



государственное бюджетное  
образовательное профессиональное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»  
(ГБПОУ «ЧАТТ»)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ «ЧАТТ»  
Е.П.Гонтарев



28 09 2021

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ.  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

ДО ПДО.12-2021

Челябинск 2021

- 1 РАЗРАБОТАНА Рабочей группой ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»
- 2 ВНЕСЕНА Методическим советом ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»
- 3 ПРИНЯТА Педагогическим советом ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум» (протокол от 31.08.2021 № 01)
- 4 Решением Педагогического совета ГБПОУ «ЧАТТ» от 31.08.2021 (протокол от 31.08.2021 № 01) и приказом от 28.09.2021 № 257-к введена в действие с 01.10.2021

## Опись документов

1 Пояснительная записка

2 Учебный план

3 Календарный учебный график

4 Рабочая программа

5 Оценочные средства



государственное бюджетное  
образовательное профессиональное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»  
(ГБПОУ «ЧАТТ»)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ «ЧАТТ»  
\_\_\_\_\_ Е.П.Гонтарев  
\_\_\_\_\_ 20 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ.  
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ  
«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»


ДО ПДО.12-2021

Челябинск 2021



## Содержание

1 Область применения.....	3
2 Нормативные документы.....	3
3 Требования к результатам освоения образовательной программы.....	3
4 Структура образовательной программы.....	4
4.1 Учебный план.....	4
4.2 Календарный учебный график.....	4
4.3 Рабочая программа.....	4
4.4 Фонды оценочных средств.....	5
4.5 Программа итоговой аттестации.....	5
5 Характеристика условий реализации образовательной программы.....	5
5.1 Материально-техническое оснащение образовательного процесса .....	5
5.2 Информационное обеспечение образовательного процесса.....	5
5.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	6
5.4 Организация образовательного процесса.....	6
6 Оценка качества освоения программы.....	6
7 Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов.....	7
8 Локальные нормативные акты, обеспечивающие и регламентирующие образовательную деятельность.....	7
9 Разработчики образовательной программы .....	8

	Дополнительное образование. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»	ДО ПД.12-2021
		Лист 3 Листов 8

## 1 Область применения

Настоящая программа представляет собой совокупность требований обязательных при реализации дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум» в соответствии с лицензией.

Настоящая программа дополнительного образования представляет комплекс основных характеристик образования (цель, объем, содержание, планируемые результаты), форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочей программы, а также оценочных, методических материалов и иных компонентов.

Программа осваивается обучающимися в очной форме.

Срок обучения составляет 10 мес. (180 часа.)

К освоению программы допускаются обучающиеся очной формы обучения 1-4 курсов.

Цель программы – сформированность устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной соревновательной деятельности, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков, а также и организовать свободное время обучающихся..

Лицам, освоившим программу и успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается сертификат.

## 2 Нормативная и методическая база

Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Устав государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Челябинский автотранспортный техникум»;

Лицензия на осуществление образовательной деятельности от 02 октября 2015 г., регистрационный № 11759 серии 74Л02 № 0000921;

Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;


Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (с изменениями и дополнениями);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 "О направлении информации", «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

## 3 Требования к результатам освоения программы

В результате освоения программы обучающийся должен уметь:

- владеть техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный теннис, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранять высокую работоспособность;

	Дополнительное образование. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»	ДО ПД.12-2021
		Лист 4 Листов 8

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения программы обучающийся должен знать:

- историю зарождения и развития настольного тенниса;
- основные термины и понятия настольного тенниса;
- правила игры;
- технические приемы подачи мяча ;
- способы держания (хватки) ракетки;
- требования техники безопасности при игре в настольный теннис.

#### 4 Структура программы

Программа дополнительного образования «Настольный теннис» включает следующие компоненты:

- учебный план;
- календарный учебный график;
- рабочую программу;
- оценочные средства;
- программу итоговой аттестации;
- характеристику условий реализации образовательной программы;
- оценку качества освоения программы;
- обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- локальные нормативные акты, обеспечивающие и регламентирующие образовательную деятельность и иные компоненты, обеспечивающие планирование, организацию, координирование и реализацию образовательного процесса по программе дополнительного образования «Настольный теннис».

##### 4.1 Учебный план

Учебный план является документом, разработанным образовательной организацией и утвержденным директором, который включает, перечень, объемы, последовательность изучения учебных элементов, виды учебных занятий, формы проведения промежуточной аттестации, итоговой аттестации.


