

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»
БАЛТАСИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от « 3 » сентября 2021 года



«Утверждаю»

Директор МБУДО «ЦВР»

Приказ № 65 от 1 сентября 2021 год

Ф.Д. Нуриев

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 10-16 лет
Срок реализации: 1 года

Автор-составитель:

Гильмутдинов Ильназ Зуфарович,
педагог дополнительного образования

Оглавление

№	Наименование	Стр.
1.	Информационная карта образовательной программы	3
2.	Пояснительная записка	5
3.	Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	9
4.	Содержание программы	14
5.	Ожидаемые результаты освоения программы	15
6.	Организационно-педагогические условия, способствующие реализации программы	16
7.	Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы	16
8.	Методическое обеспечение программы	16
9.	Список литературы	17
10.	Приложении 1 Календарный учебный график	18
11.	Приложение 2 Техника безопасности на занятиях по настольному теннису	23

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	МБУДО « <i>Центр внешкольной работы</i> » <i>Балтасинского муниципального района РТ</i>
2.	Полное название программы	<i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис»</i>
3.	Направленность программы	<i>Физкультурно-спортивная</i>
4.	Сведения о разработчиках	
4.1	ФИО, должность	Гильмутдинов Ильназ Зуфарович педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	1 год
5.2	Возраст обучающихся	10-16 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	Адаптированная модифицированная дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая одноуровневая Практическая и теоретическая деятельность
5.4.	Цель программы:	Целью программы популяризация настольного тенниса, приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом, повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	<i>Стартовый уровень</i> - Предполагает использование понимание роли и значения физической культуры в формировании здорового образа жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья посредством настольного тенниса.
6.	Формы и методы образовательной деятельности	1. Беседа; 2. Теория и видеоуроки 3. Практическая работасобучающимися 4. Участие на соревнованиях по настольному теннису.
7.	Формы мониторинга результативности	<i>Входящий</i> - Выявление уровня подготовки воспитанников, их интересов и способностей <i>Текущий</i> - Определение степени усвоения детьми учебного материала, повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в усвоении материала. <i>Промежуточный</i> - Определение степени достижения предполагаемых результатов обучения, физического совершенствования, закрепления знаний и умений, а также получения сведений для совершенствования педагогом

		программ и методик обучения
8.	Результативность реализации программы	<p>Повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</p> <p>Привлечение учащихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям по данному виду спорта</p> <p>Развитие двигательных физических качеств и способностей: быстроты, ловкости, быстроты реакции, специальной и общей выносливости, гибкости, точности, меткости</p>
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
10.	Рецензенты	

Пояснительная записка

Нормативные документы, используемые при разработке программы:

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 - 2020 г.г. от 15.05.2013 г. № 792 - р;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660)
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ № 1726-р от 4 сентября 2014 г.), план мероприятий на 2015-2020 годы по ее реализации (Распоряжение Правительства РФ № 729-р от 24 апреля 2015 г.)
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы Балтасинского муниципального района на РТ»
- «Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ /сост. Идрисов Р. А., Владимирова Ю.Ю., Ярмакеева С.А. - Казань: ГБУ ДО «РЦВР», 2017.-27с.
- Положение МБУДО «ЦВР» О дополнительной общеобразовательной (образовательной) программе педагога.

Программа была адаптирована к условиям работы в рамках учреждения дополнительного образования детей. В программе представлены цели и задачи работы секции, содержание материала по основным темам учебного курса: технической; тактической, физической, теоретической, распределение времени на перечисленные компоненты в течение учебного года.

Образовательная программа «Настольный теннис» имеет физкультурноспортивную направленность, по уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Актуальность программы

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры - настольный теннис - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств - выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, настольный теннис, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Настольный теннис», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Педагогическая целесообразность-позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Общая характеристика программы

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);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.

Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма;

Принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом. Программа рассчитана на детей и подростков 5-11 классов.

