

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
«СОЗВЕЗДИЕ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»
Протокол № 3
от «29» мая 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ДО ДДТ «Созвездие»
Савина Подписано цифровой
подписью: Савина
Ольга Ольга Павловна
Павловна Дата: 2023.06.05
12:11:45 +0300 О.П.Савина
от «29» мая 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«РАКЕТКА»

Направленность **спортивно-физкультурная**

Уровень **базовый**
(ознакомительный, базовый или углубленный)

Рассчитана на детей от **10 до 15 лет**

Срок реализации **3 года (432 часа)**

Вид программы **модифицированная**

Халиль Руслан Бамбетович,
педагог дополнительного образования

Краснодар, 2023

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

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

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р.

3. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 года протоколом заседания президиума при Президенте РФ.

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

7. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно-уровневые программы), Москва, 2015 года-Информационное письмо 09-3242 от 8 ноября 2015 года.

9. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 года № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 года, регистрационный № 25016).

10. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 года.

11. Краевые методические рекомендации по проектированию общеобразовательных общеразвивающих программ (2020 год).

Данная дополнительная общеразвивающая программа относится к физкультурно-спортивному направлению.

В современных социальных и экономических условиях мы постоянно сталкиваемся с разнообразными проявлениями асоциального поведения детей и подростков: агрессией, вредными привычками, противозаконными действиями. В чем причины такого поведения? Как избежать его? Эта проблема волнует психологов, социологов, врачей и педагогов. В значительной мере решить ее может организованный досуг, основанный на игровой деятельности, который способствует переносу доминанты стихийной активности детей из областей, связанных с проявлениями асоциальной направленности и девиантного поведения, в сферу физкультурно-оздоровительного и спортивного досуга в системе дополнительного образования.

Игра – это вид деятельности, в котором важен не столько результат, сколько сам процесс. Игра – это отдых, и компенсация недостаточных нагрузок: физических, умственных, эмоциональных. Играющий человек силой своего воображения создает вокруг себя некую условную действительность, и в этой действительности наиболее благоприятные возможности для реализации своих стремлений, проявления способностей. Наиболее популярной среди детей и подростков является спортивная игра настольный теннис, которая помогает воспитывать такие ценные морально-волевые качества как целеустремленность, дисциплинированность, выдержку, самообладание, а также совершенствовать основные двигательные способности: быстроту и точность движений, ловкость, силу, выносливость.

Настольный теннис - это высоко динамичная игра, позволяющая ребенку получить массу положительных эмоций, окунуться в мир спорта, его взаимоотношений. Успехи воспитанников в обучении рожают у них уверенность в своих силах, помогают преодолеть психологические барьеры нерешительности и робости перед новыми видами деятельности и окружающим миром.

С целью сохранения и укрепления здоровья детей, привлечения их к систематическим занятиям физической культурой и спортом педагогами дополнительного образования Дома детского творчества «Созвездие» была разработана образовательная программа «РАКЕТКА».

Программа была составлена на основе типовой программы и методических материалов по проведению учебных занятий по настольному теннису.

Актуальность данной программы заключается в ее массовой популярности и востребованности среди детей и подростков.

Особенностью программы является то, что она призвана организовать свободное время детей и подростков, имеет вариативный характер и дает возможность проводить занятия с детьми в группах разного возраста.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, что она способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на оказание помощи воспитанникам приобрести всесторонний социальный опыт, помогает выявить и развить свои потенциальные способности. Учебный курс программы поможет ребенку определиться в своих интересах и возможностях, правильно проводить свое свободное время с пользой для себя и окружающих, ознакомиться с социальными нормами поведения во всех сферах жизни человека: в быту, на улице, в общественных местах.

Адресат программы. Программа адресована для обучения детей с 10 до 15 лет, имеющих разную социальную принадлежность, национальность, с разным уровнем интеллектуального развития.

В объединение принимаются девочки и мальчики по заявлению родителей или лиц их заменяющих с предоставлением медицинской справки для занятий (о возможности занятий данным видом деятельности).

Формы обучения – групповая форма обучения.

Особенности организации образовательного процесса.

Структура программы предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, навыков воспитанников, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения от занятия к занятию с учетом возрастных и психологических особенностей детей.

Данная программа рассчитана на 3 года. Годовая нагрузка составит 144 часа, количество детей не менее 15 человек, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность групповых занятий 45 минут, перерыв 10 минут.

Цель и задачи программы

Цель: Создание образовательных условий, способствующих духовно-нравственному, физическому развитию личности посредством занятий настольным теннисом.

Для реализации поставленной цели решаются следующие **задачи**:

Личностные:

- развитие умений контролировать себя и видеть ошибки других
- развитие коммуникативных и организаторских склонностей обучающихся;
- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, скоростно-силовых, координационных качеств);
- содействовать укреплению здоровья детей, повышению уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства;

Метапредметные:

- Формирование устойчивой мотивации к профильному самоопределению, потребности к творческой деятельности и самореализации в данном направлении деятельности.

