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементарные соревнования;  Умение строить общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;  Формирование личной потребности и смысла в спортивной тренировке и занятиях в спортивной секции, умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;  Готовность к любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения и этики;  Смогут участвовать в соревнованиях. |

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов.

Личностные результаты:

* Развитие чувства патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.
* Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
* Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.
* Воспитание потребности и умения самостоятельно играть в спортивные игры, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
* Развитие волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, самообладания.
* Умение проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
* Формирование умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
* Воспитание потребности оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
* Умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

**1.4. Содержание программы**

**Учебный план**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис»

(2 часа в неделю, 72 часа в год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название разделов** | **Количество часов** | | | **Формы проведения контроля** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 0 | 1 | Собеседование |
| 2 | Здоровье и развитие человека | 1 | 0 | 1 | Беседа, тестовые задания |
| 3 | Наличие и назначение спортивного инвентаря и оборудования | 1 | 0 | 1 | Тестовые задания |
| 4 | Общая физическая подготовка | 2 | 5 | 7 | Контрольные упражнения;  эстафета |
| 5 | Теоретическая подготовка | 3 | 0 | 3 | Беседа |
| 6 | Специальная физическая подготовка | 2 | 5 | 7 | Контрольные упражнения;  эстафета |
| 7 | Техника игры | 4 | 6 | 10 | Контрольные упражнения |
| 8 | Тактика подачи | 4 | 6 | 10 | Беседа, контрольные упражнения |
| 9 | Тактика приема | 4 | 6 | 10 | Беседа, контрольные упражнения, |
| 10 | Учебно-тренировочные игры | 0 | 19 | 19 | Игра на счёт; турнир; личное первенство |
| 11 | Итоговое занятие | 0 | 1 | 1 | Контрольная игра |
|  | **ИТОГО** | **22** | **48** | **70** |  |

**Содержание программы обучения**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий и участие в контрольных играх и спортивных соревнованиях.

**1. Вводное занятие.**

**Теория.** Набор учащихся. Входная диагностика. Инструктаж по технике безопасности.

**2. Здоровье и развитие человека.**

**Теория.** Значение физических упражнений для организма. Гигиена одежды и тела. Режим дня и питания. Закаливающие и оздоровительные процедуры. Физические качества и их связь с физическим развитием. Психоэмоциональная коррекция организма на занятиях. Первая медицинская помощь при незначительных травмах и повреждениях (ушибы, ссадины, растяжения).

**Практика.** Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие всех мышечных групп. Развитие физических качеств быстроты, выносливости, силы, координации движений.

**3. Наличие и назначение спортивного инвентаря и оборудования.**

**Теория.** Требования к эксплуатации и уход: спортивное оборудование на спортивной площадке и в зале, гимнастические стенки, бревно и перекладина, гимнастические брусья, маты, гимнастические снаряды (конь, козёл), мячи, скакалки, отягощения, стартовые колодки, инвентарь для метаний (мячи, ядро, копьё, диск), лёгкоатлетические барьеры, эстафетные палочки, планки для прыжков в высоту и др.

**Практика.** Умение устанавливать стартовые колодки, расстановка барьеров по дистанции.

**4. Общая физическая подготовка.**

**Теория.** Мышечная система человека. Основные группы мышц и нагрузка на них. Взаимодействие мышечных групп в развитии физических качеств. Скоростно-силовые и морально-волевые качества организма.

**Практика.** Общеразвивающие упражнения для развития различных мышечных групп, выполняемые индивидуально, в группах, в парах, с предметами и без них из различных исходных положений (сидя, лёжа, стоя, в движении и на месте), с отягощениями и без них.

**5. Теоретическая подготовка**

**Теория.** Расширение знаний обучающихся о собственном организме и возможностях человека, гигиенических требованиях, истории развития и возникновения настольного тенниса, правилах техники безопасности во время занятий настольным теннисом.

