

**1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**1.1. Введение**

Программа по обучению детей и подростков настольному теннису является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в муниципальном учреждении дополнительного образования Кубринском центре детского творчества (сокр. – МУ ДО Кубринский ЦДТ) согласно требованиям основных нормативно-правовых документов федерального уровня [стр-16-17] и рекомендациям федерального и регионального уровня по разработке дополнительных общеобразовательных программ.

**1.2. Актуальность** программы обусловлена повышенным интересом детей к данному виду спорта и социальным заказом родителей, вызванным обеспокоенностью физическим развитием и состоянием здоровья своих детей.

Реализация программы способствует не только приобретению профессиональных знаний и умений обучающимися, но и их общему физическому развитию, воспитанию волевых и нравственных качеств личности.

Концептуальной основой программы является гуманистическое воспитание детей и подростков, определяющим аспектом которого является воспитание культуры здорового образа жизни.

Образовательная программа разработана на продуктивной идеи о том, что только непрерывная систематическая под­готовка детей делает интерес к такому виду спорта, как теннис, устойчивым, формирует при­вычку укреплять свое здоровье, создает потребность в двигательной активности, делает здоровье стилем жизни.

Занятия в секции имеют свои особен­ности, отличаясь от уроков физкультуры в школе. Основное отличие заключается в самой природе учреждения допол­нительного образования – это добровольность, заинтересованность в получении знаний, а также возможность занятий для детей с различным уровнем начальной физической подготовленности, отсутствие конкурсного отбора для поступления в объединение. Ребята сами выбирают свой вид спорта и выполняют все, что требуется для его освоения. При этом если в спортивных школах основной целью является спортивный результат, то на занятиях в секции «Настольный теннис» большое внимание уделяется комфортному психологическому климату в коллективе, адаптации воспитанников с различным уровнем физической подготовки, а также развитию навыков самостоятельных занятий спортом, формированию потребности в движении.

Существует некая независимость ребенка от педагога в плане оценок, поощрений и порицаний, так как главной оценкой для самого подростка является его собственное здоровье, его собствен­ный спортивный результат. Важно, что на секции ребенок находит свой круг общения, новых друзей, разделяющих его интересы.

**1.3. Условия реализации программы**

Программа предназначена для детей 7-17 лет. Группа формируется из 13-18 человек.

Прием детей без медицинских противопоказаний.

Программа рассчитана на 1 год обучения разделенный на три этапа в спортивно-оздоровительном порядке.

(сентябрь-май, 36 учебных недель) –216часов.

3 дня в неделю по 2 часа.

Занятие длится 45 минут с перерывом в 15 минут.

Набор обучающихся производится по их желанию без предварительного конкурсного отбора при условии прохождения медицинского отбора и при наличии допуска (медицинской справки) к физкультурным занятиям.

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата начала | Дата окончания | Количество учебных недель | Количество часов в год | Место проведения | Режим занятий |
| 01.09. | 31.05. | 36 | 216 | Кубринский центр детского творчества | 3 дня в неделю по 2 часа с перерывом в 15 минут |

**1.4. Цели и задачи дополнительной образовательной программы**

**Цель:** развитие личности ребенка через знакомство и обучение игре в настольный теннис.

**Задачи программы:**

**Обучающие задачи:**

1. Сформировать у детей систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, спорте, теннисе.

2. Выработать у детей необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития.

3. Дать базовые знания, умения и навыки игры в теннис.

4. Научить совместному разбору игр, выработать навыки судейства теннисной игры.

**Развивающие задачи:**

1. Развить психофизические качества и способности обучающихся.

2. Выработать у воспитанников навыки самостоятельных занятий теннисом, уме­ние организовать собственную тренировку.

**Воспитательные задачи:**

1. Воспитать у обучающихся устойчивый интерес и любовь к занятиям теннисом, физической культурой и спортом.

2. Воспитать культуру здорового образа жизни, волевые и нравственные качества личности.