- способствовать формированию у детей и подростков потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, осознанного отношения к здоровому образу и стилю жизни;

Образовательные (предметные) задачи базового уровня:

- развитие навыков синтеза различных спортивных направлений.
- способствовать приобретению и совершенствованию умений и навыков по технике и тактике игры;
- воспитание нравственных и волевых качеств, уважительного отношения друг к другу, взаимопонимания, взаимовыручки.

1.2 Содержание программы

Учебный план 1-й год обучения

Задачи для первого года обучения:

- способствовать формированию у детей и подростков потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, осознанного отношения к здоровому образу и стилю жизни;
- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, скоростно-силовых, координационных качеств);
- содействовать укреплению здоровья детей, повышению уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства;
- способствовать приобретению и совершенствованию умений и навыков по технике и тактике игры;
- воспитание нравственных и волевых качеств

	Наименование тем	Количество часов		
(Теоретическая часть)		всего	теория	практика
	Вводное занятие, ТБ и профилактика травматизма на занятиях настольным теннисом	1	1	-
	Физическая культура и спорт в России. История развития настольного тенниса в России, мире.	1	1	-
	Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма. Гигиена, закаливание, питание и режим.	1	1	-
	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях настольным теннисом.	1	1	-
(Практическая часть)				

	ОФП(общая физическая подготовка)	33	1	32
	Специальная физическая подготовка	29	1	28
	Психологическая подготовка	5	1	4
	Основы техники игры	32	1	31
	Основы тактики игры	28	1	27
	Правила игры, организация соревнований, системы их проведения	3	1	2
	Контрольные испытания. Соревнования. Итоговые занятия.	9	-	9
Итого:		144	11	133

Содержание тем, разделов, блоков

Теоретическая часть

1.Вводное занятие.

Правила техники безопасности во время учебно-тренировочных занятий, экскурсий, соревнований, тестовых испытаний, правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения, правила безопасности в связи с угрозой террористических актов. Ознакомление с планом работы объединения.

2. Физическая культура и спорт в России

История развития настольного тенниса в мире, России, ее лучшие представители;

Развитие настольного тенниса на Кубани.

3.Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма человека. Гигиена, закаливание, питание и режим.

Как укрепляются мышцы, сухожилия и связки в результате занятиями настольным теннисом. Изменение частоты сердечных сокращений, артериального давления.

Личная гигиена юного теннисиста, профилактика различных заболеваний.

Гигиена места занятий. Гигиенические требования к одежде, обуви.

Закаливание как неотъемлемая часть здорового образа жизни.

Особенности питания при занятиях настольным теннисом.

Режим дня. Организация свободного времени.

4.Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях.

Медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой до врачебной помощи.

Способы транспортировки пострадавшего.

Практическая часть.

1.ОФП (Общая физическая подготовка).

Значение физической подготовки для овладения техникой настольного тенниса.

Упражнения физической подготовки общей направленности.

Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами).

Подвижные игры, эстафеты. Различные виды спорта.

Упражнение для мышц рук и пояса верхних конечностей; упражнения для мышц туловища; упражнения для мышц ног; упражнения для мышц живота; упражнения для мышц спины.

2. Специальная физическая подготовка.

Имитация ударов в продолжение 1 и 3 мин. Имитация ударов в продолжение 12 мин. Имитация перемещений с ударами – 3 мин. и 5 мин.

3. Психологическая подготовка.

Воспитание волевых качеств, целенаправленности, настойчивости, трудолюбия. Самоконтроль своего поведения в соревнованиях.

4. Основы техники игры.

Правильная хватка ракетки и способы игры. Исходная стойка теннисиста при подаче, 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 Тренировка ударов «накат» справа и слева на столе. Сочетание ударов. Свободная игра на столе. Игра на счет из одной, трех партий.

5. Основы тактики игры.

Тактика игры с разными противниками. Основные тактические варианты игры.

6. Правила игры, организация соревнований, системы их проведения.

Изучение основных правил игры, ведения счета; проведение игры на большинство из трех партий. Круговая система соревнований.

7. Контрольные испытания (диагностика). Соревнования. Итоговое занятие.

Проведение соревнований по технической и физической подготовке.

Проведение тестовых испытаний.

Участие воспитанников в соревнованиях. Сдача нормативов по технической подготовке.

Учебный план 2-й год обучения

Задачи для второго года обучения:

- способствовать формированию у детей и подростков потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, осознанного отношения к здоровому образу и стилю жизни;
- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, скоростно-силовых, координационных качеств);
- содействовать укреплению здоровья детей, повышению уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства;
- способствовать приобретению и совершенствованию умений и навыков по технике и тактике игры;

- воспитание нравственных и волевых качеств, уважительного отношения друг к другу, взаимопонимания, взаимовыручки.