**6. Специальная физическая подготовка**

**Теория.** Мышечная система организма, функции мышц, способы развития физических качеств.

**Практика.** Специальные беговые, прыжковые и метательные упражнения, способствующие развитию скоростно-силовых и координационных качеств. Упражнения на развитие общей и специальной выносливости.

**7. Техника игры.**

**Теория**. Обучение тактическим приёмам игры.

**Практика**. Основная стойка, и расположение теннисной ракетки в руке, чеканка мяча универсальная, отработка подач, активное перемещение при игре.

**8. Учебно-тренировочные игры**

Учебно-тренировочные двусторонние игры. Контрольные игры.

**9. Итоговое занятие**

Контрольная игра. Подведение итогов.

**1.5. Формы аттестации планируемых результатов программы,**

**их периодичность**

В программе выделяются различные виды контроля:

**Текущий** проводитсяпосле каждого занятия в форме опросов, выполнения контрольных упражнений;

**Промежуточный –** поокончании разделов, в форме мини-соревнований,выполнения разрядных норм, сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке (проводятся 2 раза в год).

**Итоговый**: участие в школьных соревнованиях.

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**2.1. Методическое обеспечение**

Содержание программы предусматривает формирование у учащихся умений и навыков игры настольный теннис, формирование потребности здорового образа жизни, развитие физических и психических качеств, воспитание социально-активной личности.

Реализация образовательной программы осуществляется на учебно-тренировочных занятиях по расписанию: 2 раза в неделю по 1 часу. Воспитанникам даётся теоретический и практический материал по основным направлениям спортивной деятельности: общей и специальной физической подготовке, технике и тактике игры в настольный теннис. Материал подобран с учётом возрастных особенностей детей, их физической подготовленности, специфики ограничения возможностей здоровья (интеллектуальные нарушения) и построен так, что его можно использовать как в групповых, так и в индивидуальных занятиях.

Усвоение материала проверяется с помощью текущего (ежемесячно) и контрольного (2 раза в год) тестирования. В ходе тестирования педагогом производится обязательная корректировка индивидуального образовательного маршрута учащегося в зависимости от достигнутых успехов.

В учебном процессе используются словесные, практические, наглядные, игровые методы, широко используются репродуктивные и продуктивные методы, технология педагогической поддержки и др.

Основными формами проведения занятий являются: учебно-тренировочное занятие, соревнования по настольному теннису, товарищеские встречи, спортивные эстафеты, тестирования по общей физической подготовке, спортивные праздники, проектная деятельность.

**2.2. Условия реализации программы**

Занятия проводятся в ГБОУ СО «Школа АОП №4 г. Саратова», где имеются малый и большой спортивный залы, школьный стадион с нестандартным оборудованием и площадками для игры в футбол, баскетбол, волейбол. Состав объединения постоянный.

**Материально-техническое обеспечение.** Для проведения занятий необходим следующий спортивный инвентарь и оборудование: гимнастическая стенка, гимнастические снаряды, маты, скамейки, перекладина, мячи различных видов, скакалки, гантели, ракетки.