**1.5. Образовательная программа обеспечивает реализацию основных направлений кружка тенниса для детей:**

- базовые знания, умения и навыки теннисной игры;

- оздоровление детей, укрепление их здоровья и воспитание привычки к здоровому образу жизни;

- снятие у воспитанников психологической нагрузки. Развитие адаптивных способ­ностей;

- организация активного отдыха учащихся, создание комфортного круга общения;

- содействие профилактике асоциальных проявлений в детско-подростковой среде.

Для достижения поставленной цели используются следующие **принципы здоровьесберегающей педагогики:**

- принцип сознательности и активности;

- принцип наглядности;

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип повторений;

- принцип постепенности;

- принцип доступности и индивидуальности;

- принцип непрерывности;

- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей;

- принцип связи теории с практикой.

**1.6. Организационно-педагогические основы деятельности**

Группа настольного тенниса комплектуются из разновозрастных детей.

1. Спортивно-оздоровительный этап.

2. Этап начальной подготовки.

3. Учебно-тренировочный этап.

Основная форма занятий - групповая. Возможен отбор детей в течение года. Количество обучающихся в группе не менее 13человек. Если в кружке организуются несколько групп одного возраста, то они комплектуются с учетом уровня физического развития и спортивной квалификации.

Учебный материал рассчитан на последовательное и посте­пенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков. Занятия в кружке должны основываться на общефизической подготовке спортсменов, 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 теоретических и физических занятий, соревно­ваний, занимающиеся должны получить знания и навыки, необ­ходимые инструктору-общественнику и спортивному судье, чтобы оказать помощь в организации занятий и соревнований по месту жительства. 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.

Судейская практика. 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. Соревнования должны иметь масштаб не выше районного при условии участия в них приблизительно равных по силам и воз­расту детей.

**1.7. Результативность 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 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 соревнованиях.

**1.8. Основными результатами выполнения программы являются:**

• укрепление здоровья детей;

• рост физических и спортивных показателей у каждого воспитан­ника в течение одного этапа занятий;

• проявление устойчивого интереса к занятиям спортом и физи­ческой культурой;

• навыки самостоятельных занятий;

• воспитание культуры здорового образа жизни;

• воспитание волевых и нравственных качеств личности.

**1.9. Методика оценки результатов реализации программы**

**«Настольный теннис»**

В секцию, как правило, принимаются обучающиеся с разным уровнем физического развития. Практика показывает, что в технически сложных видах спорта выявление способностей осуществляется не за один год. На этапе начальной подготовки выясняется, в какой мере способности ребёнка отвечают требованиям и как развиваются эти способности под влиянием занятий. Так как в программе не ставится задача подготовки спортсменов-разрядников, то методика оценки результатов отличается от оценки результативности обучения в спортивных школах. Для детей результатом их занятий служит общее укрепление здоровья, совершенствование физической подготовки (по результатам тестирования в начале и в конце подготовительного этапа) и проведенные соревнования.

**1.10. Для оценки результатов реализации программы:**

- один раз в 3 месяца проходят соревнования;

- проводятся зачеты для проверки усвоения теоретического материала.

**2. Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем | Общее количество учебных часов | Количество теоретических занятий | Количество практических занятий |
| 1А | Инструктажи по ТБ и ОТ с родителями и обучающимися | 6 | 6 |  |
|  | Физическая культура и спорт в России | 6 | 6 | - |
|  | Олимпийские игры современности | 6 | 6 | - |
|  | История развития настольного тенниса в России | 3 | 3 | - |
|  | Краткие сведения о строении и функциях человека | 4 | 4 | - |
|  | Влияние физических упражнений на организм занимающихся | 4 | 4 | - |
|  | Гигиенические знания и средства закаливания. Режим спортсмена | 4 | 4 | - |
|  | Основы техники и тактики игры | 60 | 5 | 55 |
|  | Методика обучения | 20 | 4 | 16 |
|  | Оборудование и инвентарь | 8 | 6 | 2 |
|  | Психологическая подготовка | 6 | 3 | 3 |
|  | Правила игры, организация соревнований, система их проведения | 16 | 6 | 10 |
|  | Общая и специальная физическая подготовка | 60 | 10 | 50 |
|  | Контроль подготовленности обучающихся | 7 | 6 | 1 |
|  | Судейская практика | 6 | 2 | 4 |
|  | Участие в соревнованиях |  | | |
| **ИТОГО:** | | **216** | **75** | **141** |