	Наименование тем	Количество часов		
(Теоретическая часть)		всего	теория	практика
	Вводное занятие, ТБ.	2	2	-
	Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма. Гигиена, закаливание, питание и режим.	4	4	-
	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях настольным теннисом.	4	2	2
(Практическая часть)				
	ОФП (общая физическая подготовка)	12	4	8
	Специальная физическая подготовка	24	12	12
	Психологическая подготовка	12	2	10
	Основы техники игры	22	6	16
	Основы тактики игры	32	10	22
	Правила игры, организация соревнований, системы их проведения	24	8	16
	Контрольные испытания. Соревнования. Итоговые занятия.	8	-	8
Итого:		144	50	94

Содержание тем, разделов, блоков

Теоретическая часть

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности.

Правила техники безопасности во время учебно-тренировочных занятий, экскурсий, соревнований, тестовых испытаний; правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения, правила безопасности в связи с угрозой террористических актов.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности воспитанников.

2. Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма человека.

Изменение частоты сердечных сокращений, артериального давления у спортсменов в разном возрасте. Влияние физических упражнений на основе постепенности повышения нагрузки и повторности упражнений на

повышение функциональных возможностей организма. Гигиена места занятий. Гигиенические требования к одежде, обуви.

Закаливание как неотъемлемая часть здорового образа жизни. Особенности питания при занятиях настольным теннисом. Режим дня. Организация свободного времени. Ежедневная утренняя гимнастика.

3. Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях.

Медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой до врачебной помощи. Способы транспортировки пострадавшего.

Практическая часть.

1.ОФП (Общая физическая подготовка).

Значение физической подготовки для овладения техникой настольного тенниса.

Упражнения физической подготовки общей направленности.

Общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами).

Подвижные игры. Спортивные игры.

Упражнение для мышц рук, ног, туловища,.

2. Специальная физическая подготовка.

Имитация ударов слева и справа на количество повторений за 1 мин., 2 мин., 3 мин., за 12 мин. Имитация сочетаний ударов слева и справа на количество повторений за 1 мин, 2 мин, 3 мин, за 12 мин. Имитация перемещений в 3-х метровой зоне по схеме «треугольник»- на количество повторений за 30 сек; за 1 мин; за 3 мин. Прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку на количество повторений за 30 сек; 1 мин; игра на двух столах на счет.

3. Психологическая подготовка.

Значение подготовки, средства воспитания психических качеств и способностей и контроль уровня их развития. Психорегулирующая подготовка (воспитание воли, упорства, выполнение заданий педагога, настройка на соревнования).

4. Основы техники игры.

Сочетание сложных подач с атакующими и защитными ударами. Поочередные контрудары слева и справа по диагонали против атакующих ударов «восьмеркой» (по прямой и по диагонали). Удар справа «топ-спин» против «подрезки», то же, против длинной подачи «подрезкой». Поддачи: а) «подрезкой» мяча вниз справа и слева различной длины в сочетании с атакующими ударами слева и справа, б) с боковым вращением мяча слева и справа в различном направлении, в) чередование и выполнение серий различных по вращениям мяча подач, г) игра ударами справа и слева по диагоналям, по прямой из ближней и средней зон с выходом вперед.

5. Основы тактики игры.

Тренировка тактических вариантов игры: атака на своей подаче; атака на подаче противника; атака с перехватом инициативы; атака с сильного удара противника. Тактика одиночной игры с противниками, защитниками, нападающими, комбинационными игроками. Особенности парных игр и тактика смешанных игр. Совершенствование тактики игры в разных зонах.

6. Правила игры, организация соревнований, системы их проведения.

Ознакомление с особенностями правил игры, требования к организации и проведению соревнований по настольному теннису. Система проведения соревнований, форма и требования, предъявляемые к участникам, контрольные турниры. Судейство соревнований, оформление документации.

7. Контрольные испытания. Соревнования. Итоговое занятие.

Общая и специальная подготовленность воспитанников проверяются в начале и конце учебного года по контрольным нормативам.

Проведение тестовых испытаний

- сдача нормативов по технической подготовке.

Учебный план 3-й год обучения

Задачи для третьего года обучения:

- способствовать формированию у детей и подростков потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, осознанного отношения к здоровому образу и стилю жизни;
- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, скоростно-силовых, координационных качеств);
- содействовать укреплению здоровья детей, повышению уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства;
- способствовать приобретению и совершенствованию умений и навыков по технике и тактике игры;
- воспитание нравственных и волевых качеств, уважительного отношения друг к другу, взаимопонимания, взаимовыручки.