**2.3. Примерный календарный учебный график**

**1 год обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер**  **занятия** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятия** | **Форма занятия** | **Кол-во**  **часов** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 | Сентябрь | 05.09 | 15:15 - 15:55 | беседа | 1 | Вводное занятие | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | собеседование |
| 2 | Сентябрь | 06.09 | 15:15 - 15:55 | беседа | 1 | Здоровье и развитие человека | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | беседа, тестовые задания |
| 3 | Сентябрь | 12.09 | 15:15 - 15:55 | беседа, тестирование | 1 | Наличие и назначение спортивного и оборудования | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | тестовые задания |
| 4 – 10 | Сентябрь-октябрь | 13.09  19.09  20.09  26.09  27.09  03.10  04.10 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа, практическое занятие | 1  1  1  1  1  1  1 | Общая физическая подготовка | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | контрольные упражнения;  эстафета |
| 11– 13 | Октябрь | 10.10  11.10  17.10 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа | 1  1  1 | Теоретическая подготовка | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Беседа |
| 14 – 20 | Октябрь - ноябрь | 18.10  24.10  25.10  31.10  01.11  07.11  08.11 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа, практическое занятие | 1  1  1  1  1  1  1 | Специальная физическая подготовка | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Контрольные упражнения; эстафета |
| 21 – 30 | Ноябрь - декабрь | 14.11  15.11  21.11  22.11  28.11  29.11  05.12  06.12  12.12  13.12 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа,  практическое занятие,  игра | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Техника игры | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Контрольные упражнения |
| 31 - 42 | Декабрь - январь - | 19.12  20.12  26.12  27.12  09.01  10.01  16.01  17.01  23.01  24.01  30.01  31.01 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа, практическое занятие | 1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Тактика нападения | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Беседа, контрольные упражнения |
| 43 – 52 | Февраль - март | 06.02  07.02  13.02  14.02  20.02  21.02  27.02  28.02  06.03  07.03 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа, практическое занятие | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Тактика защиты | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Беседа, контрольные упражнения |
| 53 – 69 | Март - апрель - май | 13.03  14.03  20.03  21.03  27.03  28.03  03.03  04.04  10.04  11.04  17.04  18.04  24.04  25.04  15.04  16.05  22.05 | 15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55  15:15 - 15:55 | беседа, практическое занятие, соревнование, тестирование | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Учебно-тренировочные игры | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Игра на счёт; турнир; личное первенство |
| 70 | Май | 23.05 | 15:15 - 15:55 | соревнование | 1 | Итоговое занятие | ГБОУ СО «Школа АОП №4» | Контрольная игра |

**Календарный учебный график**

**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Настольный теннис»**

**на 2024-2025 учебный год**

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (273-ФЗ, ст. 2) составлен *«Календарный учебный график»* общеобразовательной общеразвивающей программы «Настольный теннис».

Продолжительность учебного года составляет 70 недель. Продолжительность учебных занятий в объединении «Настольный теннис» 70 недель. Обучение с учащимися первого года обучения начинается по мере комплектования группы, но не позднее 10.09.24.

Согласно рекомендациям СанПиН, в объединении установлен следующий режим занятий: занятия продолжительностью 1 час в группе из 12 – 15 человек, проводятся два раза в неделю, 70 занятия в год (70 часов). Учебный процесс организуется по полугодиям, разделенным зимними новогодними каникулами. В конце первого полугодия с учащимися объединения проводится промежуточная аттестация в форме тестирования. В конце второго полугодия проводится итоговая аттестация в форме тестирования и мониторинговых исследований.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | сентябрь | | | | октябрь | | | | ноябрь | | | | | Декабрь | | | | | январь | | | | февраль | | | | март | | | | апрель | | | | | май | | | | июнь | | | | | июль | | | | август | | | | Все  го  часов |
|  | 03.09 – 08.09 | 09.09 – 15.09 | 16.09 – 22.09 | 23.09 – 29.09 | 30.09– 06.10 | 07.10 – 13.10 | 14.10 – 20.10 | 21.10 – 27.10 | 28.10 — 03.11 | 04.11 – 10.11 | 11.11 – 17.11 | 18.11 – 24.11 | 25.11 – 01.12 | 02.12 – 08.12 | 09.12 – 15.12 | 16.12 – 22.12 | 23.12 – 29.12 | 30.12 – 05.01 | 06.01 – 12.01 | 13.01 – 19.01 | 20.01 – 26.01 | 27.01 – 02.02 | 03.02 – 09.02 | 10.02 – 16.02 | 17.02 – 23.02 | 24. 02 – 02.03 | 03.03 – 09.03 | 10.03 – 16.03 | 17.03 – 23.03 | 24.03 - 30.03 | 31.03 – 06.04 | 07.04 – 13.04 | 14.04 – 20.04 | 21.04 – 27.04 | 28.04 - 04.05 | 05.05 – 11.05 | 12.05 - 18.05 | 19.05.– 25.05 | 26.05 – 01.06 | 02.06 – 08.06 | 09.06 – 15.06 | 16.06 – 22.06 | 23.06 - 29.06 | 30.06 – 06.07 | 07.07 – 13.07 | 14.07 – 20.07 | .21.07 – 27.07 | 28.07 – 03.08 | 04.08 – 10.08 | 11.08 – 17.08 | 18.08 – 24.08 | 25.08 – 31.08 |  |
| Неде  ля | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 | 51 | 52 | 70 |
|  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |  | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Условные обозначения**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ведение занятий по расписанию |  | Промежуточная аттестация |  | Итоговая аттестация |  | Каникулярный период |