**3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1. А. Инструктажи по ТБ и ОТ с родителями и обучающимися (6 часов).**

1. **Физическая культура и спорт в России (6 часов).**
2. **Олимпийские игры современности (6 часов).**
3. **История развития настольного тенниса в России и за рубежом (3 часа).** Настольный теннис в школе, районе, области. Успехи российских теннисистов в крупнейших мировых соревнованиях. Настольный теннис в программе Олимпийских игр.
4. **Краткие сведения о строении и функциях организма человека (4 часа).** Правильный обмен веществ и его значение для физического развития. Органы пищеварения и выделения.
5. **Влияние физических упражнений на организм занимающихся (4 часа).** Изменение объема и силы мышц, увеличение энергетического запаса организма. Повышение способности организма к переносимости длительных и интенсивных нагрузок. Повышение координационных способностей занимающихся, их двигательных возможностей.
6. **Гигиена спортсмена и средства закаливания (4 часа).** Гигиена одежды, места занятия, режим дня, питание спортсмена. Естественные средства закаливания – вода, прогулки и занятия на воздухе, солнечные ванны.
7. **Основы техники и тактики игры (60 часов).** Правильная хватка ракетки и способы игры. Исходные при подаче стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Техника перемещений близко у стола и в средней зоне. Перемещения игрока при сочетании ударов справа и слева. Краткие сведения о современных тенденциях в развитии техники игры. Тактика игры с разными противниками. Основные тактические варианты игры.

**Практические занятия**

Тренировка упражнений с мячом и ракеткой на количество. Повторений в одной серии. Изучение основных стоек теннисиста. Тренировка ударов у тренировочной стенки. Изучение подачи. Тренировка ударов «накат» справа и слева на столе. Сочетание ударов. Имитация ударов справа и слева, сочетание ударов. Имитация перемещений с выполнением ударов. Игра в «крутиловку» вправо и влево. Свободная игра на столе. Игра на счет из одной, трех партий. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. Сдача контрольных норм.

1. **Методика обучения (20 часов).** Методы тренировки ударов, сложных подач. Занятия с отягощениями на руку, тренировка сочетаний ударов, применение имитаций в тренировке. Навыки контроля своей подготовки, учет результатов тренировок и соревнований.

1. **Оборудование и инвентарь** **(8 часов).** Профилактический ремонт спортинвентаря, оборудования, ремонт ракеток, стоек, сеток, изготовление простейших тренажеров и приспособлений.
2. **Психологическая подготовка (6 часов).** Воспитание волевых качеств, целенаправленности, настойчивости, трудолюбия. Самоконтроль своего поведения в соревнованиях.
3. **Правила игры, соревнований и системы их проведения (16 часов).** Изучение основных правил игры, ведение счета, проведение игры на большинство их трех партий, круговая система соревнований, стыковые игры, олимпийская система соревнований.
4. **Общая и специальная физическая подготовка (60 часов**).

Целенаправленное развитие организма для достижения спортивных результатов в настольном теннисе.

Роль имитаций в тренировке мышц рук, корпуса и ног теннисиста. Имитация ударов в продолжении 1 и 3 минуты. Имитация ударов в продолжении 12 минут. Имитация перемещений с ударами 3 и 5 минут. Игра на столе с отяжеленными повязками на руке и поясом.

1. **Контроль подготовленности занимающихся (7 часов).** Контроль осуществляется в соответствии с нормами, приводимыми в приложении.
2. **Судейская практика (6 часов).** С первого соревнования сами занимающиеся должны участвовать в судействе.
3. **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 их трех партий. Соревнования должны иметь масштаб не выше районного при условии участия в них приблизительно равных по силам и возрасту детей.