	Наименование тем	Количество часов		
(Теоретическая часть)		всего	теория	практика
	Вводное занятие, ТБ.	2	2	-
	Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма. Гигиена, закаливание, питание и режим.	4	4	-
	Первая доврачебная помощь при травматизме на занятиях настольным теннисом.	4	2	2
(Практическая часть)				
	ОФП (общая физическая подготовка)	12	4	8
	Специальная физическая подготовка	24	12	12

	Психологическая подготовка	12	2	10
	Основы техники игры	22	6	16
	Основы тактики игры	32	10	22
	Правила игры, организация соревнований, системы их проведения	24	8	16
	Контрольные испытания. Соревнования. Итоговые занятия.	8	-	8
Итого:		144	50	94

Содержание тем, разделов, блоков

Теоретическая часть

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности.

Правила техники безопасности во время учебно-тренировочных занятий, экскурсий, соревнований, тестовых испытаний; правила пожарной безопасности, безопасности дорожного движения, правила безопасности в связи с угрозой террористических актов.

Ознакомление с планом работы объединения.

Диагностика физического развития и физической подготовленности воспитанников.

2. Влияние занятий настольным теннисом на строение и функции организма человека.

Совершенствование двигательных функций занимающихся, укрепление мышц, связок двигательного аппарата. Гигиена места занятий. Предупреждение травм, особенности травматизма в настольном теннисе. Закаливание как неотъемлемая часть здорового образа жизни. Питание и режим дня спортсмена. Ежедневная утренняя гимнастика.

3. Основы методики обучения и тренировки теннисиста.

Формы занятий: индивидуальные, групповые занятия (самостоятельная работа, составление планов подготовки, составление индивидуальных разминок и тренировочных занятий).

Практическая часть.

1. ОФП (Общая физическая подготовка).

Совершенствование навыков и умений, приобретенных на занятиях в группе 2-го года обучения. Упражнения на развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости.

2. Специальная физическая подготовка.

Имитация ударов слева и справа на количество повторений за 1 мин, 2 мин, 3 мин, за 12 мин; имитация сочетаний ударов слева и справа на количество повторений за 1 мин, 2 мин, 3 мин, за 12 мин; имитация перемещений в 3-х метровой зоне по схеме «треугольник»- на количество повторений за 30 сек; за 1 мин; за 3 мин; прыжки боком с двух ног через гимнастическую скамейку на количество повторений за 30 сек; 1 мин; игра на двух столах на счет.

3. Психологическая подготовка.

Значение подготовки, средства воспитания психических качеств и способностей и контроль уровня их развития. Психорегулирующая подготовка (воспитание воли, упорства, выполнение заданий педагога, настройка на соревнования).

4. Основы техники игры.

Совершенствование подач различной длины, направлений. Поддачи «двойники», прием сложных подач атакующими ударами, «подставкой», «подрезкой». Организация атаки через сложную подачу, атака со сложных подач противника. Сочетание сложных подач с атакующими и защитными ударами. Выполнение серийных ударов: удары «откидка», «накат» справа и слева по диагонали и по прямой; подача справа и слева разученными ударами с завершением комбинации атакующими ударами. Парные игры с различными партнерами и противниками.

5. Основы тактики игры.

Углубленное изучение тактических комбинаций. Тактика одиночной игры с противниками, защитниками, нападающими, комбинационными игроками. Особенности парных игр и тактика смешанных игр. Совершенствование тактики игры в разных зонах.

6. Правила игры, организация соревнований, системы их проведения.

Изучение правил игры, обязанности судей во время соревнований, состав судейской коллегии, составление документации, расписание игр, информация на соревнованиях.

7. Контрольные испытания. Соревнования. Итоговое занятие.

Общая и специальная подготовленность воспитанников проверяется в начале и конце учебного года по контрольным нормативам, выполнению технических приемов.

Проведение тестовых испытаний.

1.3.Планируемые результаты.

В результате реализации программы предполагается, что:

- у детей и подростков повысится уровень физического развития и физической подготовленности;
- сформируется потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- приобретут первоначальные технические и тактические навыки игры в настольный теннис;
- появится осознанное отношение к здоровому образу и стилю жизни;
- улучшатся ценностные ориентиры, качества коммуникативности, толерантности, уважительного отношения к окружающим;
- приобретут навыки культуры общения;
- расширят свой кругозор в вопросах физической культуры и спорта.

В конце 1-го года обучения воспитанники:

- будут знать основные правила игры на счет, гигиенические требования, режим дня, способы закаливания;
- приобретут первоначальные навыки техники игры;
- приобретут первоначальные навыки тактики игры;
- у воспитанников сформируется мотивация к занятиям настольным теннисом;
- повысится уровень физического развития и физической подготовленности детей;
- появится правильное понимание значения здорового образа жизни;
- участие в соревнованиях по настольному теннису.