**2.4. Оценочные материалы**

Результативность выполнения программы определяется посредством педагогического наблюдения, анализа статистических данных по участию учащихся в соревнованиях, на учебных занятиях. Результаты каждого этапа диагностики обобщаются и представляются в табличной форме оценочных листов.

Достижение учащимися **метапредметных результатов** определяются посредством наблюдения, опросов.

Достижение учащимися **личностных результатов** определяется посредством проведения диагностических методик:

* определения уровня тревожности ребёнка

используется методика «По выявлению тревожности ребёнка» Лаврентьевой Г.П., Титаренко Г.М. (1992 г.). Данные обрабатываются и интерпретируются педагогом-психологом МУ ДО «ЦДТ»;

* определения уровня воспитанности учащихся

используется методика «Уровня воспитанности учащихся» Н.П. Капустина, «Ценностные ориентации» М. Рокича.

* выявления социализированности учащихся

применяется методика «Социализированность личности учащегося» М.И. Рожкова.

* изучения удовлетворенности родителей

применяется «Комплексная методика для изучения удовлетворенности родителей жизнедеятельностью образовательного учреждения» (разработана А.А. Андреевым).

Уровень овладения **предметными знаниями** определяется с помощью разработанных самим педагогом контрольно-измерительных материалов: контрольных заданий, контрольных вопросов, тестовых заданий и т.д.

В качестве образца ниже представлены следующие материалы:

1. примерные контрольные задания по технической подготовке;
2. примерные зачетные требования для итоговой аттестации.

Оценка теоретических знаний, практических умений и навыков учащихся по теории и практике проходит по четырем уровням: высокий, средний, ниже среднего, низкий.

**1) Примерные контрольные задания**

**Техническая подготовка для игроков**

1) Выполнение основной стойки и перемещений у стола.

2) Расположение теннисной ракетки в руке.

3) Подача мяча с ближней и средней дистанции, внутренней стороной ракетки.

4) Чеканка мяча со сменой ритма и сторон ракетки.

5)Сильные удары (глушение) во время игры на дальней дистанции.

**Теоретический зачет**

1. История возникновения настольного тенниса.

2. Размеры теннисного стола.

2. Разметка стола.

3. Расстановка игроков при игре 2\*1, 2\*2.

4. Что такое сет или партия?

5. Как называется игровая ситуация, когда оба игрока набрали по 10 очков, то есть счет в сете 10:10?

6. На сколько сантиметров должен быть подброшен мяч при подаче?

7. По сколько подач выполняет спортсмен?

8. Какого цвета могут быть накладки у ракетки?

9. При каком счете в решающей партии происходит смена сторон?

10. Сколько таймаутов можно брать в одной встрече?