**4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Программа воспитания и развития у обучающихся необходимых физических и психических навыков для здорового полноценного развития строится на многообразии форм и методов работы.

Выбор методов обучения определяется с учетом возможностей обучающихся, возрастных психофизиологических особенностей детей и подростков, возможностей материально-технической базы, типа и вида занятий.

**Методическое обеспечение**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Практика | Методическое обеспечение | | |
| Форма занятий | Способы и примеры | Форма подведения итогов |
|  | Физическая культура и спорт в России | практическая игра | Беседа | Словесные | Обсуждение |
|  | Олимпийские игры современности |
| Зачет |
|  | История развития настольного тенниса в России. | Наглядные, иллюстративно демонстрационные практические, логические, гностические, методы исследования |
| Лекция |
|  | Краткие сведения о строении и функциях человека. |
|  | Влияние физических упражнений на организм занимающихся. |
| Практическая игра |
| Соревнования, турнир, квалификационный турнир, тренировочные партии |
|  | Гигиенические знания и средства закаливания. Режим спортсмена |
| Игра |
|  | Основы техники и тактики игры |
|  | Методика обучения |
|  | Оборудование и инвентарь |
|  | Психологическая подготовка |
|  | Правила игры, организация соревнований, система их проведения |
|  | Общая и специальная физическая подготовка |
|  | Контроль подготовленности обучающихся |
|  | Судейская практика |
|  | Участие в соревнованиях |

**Материально-техническое оснащение**

1. Учебный кабинет.
2. Столы.
3. Ракетки.
4. Теннисные мячи.
5. Стой.

**Методы организации занятия в секции «Настольный теннис»:**

**методы практико-ориентированной деятельности:**

- упражнения;

- тренировка;

- соревнования.

**словесные методы обучения:**

- объяснение;

- рассказ;

- беседа;

*-* метод наблюдения;

- метод игры.

Используется традиционная технология спортивных занятий и но­вые комплексы физического развития и обучения теннисной игре.

**По всем базовым темам программы имеются специальные комплексы развивающих и обучающих упражнений:**

**Разминка:**

- система упражнений, исполняемых в строгой последовательности;

- специальные упражнения для индивидуальной разминки;

- система упражнений для освоения тенниса;

- спортивные развивающие игры.

**Комплекс упражнений для развития двигательной активности:**

• упражнения на развитие быстроты, четкости, длительности, ловкости, координированности движений;

• методы сплочения детского спортивного коллектива;

• участие в спортивных соревнованиях.

**Образовательный процесс выстраивается по следующим направлениям:**

• групповые занятия по физическому воспитанию, обучению игре в теннис;

• индивидуальный тренинг для отработки навыков теннисной игры;

• теоретические занятия.

Особое внимание уделяется общей физической подготовке воспитан­ников, направленной на поддержание и укрепление здоровья.

На занятиях с младшими обучающимися целесообразно исполь­зовать игровые приемы, учитывая и возраст ребенка, и его возможнос­ти. У младших школьников еще плохо развита координация движений, нет четкости движений при ходьбе, для их бега характерен не легкий и ритмичный, а мелкий, семенящий шаг, Поэтому в занятия включены различные упражнения на развитие координации движений рук, ног, задания на вынос­ливость, на развитие глазомера, меткости и силы.

Большое внимание на занятиях тенниса уделяется развива­ющим физическим упражнениям с тем, чтобы воспитанники могли исполь­зовать их при игре в теннис. Начальные навыки игры в теннис даются с использованием различных методик.

В первую очередь, ребят учат обращаться с теннисной ракет­кой; демонстрируются и закрепляются различные хваты ракетки, воспитанники осваивают движения теннисиста с ракеткой на площадке. Особое внимание уделяется обучению имитации игры в теннис, так как при этом быстрее формируются навыки правильной работы рук и ног теннисиста. Трениров­ка ударов об стенку и через сетку проводится постоянно.