В конце 2-го года обучения:

- освоят технические приемы игры в настольный теннис;
- приобретут основы тактической подготовки в игре в настольный теннис;
- ознакомятся с навыками командного взаимодействия в игре;
- сформируется осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- выполняют нормативные требования для получения 2-го или 1-го юношеского спортивного разряда.

В конце 3-го года обучения:

- утвердится у воспитанников осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- разовьют нравственные и волевые качества;
- переведут приобретенные навыки и умения игры в настольный теннис на уровень саморазвития, самосовершенствования;
- овладеют навыками командного взаимодействия;
- освоят навыки судейской практики в настольном теннисе;
- выполняют нормативные требования для присвоения 3-го взрослого спортивного разряда.

Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график размещается в журнале посещаемости объединения.

2.2. Условия реализации программы

Для успешного освоения программы необходимо иметь:
просторное помещение, теннисные столы;
наборы ракеток и теннисных шариков;
наличие дидактического материала, видеокассет, альбомов.

Условиями реализации программы являются:

психологические:

поддержание благоприятного и интеллектуального, нравственного и эмоционально - психологического климата;

создание системы психолого-педагогической поддержки личности ребенка в процессе развития и раскрытия его индивидуальных творческих особенностей;

организация необходимой среды для педагогической деятельности, наличие объектов и предметов для проявления воспитанниками своих способностей;

использование в учебном процессе личностно-ориентированных технологий, приемов и методов обучения и воспитания;

бережное отношение к индивидуальным творческим особенностям воспитанников;

соблюдение санитарно-эпидемиологических норм и правил в помещении.

2.3. Формы аттестации.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Для отслеживания результатов обучения по программе используются: контрольные задания для отслеживания знаний, умений и навыков (входная диагностика, текущий контроль и итоговый контроль) (приложение 1); критерии оценки для отслеживания результатов личностного развития обучающихся по дополнительной образовательной программе (приложение 2), диагностическая таблица по отслеживанию результатов личностного развития учащихся (приложение 3).

Успехи учащихся фиксируются грамотами и дипломами на соревнованиях. К формам аттестации также относятся открытые занятия для родителей (один, два раза в год).

Эффективность учебно-воспитательной работы определяется не только через результаты освоения учащимися программных задач. Не меньшее значение имеют клубные формы работы: тематические праздники к определенным датам, коллективные творческие дела вместе с родителями; участие в городских, краевых соревнованиях; экскурсии и поездки в детские оздоровительные лагеря и по знаменитым местам Края.

Работа с родителями занимает большое место при реализации программы. Это объясняется тем, что обучение - длительный по времени процесс. Для того чтобы дети могли успешно заниматься, быть полноценными участниками жизни коллектива, необходима заинтересованность и постоянная поддержка их семей. Поэтому задача педагога вовлечь родителей в жизнь коллектива. Родители приводят детей на конкурсы, концерты, совместно с коллективом выезжают на различные конкурсы в городе и за его пределы. Для родителей проводятся собрания, индивидуальные встречи, беседы, открытые занятия, на которых они наглядно могут проследить за успехами своего ребенка. Родители являются постоянными помощниками педагогов.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- соревнования и размещение достижений на сайте ДДТ «Созвездие».

- портфолио педагога и коллектива.

2.4 Оценочные материалы.

Перечень (пакет) диагностических методик, позволяющих определить достижения учащимися планируемых результатов.

1. Контрольные задания для заполнения сводной диагностической таблицы знаний, умений и навыков воспитанников. (*Приложение 1*).

2. Критерии оценок для заполнения диагностической карты (методика В.В. Синявского и В.А. Федорошина) по определению коммуникативных и организаторских склонностей (КОС) обучающихся (*Приложение 2*).

3. Пакет методик и тестовых заданий для диагностики личностного развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе: (*Приложение 3*).

2.5. Методические материалы.

Особенности организации образовательного процесса.

В процессе реализации программы предполагается очное обучение.

Методы обучения - словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

Формы организации образовательного процесса – групповая.

Весь учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Основным принципом построения «учебно – воспитательной» работы является принцип универсальности в постановке задач, выборе средств и методов, соблюдении требований индивидуального подхода к каждому воспитаннику.

Учебно-воспитательный процесс по предлагаемым разделам и темам программы предполагает:

- *теоретические занятия;*
- *практические занятия;*
- *совместные занятия с воспитанниками других групп, выпускниками, родителями;*
- *соревнования, турниры; спортивные праздники.*

Теоретическая подготовка.