##### 4.2 Календарный учебный график

Календарный учебный график является документом, разработанным образовательной организацией в соответствии с учебным планом, который включает, перечень, объемы обязательной нагрузки, последовательность изучения учебных элементов, а также формы проведения промежуточной аттестации.

##### 4.3 Рабочая программа

Рабочая программа разработана по курсу программы дополнительного образования «Настольный теннис» и включает следующие учебные элементы:

- |       |   |
|-------|---|
| УЭ.01 | Основные термины и понятия настольного тенниса                    |
| УЭ.02 | Обучение ударам с отскока. Двусторонняя игра                      |
| УЭ.03 | Обучение удару срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра |
| УЭ.04 | Обучение ударам с перемещением. Двусторонняя игра                 |
| УЭ.05 | Обучение ударам справа и слева откидкой. Двусторонняя игра        |
| УЭ.06 | Обучение целостному выполнению подачи и наката. Двусторонняя игра |

	Дополнительное образование. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»	ДО ПД.12-2021
		Лист 5 Листов 8

- УЭ.07 Оработка скоростных, скоростно- силовых и координационных способностей.  
Двусторонняя игра
- УЭ.08 Обучение крученому удару справа и слева. Двусторонняя игра
- УЭ.09 Совершенствование подачи и приема. Двусторонняя игра.
- УЭ.10 Двусторонняя игра

#### 4.4 Фонды оценочных средств

Фонды оценочных средств – это комплект методических и контрольных измерительных материалов, предназначенных для аттестации обучающихся, осваивающих программу, на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям.

Фонды оценочных средств для промежуточной аттестации по курсу разрабатываются преподавателями, рассматриваются на заседании соответствующей комиссии и утверждаются заместителем директора по учебной работе.

ФОС формируются и оформляются в соответствии с требованиями локального нормативного акта ПУВ-04-38 Положение. Фонды оценочных средств в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум».

#### 4.5 Программа итоговой аттестации

Программа итоговой аттестации является частью программы дополнительного образования «Настольный теннис», которая разрабатывается преподавателями соответствующей комиссии, рассматривается на заседании Педагогического совета ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум».

Ознакомление обучающихся с Программой итоговой аттестации должно быть осуществлено на собраниях учебных групп.

Итоговая аттестация проводится в форме зачета.

### 5 Характеристика условий реализации образовательной программы

#### 5.1 Материально-техническое оснащение образовательного процесса

Для осуществления образовательного процесса по программе, техникум располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий, в том числе лабораторных и практических занятий, дисциплинарной подготовки, предусмотренных учебным планом.

а) Перечень кабинетов, лабораторий, мастерских и других кабинетов, обеспечивающих осуществление образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий:

- кабинеты: спортивный зал

б) Перечень оборудования учебных кабинетов:

##### 1 Спортивный зал

- теннисный стол;
- ракетки для настольного тенниса;
- теннисные мячи.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

#### 5.2 Информационное обеспечение образовательного процесса

Программа обеспечена учебно-методической документацией. Имеются экземпляры основной учебной литературы, изданной за последние 5 лет.

Для обучающихся обеспечен доступ в Интернет.





Перечень рекомендуемых учебных изданий:

- 1 Барчукова Г.В. и др. Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под. ред. проф. Барчуковой Г.В. М.: Издательский центр «Академия», 2017.
- 2 Барчукова Г.В. Настольный теннис для всех. Изд. 2-е перераб и доп. – М.: Физкультура и Спорт, 2018.
- 3 Легенды настольного тенниса // Барчукова Г.В., Команов В.В., Марков В.М. // Федерация настольного тенниса России. М.: Из-во ООО «УП-Принт», 2019.

### 5.3 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Реализация программы обеспечена педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю программы. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации.

### 5.4 Организация образовательного процесса

Организация учебного процесса регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, рабочими программами профессиональных модулей, учебных дисциплин, междисциплинарных курсов, практик.

Срок освоения программы дополнительного образования составляет 10 месяцев, бюджет времени в часах составляет 180 часа, в том числе 176 часа – аудиторная обязательная нагрузка, из них: теоретическое обучение – 2 часа, практические занятия – 174 часа, 2 часа – самостоятельная работа, 2 часа – итоговая аттестация.

Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Учебные занятия организуются и проводятся в соответствии с календарным графиком и расписанием учебных занятий.