Цели и задачи достигаются через средства и методы обучения: рассказ, показ, беседа, иллюстрация, практическая, коллективная и групповая деятельность, индивидуальный подход к каждому ребенку.

Учебно-материальная база

Помещение

Помещение для проведения кружка должен быть достаточно просторным, хорошо проветриваемым, с хорошим естественным и искусственным освещением. **Методический фонд**

Для успешного проведения занятий необходимо иметь видеоматериалы, журналы и книги и т.д.

Структура проведения занятий

1. Общая организационная часть
2. Основы теоретических знаний
3. Техничко-тактическая подготовка

4. Общая физическая и специальная подготовка. Учебно-тренировочные игры. Срок реализации программы - 1 год.

Учебно-тренировочная нагрузка на группу 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часов в год.

Форма организации Детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально - игровой, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Форма и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса:

Основной показатель работы секции по настольному теннису - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Педагоги секции используют варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 - 3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Формы проведения итогов

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры внутри группы, а также участие в районном турнире по настольному теннису.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Список литературы

1. Настольный теннис: [Электронный ресурс]. - <http://table-tennis-omsk.ru/literatura-2/>
2. Настольный теннис: [Электронный ресурс]. - <http://sportvnutritebja.ru/nastolnyi-tennis/biblioteka/>
3. Настольный теннис: [Электронный ресурс]. - <http://tabletennis.hobby.ru/other/links.shtml>

Приложение 1

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Словесные практические	4	Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Требование к одежде и инвентарю	Спортивный зал	Практические занятия
2.				Словесные, наглядные	4	Знакомство с настольным теннисом, история возникновения и развития.	Спортивный зал	Практические занятия
3.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Знакомство со знаменитыми теннисистами. Олимпийское движение в настольном теннисе.	Спортивный зал	Практические занятия
4.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Знакомство с правилами игры настольный теннис. Видео показ.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
5.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	2	Знакомство с упражнениями для развития гибкости	Спортивный зал	Практические занятия
6.				Словесные, наглядные,	2	Выполнение упражнений для	Спортивный зал	Практические

				практические Дыхательные упражнения.		развития гибкости		занятия
7.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	2	Знакомство с упражнениями для развития прыгучести	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
8.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	2	Выполнение упражнений для развития прыгучести	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
9.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	2	Выполнение упражнений для развития выносливости	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
10.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	2	Выполнение упражнений для развития выносливости	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
11.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Изучение упражнений для развития быстроты	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
12.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Изучение игр на развитие скоростных качеств	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
13.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Основные стойки и перемещения. Видео показ.	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
14.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Хватка теннисной ракетки, шара. Способы перемещения.	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
15.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Способы перемещения по площадке.	Спортивный зал	Практи- ческие занятия
16.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная подготовка	Спортивный зал	Практи- ческие занятия

						теннисиста		
17.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Хват ракетки, упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи.	Спортивный зал	Практические занятия
18.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Хват ракетки, упражнения с ракеткой: «восьмерки», махи.	Спортивный зал	Практические занятия
19.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Основная стойка при подаче, приеме подачи, ударах. Подача. Видео показ.	Спортивный зал	Практические занятия
20.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Жонглирование на разную высоту с перемещением.	Спортивный зал	Практические занятия
21.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Жонглирование открытой и закрытой сторонами ракетки.	Спортивный зал	Практические занятия
22.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Жонглирование на разную высоту с перемещением открытой и закрытой сторонами ракетки.	Спортивный зал	Практические занятия
23.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Имитация техники ударов справа слева. Игра «Имитационный настольный теннис» Видео показ	Спортивный зал	Практические занятия
24.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Прием волана после удара сверху снизу.	Спортивный зал	Практические занятия
25				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Изучение техники выполнения ударов снизу, слева	Спортивный зал	Практические занятия