Теоретический материал ориентирован на развитие социально значимых ценностей, жизненно важных знаний, активно-деятельностного отношения к здоровому образу жизни, гражданственности, любви к родному краю, Отчизне:

- гигиенические навыки, режим дня, врачебный контроль;
- основы техники безопасности на занятиях, на соревнованиях;
- основные принципы формирования здорового образа и стиля жизни;

Практические занятия

- общефизическая и специальная подготовка;
- сдача контрольных нормативов для определения уровня физической подготовленности;

-закрепление теоретических материалов на практических занятиях, соревнованиях;

Совместные занятия с воспитанниками других групп, выпускниками, более опытными спортсменами позволяют успешно закреплять технические и тактические приемы, повышать мастерство и решать воспитательные задачи, направленные на формирование коллектива.

Соревнования, турниры, спортивные праздники.

Воспитанники имеют возможность проверить уровень своей подготовленности, продемонстрировать приобретенные умения, навыки, повысить мастерство. Такая форма занятий позволяют воспитанникам сформировать психологическую устойчивость, уверенность в своих силах и возможностях.

Формы организации учебного занятия – конкурс, мастер-класс, открытое занятие, практическое занятие, праздник, семинар, соревнование, тренинг, экскурсия, экспедиция.

Педагогические технологии.

В процессе реализации образовательного процесса педагогом применяются различные образовательные технологии: технология личностно-ориентированного обучения, технология обучения в сотрудничестве, здоровьесберегающие технологии, технология игрового обучения, технология информационного обучения.

Алгоритм традиционного учебного занятия.

Подготовительный этап занятия – 5-10 минут.

Организованный сбор детей в классе.

- Приветствие.

Основная часть занятия – 25-30 минут.

Повторение пройденного материала. Знакомство с новой темой программы. Обязательно практическая часть.

Заключительная часть занятия – 3-5 минут.

- Анализ занятия.

- Прощание.

Выход из класса.

Структура занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач в процессе занятия.

из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей.

2.6 Список использованной литературы:

1. Амелин А.Н. Современный настольный теннис. М., 2011.
2. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.
3. Былеева Л., Короткова И., Яковлев В. Подвижные игры. М., 2018.
4. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. М., 2011
5. Журнал Физкультура и спорт.
6. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе. - Волгоград: Изд-во «Учитель», 2013.

7. Камакин О.Н. Организация досуга учащихся. - Волгоград: Изд-во «Учитель».
8. Коробейников Н.К., Михеев А.А. Физическое воспитание. М., 2018.
9. Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физкультуры. М., 2012.
10. Лях В.И. Физическое воспитание. М., 2011
11. Научно-методический журнал Физическая культура в школе. 2010.
12. Столов С.С. История физической культуры. М., 2010.

Рекомендованные сайты:

1. «Педсовет/Pedsovet.org» по ссылке
<http://new.pedsovet.org/articles/article/view/id/211178>.
2. Информационно-методический портал «Образование»
www.dopedu.ru
3. Сайт Департамента образования администрации МО г. Краснодар
www.uo.krd.ru
4. Образовательный ресурс и социальная сеть, где можно скачать презентации на различные темы, или разместить свои презентации
<http://myshared.ru>

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ракетка»

Проверка уровня знаний, умений и навыков учащихся осуществляется на основе прохождения контрольных заданий по каждому году обучения.

Итоговые контрольные задания.

Теория:

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;

Практика:

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

:

№ группы _____, год обучения _____

Уровни: от 0-3 – низкий уровень, 4-7 – средний уровень, 8-10 - высокий уровень.

Тесты для определения уровня психологических качеств.

1. Коммуникативность – группе детей предлагается заполнить анкету «Мои друзья»

Каждый ребенок в анкете должен написать имена своих друзей, приятелей из данной группы.

Уровни оценки:

- записаны 6 чел. и > – 4 балла – высокий уровень;
- записаны 3 - 5 чел. – 3 балла – средний уровень;
- записаны 1 - 2 чел. – 2 балла – низкий уровень.

2. Внимание – в группе проводится игра на внимание «Наступание на носки». Дети становятся в пары напротив друг друга и поочередно стараются наступить на носки своему партнеру. Каждая пара оценивается отдельно в течении 1 – 2 мин.

Уровни оценки:

- нет наступаний – 4 балла – высокий уровень;
- 5-10 наступаний- 3 балла – средний уровень;
- 11 и более - 2 балла – низкий уровень.

