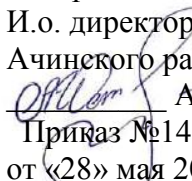


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Детско-юношеский центр Ачинского района»

Рассмотрено и рекомендовано
методическим советом
МБОУ ДО «ДЮЦ Ачинского
района»
Протокол № 3
от «28» мая 2021 г.

Утверждаю
И.о. директора МБОУ ДО «ДЮЦ
Ачинского района»
 А.Г. Островская
Приказ №14
от «28» мая 2021 г.



Летний образовательный модуль
к дополнительной общеобразовательной программе «Настольный теннис»
на 2020-2021 учебный год

Срок реализации программы: 1 месяц

Возрастная категория: от 9 до 17 лет

Направленность: физкультурно-спортивная

Составитель и реализует модуль образовательной программы::
Карелин Григорий Сергеевич,
педагог дополнительного образования,

Ачинский район,
2021г.

Пояснительная записка

Летний образовательный модуль к дополнительной общеобразовательной программе «Настольный теннис» имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Разработан модуль в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта.

Отличительной особенностью данного образовательного модуля являются сроки проведения - это время летних каникул, когда дети не посещают уроки.

Цель:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

Задачи:

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
- обучить обучающихся технике и тактике настольного тенниса.

Развивающие

- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности занимающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Контингент обучающихся – 9-17 лет

Режим занятий: На освоение модуля отводится 16 часов на каждую группу (4 часа в неделю). Занятия проводятся в группе 2 раза в неделю по 2 часа.

Согласно Приложению №3 к СанПиНу 2.4.4.3172-14 рекомендуемый режим занятий по программе: одно занятие по 45 минут с 10 минутным перерывом.

Формы занятий: Обучение несет в себе теоретические и практические занятия. Теоретический материал излагается в форме бесед, упражнений, видеоматериалов, презентаций.

Планируемые результаты:

- знания по технике безопасности, правилам игры, технике игры;
- активное участие в пропаганде ЗОЖ;

Календарно – тематическое планирование модуля

№ п/п		Наименование и содержание темы	Количество часов			Форма занятий
			теория	практика	всего	
Техника: совершенствование, передвижения и координация						
1	01.06.2021	Техника безопасности. Упражнения на координацию движений. Имитация ударов. Подставки.	1	1	2	Беседа, практические упражнения
2	02.06.2021	Совершенствование техники ударов справа и слева. Подрезки мяча.	-	2	2	Беседа, практические упражнения
3	08.06.2021	Совершенствование техники удара «топ-спин» слева и справа	-	2	2	Беседа, практические упражнения
Тактика: отработка технико-тактической комбинации						
4	09.06.2021	Совершенствование игровых навыков при одиночной игре.	1	1	2	Видеоматериал, практические упражнения
5	15.06.2021	Совершенствование игровых навыков при одиночной игре.	-	2	2	Практические упражнения
6	16.06.2021	Упражнения на быстроту движений. Совершенствование подачи мяча.	-	2	2	Беседа, практические упражнения
Индивидуальная подготовка						
7	22.06.2021	Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.	1	1	2	Презентация, практические упражнения
8	23.06.2021	Соревнования по настольному теннису на первенство школы и группы.		2	2	Практические упражнения
	ИТОГО:		3	13	16	

Содержание модуля

1. **Техника: совершенствование, передвижения и координация**
Совершенствование техники ударов справа и слева, техники удара «топ-спин» справа и слева, подрезок мяча, подставок.
 2. **Тактика: отработка технико-тактической комбинации**
Совершенствование игровых навыков при одиночной игре, подачи мяча
 3. **Индивидуальная подготовка**
Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.
- Учебно-методические средства обучения**

Материально-техническое оборудование:

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Стол для настольного тенниса	2
2.	Ракетка для настольного тенниса тренировочная	4
3.	Мячи для настольного тенниса	2
4.	Секундомер	1

Интернет ресурсы:

1. <https://infourok.ru/sovershenstvovanie-tehniki-i-taktiki-igri-v-nastolnom-tennise-2109894.html>
2. <http://sportvnutritebja.ru/taktika-nastolnogo-tennisa-takticheskie-varianty-2-chast/>

Список использованных источников:

1. Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л. Б. Кофмана. - М., 2000.
2. О. А. Иванова. Физкультура для здоровья. М.: «Советский спорт». 1990г