26.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Отработка техники выполнения ударов слева, слева, сверху открытой стороной.	Спортивный зал	Практические занятия
27				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Передвижение волана в парах по площадке без ракетки, с ракеткой.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
28				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Парные игровые упражнения. Игра «Бой с тенью». Игра «Падающий шар». Игра «Убеги от водящего». Игра «Чётные и нечётные». Игра «Парная гонка шара». Игра «Унеси шара».	Спортивный зал	Практические занятия
29.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Парные эстафеты с ракеткой и шаром.	Спортивный зал	Практические занятия
30.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Парные упражнения с двумя шарами. Игра «Гонка шара с упражнениями». Игра «Кто выше и быстрее?» Игра «Делай, как я, с ракетками». Игра «Имитационный настольный теннис». Игра «настольный теннис левыми руками»	Спортивный зал	Практические занятия
31.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные	4	Выполнение групповых игровых упражнений.	Спортивный зал	Практические занятия

				упражнения.				
32				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Выполнение групповых игровых упражнений. Игры «Очисти свой сад от камней», «БаскетВол» Игры «Салки с шаром», «Очисти свой сад от камней». Игры «БаскетВол», «Закинь шар».	Спортивный зал	Практические занятия
33.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Выполнение парных и групповых игровых упражнений.	Спортивный зал	Практические занятия
34.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Выполнение групповых игровых упражнений.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
35.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Контроль двигательных умений и навыков учащихся	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
36.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Контроль общей физической подготовленности учащихся	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
37				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Контроль специальной физической и технической одготовленности.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
38.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Парные эстафеты с шаром.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
39.				Словесные, наглядные, практические Дыхательные упражнения.	4	Эстафеты с шаром и ракеткой.	Спортивный зал	Практические занятия Соревнования
				ИТОГО	144			

Приложение 2

Техника безопасности на занятиях по настольному теннису

1. Общие требования безопасности на занятиях по настольному теннису.

Для занятий по настольному теннису спортивная площадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

К занятиям допускаются учащиеся:

- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и соблюдать простейшие правила игры;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

2. Требования безопасности во время занятий по настольному теннису.

- Не выполнять упражнения без предварительной разминки.
- Не выполнять упражнения сломанной ракеткой и разорванным шаром.
- При выполнении прыжков и соскоков с гимнастических скамеек приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- Не стоять близко к учащимся, которые выполняют упражнения с ракетками или другими предметами.
- Не выполнять упражнения с ракеткой при влажных ладонях.
- При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
- Не производить метания без разрешения учителя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

3. При выполнении упражнений в движении учащийся должен:

- избегать столкновений с другими обучающимися, «перемещаясь спиной» смотреть через плечо;

- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

6. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя;
- с помощью учителя оказать травмированному первую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

Учащийся должен:

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- тщательно вымыть лицо и руки с мылом или принять душ.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.

Методические материалы:

Формы и построение занятий.

Занятия могут быть и меньшей продолжительности. Домашние задания, дополняющие основные тренировочные занятия, можно выполнять и в другое время дня. Помимо занятий направленных на совершенствование приемов настольного тенниса, проводят занятия в виде кроссов, ходьбы на лыжах, баскетбола и др. Наконец, и спортивные соревнования представляют собой одну из форм занятий.

Во всех формах занятий необходимо соблюдать основное правило: постепенно начинать занятие, затем проводить основную работу (кривая нагрузки здесь может быть различной в зависимости от вида упражнений, характера нагрузки и т. д., но на более высоком уровне) и в заключение снижать нагрузку. Такая физиологическая кривая обязательна для любого тренировочного занятия, в какой бы форме оно ни проводилось.

Тренировочные занятия строятся по общепринятой структуре, состоящей или из четырех частей (вводной, подготовительной, основной и заключительной), или из

трех (разминки, основной и заключительной).

Прогнозируемый результат.

Результаты освоения программного материала спортивной секции по настольному теннису оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее - частное - конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах занимающихся. Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия настольный теннис для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметнопрактической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программного материала спортивной секции по настольному теннису, в единстве с освоением материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий по настольному теннису, их планирования и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из настольного тенниса, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по настольному теннису.

Предметные результаты характеризуют опыт занимающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программного материала спортивной секции по настольному теннису. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по настольному теннису.