Учащиеся средней и старшей групп осваивают движе­ния теннисистов на площадке, игру через сетку кроссом, по линии, с выходом к сетке, применяя при этом все изученные приемы.

Значительное место в подготовке теннисиста занимают теорети­ческие занятия по основам тенниса, истории тенниса, изучении сведений о знаменательных датах, выдающихся спортсменах, об олимпийской истории тенниса.

На занятиях постоянно укрепляется интерес обучающихся к «сегодняш­нему» теннису, профессиональным соревнованиям, проходящим в нашей стране.

Программой «Настольный теннис» предусмотрена не только профильная подготовка обучающихся, но и сплочение детского спортивного коллектива, созда­ние той комфортной атмосферы, которая способствует успеху занятий в секции, теплому доброжелательному климату.

На занятиях со старшими обучающимися даются методические умения и навыки проведения физкультурных занятий с младшими воспитанниками.

Увеличивая ежемесячно количество освоенных упражнений и нагруз­ку, необходимо соблюдать основные **педагогические принципы** – «от прос­того к сложному», возрастной и индивидуальный подход к возмож­ностям каждого воспитанника.

В процессе занятий ребята обучаются элементарным приемам и на­выкам самоконтроля, самоанализа и самопомощи.

1. **Мониторинг образовательных результатов**

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Мониторинг по проверке знаний, умений, навыков, приобретенных учащимися объединения «Настольный теннис», проводится с целью выявления и оценки результатов обучения по программе.

Мониторинговые исследования проводятся педагогом в течение учебного года, по итогам которых составляется таблица, отражающая результативность образовательного процесса.

Дата (месяц)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия Имя | - знают историю спорта вообще и тенниса в частности; | - знают и умеют выполнять нормативы по общей физической подготовке; | - умеют профессионально обращаться с ракеткой, пользуясь нес­колькими хватками; | - умеют играть на счет и судить соревнования по теннису; | - умеют играть с партнером через сетку и использовать в игре все изученные приемы; |
| 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |

**Таблица**

**контроля практических умений и навыков**

**обучающихся во время итоговых просмотров**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия имя ребёнка | Раздел программы | | | Замечания, рекомендации | Подпись педагога |
|  |  | Основы техники и тактики игры | Правила игры, организация соревнований, система их проведения | Общая и специальная физическая подготовка |  |  |

* начальный контроль – ноябрь – март.
* промежуточный контроль – апрель.
* итоговый контроль – май.

|  |  |
| --- | --- |
| **Время проведения** | **Цель проведения** |
| Начальный этап | Определить уровень развития обучающихся, их творческие способности, задатки, лидерские качества |
| Промежуточный контроль | Определить степень усвоения обучающимися учебного материала: определить их готовность к усвоению нового материала: выявить уровень их ответственности и заинтересованности в обучении; выявить обучающихся отстающих и опережающих обучение. |
| Итоговый контроль | Определить изменения в показателях уровня развития личности обучающегося, его творческих способностей; определить результаты обучения; ориентировать обучающихся на дальнейшее обучение; получить сведения для совершенствования программы и методов обучения. |