**Контрольные нормативы.
Нормативы оценки показателей физической подготовленности.**

№	Тесты	Оценка балл	девочки				
			9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13-14 лет
1	Бег 30 метров (сек.)	4	5,2-5,7	5,0-5,5	4,9-5,4	4,7-5,2	4,5-4,8
		3	5,8-6,3	5,6-6,1	5,5-6,0	5,3-5,8	5,1-5,6
		2	6,4-7,0	6,2-6,7	6,1-6,6	5,9-6,4	5,7-6,2
2	Прыжки в длину с места (см)	4	159-150	159-	165-180		180-185
		3	149-130	150	169-130		156-169
		2	129 и мен.	149- 130 129 и мен	129 и мен.		145-155
3	Поднимание ног 90 град. (кол-во)	4	15-17		10-11		7-6
		3	12-14		9-8		5-4
		2	9-11 угол 90 гр. Ноги согнуты		7-6 угол 45 гр.		3 угол 90 гр.
4	Отжимания в упоре лежа (кол-во)	4	14-12		19-16		24-20
		3	11-9		15-12		19-15
		2	8 и мен.		11 и мен.		14 и мен.
5	Подтягивания на переклад. (кол-во)	4	6-5	7-6	8-7	9-8	11-10
		3	4-3	5-4	6-5	7-6	9-8
		2	2-1	3	4	5	7-6

Нормативы оценки показателей физической подготовленности.

№	Тесты	Оценка балл	мальчики				
			9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13-14 лет
1	Бег 30 метров (сек.)	4	5,2-5,7	5,0-5,5	4,8-5,3	4,6-5,1	4,3-4,8
		3	5,8-6,3	5,6-6,1	5,4-5,9	5,2-5,7	4,9-5,5
		2	6,4-6,9	6,2-6,7	6,0-6,5	5,8-6,3	5,6-6,1
2	Прыжки в длину с места (см)	4	150-169	170-	180-185		190-210
		3	130-150	175	161-174		180-185
		2	110-129	155-160 140-150	155-160		175-180
3	Поднимание ног 90 град. (кол-во)	4	9-8		12-11		14-13
		3	7-6		10-8		12-11
		2	5-4 угол 90 гр		7-6 угол 90 гр		10-9 угол 90 гр.
4	Отжимания в упоре лежа (кол-во)	4	19-15		20-24		25-29
		3	14-10		15-19		20-24
		2	9-5		10-14		15-19
5	Подтягивания на переклад. (кол-во)	4	7-6	8-7	9-8	11-10	13-12
		3	5-4	6-5	7-6	9-8	11-9
		2	3 и мен.	4 и мен.	5 и мен.	7 и мен.	8 и мен.

Техническая подготовка.

№	Наименование упражнений	Возрастные группы					
		9-10 лет		11-12 лет		13-14 лет	
		девочки	мальч.	девочки	мальч.	девочки	мальч.
1	Игра ударами «накат» по диагонали справа (слева) (к – во раз)	20	30	35	50	50	60
2	Игра ударами «откидка» и «срезка» справа и слева без потери мяча (сек.)	80	80	120	120	180	180
3	Подача справа (слева) с верхним вращением мяча (к –во попаданий из 10 подач)	8	8	9	9		
4	Подача справа (слева) с подбросом мяча (к –во попаданий из 10 подач)					8	8

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Ракетка»

Диагностическая карта по определению коммуникативных и организаторских склонностей воспитанников (методика В.В. Сиявского и В.А. Федорошина)

по образовательной программе «Ракетка»

на _____ учебный год.
(на основании педагогического наблюдения)

ФИО педагога _____
Группа № _____, год обучения № _____

	Ф.И.О воспитанника	Личностный рост											
		Начало года				середина				конец			

Уровни: 0-3 – низкий уровень, 4-7 – средний уровень, 8-10 – высокий уровень.

Критерии оценки по определению коммуникативных и организаторских склонностей воспитанников.

№	Показатели	Высокий	Средний	Низкий	Методика
1	Коммуникативные способности	Умеет быстро устанавливать прочные деловые связи, дружеские отношения со сверстниками	Малоактивен в установлении контактов с людьми. Обычно ждет инициативы от других.	Отсутствие стремления расширять контакты в среде сверстников. Трудности во взаимоотношениях с людьми.	КОС - 2
2	Организаторские способности	Вынослив в работе, активен в достижении цели. Умеет принимать решения, брать на себя ответственность	Теряется в трудных ситуациях, проявляет мало инициативы и настойчивости в достижении цели. Не хочет брать на себя ответственность.	Неспособность и нежелание проявлять инициативу. Боится трудностей	КОС - 2
3	Стиль лидерства	Высокие способности лидера, высокая мотивация. Делегирование полномочий (передает ответственность другому)	Высокие способности лидера. Переменная мотивация. Необходимое условие – моральное стимулирование, похвала, поддержка.	Неформальный лидер, низкая мотивация. Действует под чужим руководством. Не желает брать на себя ответственность за других.	«Я - лидер»
4	Творческие способности	Творческое воображение, оригинальность, креативность решений.	Репродуктивное воображение (воссоздающее). Принимает стандартные решения с элементами оригинальных	Воображение пассивное (непроизвольное). Принимает стандартные решения. Консерватор.	«Школа лидера»

Диагностика результатов личностного развития обучающихся по дополнительной образовательной программе