**Таблица 1. Критерии оценки качества выполнения контрольных заданий**

|  |  |
| --- | --- |
| **Балл** | **Критерии оценивания** |
| **3** | Полное понимание специальной терминологии разучиваемых упражнений, их функционального смысла и направленности воздействия на организм. Уверенное использование по назначению спортивного инвентаря и различных специальных предметов для занятий. Технически качественное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения. Проявляет заинтересованность в правильном выполнении задания. Обнаруживает желание осмысливать и опробовать приемы в тактических условиях, использовать технический арсенал волейболиста. |
| **2** | Общую цель и содержание задания в целом понимает правильно, хотя и не всегда точно в той части, которая касается способов действия. Грамотное техническое исполнение с небольшими недочетами. Знание специальной терминологии разучиваемых упражнений, их функционального смысла и направленности воздействия на организм. Использование по назначению спортивного инвентаря и различных специальных предметов для занятий. Проявляет заинтересованность в правильном выполнении задания. |
| **1** | Частичное знание специальной терминологии разучиваемых упражнений, их функционального смысла и направленности воздействия на организм. Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: слабая техническая подготовка, неумение пользоваться спортивным инвентарем, неумение анализировать свое исполнение, незнание техники исполнения изученных приемов и т.д. Задание выполняет, не проявляя заинтересованности в правильном его выполнении. |
| **0** | Комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета. Проявляет безразличие не только к содержанию задания, но и к ситуации организации задания. |

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется в течение всего периода обучения и определяется по четырем уровням, характеризующимися 4-мя показателями. При оценивании каждому показателю присваиваются баллы.

**Таблица 2. Показатели оценивания уровня реализации программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатель** | **Характеристика показателя** | | **Балл** | |  |
| **1. Владение теоретическими знаниями в соответствии с годом обучения** | Полное свободное владение теоретическими знаниями в соответствии с годом обучения. | | 3 | |  |
| Неполное владение теоретическими знаниями в соответствии с годом обучения. | | 2 | |  |
| Слабое усвоение теоретического программного материала соответствующего года обучения. | | 1 | |  |
| Полное отсутствие теоретических знаний в соответствии с годом обучения. | | 0 | |  |
| **2. Владение практическими навыками игры в настольный теннис.** | Высокий уровень владения практическими навыками игры в волейбол. | | 3 | |  |
| Недостаточное владение практическими навыками игры в волейбол. | | 2 | |  |
| Неумение пользоваться спортивным инвентарем, слабая техника игры в волейбол. | | 1 | |  |
| Непонимание задачи, поставленной педагогом и неумение играть в волейбол. | | 0 | |  |
| **3. Умение взаимодействовать в коллективе на принципах спортивной этики** | Легко и на высоком уровне взаимодействует в коллективе на принципах спортивной этики. | | 3 | |  |
| Взаимодействует в коллективе на принципах спортивной этики на хорошем уровне. | | 2 | |  |
| Проявляются сложности с взаимодействием в коллективе | | 1 | |  |
|  | | на принципах спортивной этики. | |  |
| Недостаточная сформированность навыка взаимодействия в коллективе на принципах спортивной этики. | | 0 |
| **4. Участие в соревнованиях различного уровня** | | Принимает активное участие в соревнованиях различного уровня. | | 3 |
| Принимает участие в соревнованиях различного уровня. | | 2 |
| Принимает участие только в соревнованиях ОУ | | 1 |
| Не принимает участие в соревнованиях. | | 0 |

Высокий уровень освоения программы 9 – 12 баллов;

Средний уровень освоения программы 6 – 8 баллов;

Уровень освоения программы – ниже среднего 3 – 5 баллов;

Низкий уровень освоения программы 0 – 2 баллов.

**2.5. Список литературы и электронных ресурсов**

**Для педагога:**

1. Мини-фубол: Примерная программа для детско-юношеских спортивных  школ,  специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2012. - 96 с.

2. Андреев СЛ. Мини-футбол. - М.: ФиС, 1978. - 111 с.

3. Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.

4. Максимеико И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. -  Луганск: Знание, 2012. - 276 с.

5. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980.-255 с.

6. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: ФиС, 1999. - 254 с.

7. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

8. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2011.- 264 стр

9. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2010.- 86 стр.(Библиотечка тренера).

10. Петровский В.В. Организация спортивной тренировки. - Киев: Здоровье, 1998. - 96 с.

**Литература, рекомендуемая для учащихся и родителей:**

1. Безопасность ребенка. Первая помощь; Оникс, Мир и Образование - М., 2015. - 160 c.

2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе [Текст] / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. - М.: Советский спорт, 2006. - 224 с.