**Критерии и показатели мониторинга**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Задачи** | **Критерии**  **Показатели** | **Методы** |
| **Обучающие задачи:**  • Сформировать у детей систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, спорте, теннисе.  • Выработать у детей необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития.  • Дать базовые знания, умения и навыки игры в теннис.  • Научить совместному разбору игр, выработать навыки судейства теннисной игры.  Развивающие задачи:  • Развить психофизические качества и способности обучающихся.  • Выработать у воспитанников навыки самостоятельных занятий теннисом, уме­ние организовать собственную тренировку.  **Воспитательные задачи:**  • Воспитать у обучающихся устойчивый интерес и любовь к занятиям теннисом, физической культурой и спортом.  • Воспитать культуру здорового образа жизни, волевые и нравственные качества личности.  Образовательная программа обеспечивает реализацию **основных направлений** кружка тенниса для детей:  • Базовые знания, умения и навыки теннисной игры.  • Оздоровление детей, укрепление их здоровья и воспитание привычки к здоровому образу жизни.  • Снятие у воспитанников психологической нагрузки. Развитие адаптивных способ­ностей.  • Организация активного отдыха учащихся, создание комфортного круга общения.  • Содействие профилактике асоциальных проявлений в детско-подростковой среде.  Для достижения поставленной цели используются следующие **принципы здоровьесберегающей педагогики:**  - принцип сознательности и активности;  - принцип наглядности;  - принцип систематичности и последовательности;  - принцип повторений;  - принцип постепенности;  - принцип доступности и индивидуальности;  - принцип непрерывности;  - принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей;  - принцип связи теории с практикой. | **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 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 соревнованиях.  **Основными результатами выполнения программы являются:**  • укрепление здоровья детей;  • рост физических и спортивных показателей у каждого воспитан­ника в течение одного этапа занятий;  • проявление устойчивого интереса к занятиям спортом и физи­ческой культурой;  • навыки самостоятельных занятий;  • воспитание культуры здорового образа жизни;  • воспитание волевых и нравственных качеств личности | **Методы организации занятия в секции «Настольный теннис»:**  *•методы практико-ориентированной деятельности:*  - упражнения;  - тренировка;  - соревнования;  *• словесные методы обучения:*  - объяснение;  - рассказ;  - беседа;  *• метод наблюдения;*  *• метод игры;*  Используется традиционная технология спортивных занятий и но­вые комплексы физического развития и обучения теннисной игре.  **По всем базовым темам программы имеются специальные комплексы развивающих и обучающих упражнений:**  • Разминка: система упражнений, исполняемых в строгой последовательности.  • Специальные упражнения для индивидуальной разминки.  • Система упражнений для освоения тенниса.  • Спортивные развивающие игры.  • Комплекс упражнений для развития двигательной активности: упражнения на развитие быстроты, четкости, длительности, ловкости, координированности движений.  • Методы сплочения детского спортивного коллектива.  • Участие в спортивных соревнованиях |

1. **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**
2. Амелин А.Н. Настольный теннис: 6+12 М, 2005 г.
3. Барчукова Г.В, Богушас В.М.М. Матыцин О.В. Теория и методика

настольного тенниса. М, 2006 г.

1. Барстоу Дж. Уроки тенниса. – Л.: Ленинградский издатель,1984.
2. Кондратьева Г.А., Шокин А.И. Теннис в спортивных школах. – М.: Агриус, 1975.
3. Лейвер Р. Как побеждать в теннисе – М., 1988.
4. Лот Ж.-П. Теннис за три дня.– М.: Просвещение, 1975.
5. Машка Олдржих, Шафаржик В. Начальная школа тенниса. – М.: ВИСПО, 1988.
6. Малов Ю.А. Спектакль на траве. – М., 1988.
7. Новиков А.В., Кукушкин В.В. Большой шлем или Четыре теннисных туза. – М.: Советский спорт, 1990.

**Нормативно-правовые документы**

**Федеральный уровень:**

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

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки РФ от 14 августа 2020 г. N 831 "Об утверждении Требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и формату представления информации"

4. Федеральная целевая программа развития образования на 2016–2020 годы, утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 23 мая 2015 г. № 497.

5. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642.

8. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей" (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2019 N 56722).

9. ПИСЬМО МИНОБРНАУКИ РФ от 11 декабря 2006 г. N 06-1844 О ПРИМЕРНЫХ ТРЕБОВАНИЯХ К ПРОГРАММАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ.

10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении Санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

**Региональный уровень:**

1. Постановление правительства № 527-п 17.07.2018 Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области
2. Приказ департамента образования ЯО от 27.12.2019 №47-нп Правила персонифицированного финансирования ДОД
3. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.