Диагностируемая характеристика	Критерии по степени выраженности оцениваемого качества	метод	Теоретико-методологическая основа
1. Познавательная активность	Низкий уровень (Н) – Обучающийся самостоятельно не включается в работу (творческий процесс), не отвечает на вопросы педагога по собственному желанию Средний уровень (С) Обучающийся обладает устойчивой познавательной активностью. Обучающийся проявляет избирательное отношение к отдельным темам, демонстрирует активность при побуждающих действиях педагога, предпочитает поисковый, реже-репродуктивный вид учебной деятельности. Высокий (В) Ему свойственны увлеченность, сосредоточенность, интеллектуальная активность, положительные эмоции в процессе учебной деятельности.	Наблюдение	Педагогические исследования условий формирования познавательной активности (В.В. Зайко, Е.Э. Кригер, М.И. Лисина, М.И. Матюшкин, Т.А. Серебрякова)
2. Коммуникативные навыки	низкий уровень (Н) Обучающийся малоактивен и малоразговорчив в общении с детьми и педагогами, невнимателен, редко пользуется формами речевого этикета, не умеет последовательно излагать свои мысли, точно передавать их содержание. средний уровень (С) Обучающийся слушает и понимает речь, участвует в общении, чаще по инициативе других, неустойчивое умение пользоваться формами речевого этикета. высокий уровень (В) Обучающийся активен в общении, умеет слушать и понимать речь, строит общение с учетом ситуации, легко входит в контакт с детьми и взрослыми, ясно и последовательно выражает свои мысли, пользуется формами речевого этикета.	Наблюдение	Определение содержания коммуникативных компетенций и организаторских способностей (В.И. Байденко, М.В. Винокурова, И.А. Зимняя, Барташев А.В.)
Эмоционально-волевые качества			

3. Терпение	низкий уровень (Н) Терпения хватает меньше. чем на ½ занятия; средний уровень (С) Терпения хватает больше. чем на ½ занятия высокий уровень (В) Терпения хватает на всё занятие	наблюдение	Теоретическо-экспериментальное наследие учёных (М.Я. Басов, К.Н. Корнилов, С.Л. Рубинштейн, И.П. Павлов, Л.С. Выготский, И.М. Сеченов, А.В. Веденов, В.И. Селиванов, К.М. Гуревич, Е.П. Ильин, и другие) взаимодействие волевых и эмоциональных процессов указывали психологи О.В. Дашкевич, В.К. Калинин, Л.С. Рубинштейн, В.И. Селиванов, А.И. Щербаков.
4. Воля	низкий уровень (Н) Волевые усилия обучающихся побуждаются извне средний уровень (С) Иногда - сам побуждает себя к практическим действиям высокий уровень (В) Способность активно побуждать себя к практическим действиям	наблюдение	
5. Самоконтроль	низкий уровень (Н) Слабо контролирует мгновенные импульсы и желания. постоянно находится под воздействием контроля извне. средний уровень (С) Иногда сам успешно контролирует мгновенные импульсы и желания. высокий уровень (В) Способность обеспечить господство высших мотивов над низшими и контролировать импульсы и желания	наблюдение	
Свойства личности			
6. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям заниженная самооценка (Н) адекватная уровень (С) завышенная уровень (В)	тестирование	<u>Экспресс-диагностика уровня самооценки</u> Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.

7. Конфликтность	высокий уровень (В) желание участвовать (активно) в конфликте (провоцировать конфликт), преобладание агрессивного эмоционального фона средний уровень (С) не является инициатором конфликта, но в нем активно участвует низкий уровень (Н) Умеет контролировать себя в любой конфликтной ситуации, может найти компромисс, который устроит все стороны	наблюдение	Методологическую основу конфликтологии составляет комплекс философских, политологических и социологических идей, аккумулируемых в теории конфликта. (И.Кант, Г. Гегель, В. Вундт, З.Фрейд и т.д.)
8. Творческие навыки (креативность) (при необходимости оценивания)	низкий уровень (Н) Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога) средний уровень (С) Репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца) высокий уровень (В) Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества).	Контроль о задании.	Сущность творчества и творческой деятельности (Ю.А. Козырев, Н.С. Лейтес, А.М. Матюшкин, Л.С. Выготский)
9. Направленность личности	А – обозначают направленность на собственную личность; Б – на общение с другими людьми; В – на деловую активность	анкетирование	Ориентационная анкета (Б. Басса)
10. Эмоционально-аффективные особенности	низкий уровень (Н) Преобладание сниженного эмоционального фона, эмоциональная лабильность средний уровень (С) неустойчивый эмоциональный фон высокий уровень (В) Преобладание повышенного эмоционального фона	наблюдение	Определение закономерностей и эмоционально-аффективных особенностей (Е.Ю. Никитина, Н. Стефанова)

(карточка учета результатов личностного развития обучающегося)

Ф.И.О. педагога _____

[illegible]