Учебные занятия могут проводиться с группой численностью от трех человек, до 15 человек или индивидуально.

На каждую группу разрабатывается расписание занятий и ведется соответствующая документация (журналы учебных занятий, протоколы экзамена).

## 6 Оценка качества освоения программы

Оценка качества освоения программы включает текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестации обучающихся.


Конкретные формы и процедуры текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по курсу разрабатываются образовательной организацией самостоятельно и доводятся до сведения обучающихся.

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений поэтапным требованиям программы (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация) созданы фонды оценочных средств, позволяющие оценить усвоенные знания и усвоенные умения.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачетов. Промежуточная аттестация в форме зачета проводится за счет часов, отведенных на освоение соответствующего элемента.

Оценка качества подготовки обучающихся оценивается не дифференцированно: «зачтено».

Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Форма проведения итоговой аттестации – зачет.

	Дополнительное образование. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»	ДО ПД.12-2021
		Лист 7 Листов 8

## 7 Обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

В соответствии с приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. N 515 "Об утверждении Методических рекомендаций по перечню рекомендуемых видов трудовой и профессиональной деятельности инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности" обучение по программе может осуществляться лицами с инвалидностью или с ограниченными возможностями здоровья.


Зачисление на обучение по образовательной программе осуществляется по личному заявлению поступающего инвалида или поступающего с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

## 8 Локальные нормативные акты, обеспечивающие и регламентирующие образовательную деятельность

Планирование, организация и реализация образовательного процесса по программе дополнительного образования «Настольный теннис» осуществляется в соответствии со следующими локальными нормативными актами:

ПР-01	Программа «Развитие ГБПОУ Челябинский автотранспортный техникум на период 2019-2024 гг»
ПУВ-01-02	Положение. Совет по качеству ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-01-04	Положение. Педагогический совет ГБПОУ «ЧАТТ»;
ПП-03-02	Положение. Правила обработки персональных данных в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПП-03-04	Положение. Правила внутреннего распорядка в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПП-03-05	Кодекс профессиональной этики педагогических работников в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-01	Положение. Организация и проведение текущего контроля обучающихся в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»
ПУВ-04-02	Положение. Организация и проведение промежуточной аттестации в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум» ;
ПУВ-04-09	Положение. Организации самостоятельной работы студентов в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-14	Положение. Проектирование и разработка локальных нормативных актов-положений в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-25	Положение. Разработка и оформление рабочей программы учебного элемента в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-33	Положение. Порядок оказания платных образовательных услуг в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-37	Положение. Режим занятий обучающихся ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПУВ-04-38	Положение. Фонды оценочных средств в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;
ПДО-04-04	Положение. Порядок разработки и утверждения программ дополнительного образования в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»
ПДО-04-05	Положение. Порядок организации и осуществления образовательной

	Дополнительное образование. Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»	ДО ПД.12-2021
		Лист 8 Листов 8

деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в ГБПОУ  
«Челябинский автотранспортный техникум»

## 9 Разработчики образовательной программы

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Челябинский автотранспортный техникум».

Разработчики:

Абрамовских А.А., преподаватель ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;

Бабина И.А., преподаватель ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;

Горбачева В.А., старший методист ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;

Лебедева Е.В., заместитель директора по учебной работе ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум».



государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ «ЧАТТ»  
\_\_\_\_\_ Е.П.Гонтарев  
\_\_\_\_\_ 20 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
по дополнительной общеразвивающей программе  
«Настольный теннис»

Индекс	Наименование циклов, дисциплин, профессиональных модулей, междисциплинарных курсов, практик, учебных элементов	Учебная нагрузка обучающихся					Объем образовательной нагрузки, предусматривающей ЭО, ДО *	Формы промежуточной аттестации
		Объем образовательной нагрузки	Самостоятельная работа	обязательные занятия				
				Всего	в том числе			
			теоретическое обучение		практические занятия			
<b>Э.00</b>	<b>Учебные элементы</b>	<b>178</b>	<b>2</b>	<b>176</b>	<b>2</b>	<b>174</b>		
УЭ.01	Основные термины и понятия настольного тенниса	2	-	2	2	-	-/-	зачет
УЭ.02	Обучение ударам с отскока. Двусторонняя игра	21	1	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.03	Обучение удару срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра	20	-	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.04	Обучение ударам с перемещением. Двусторонняя игра	20	-	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.05	Обучение ударам справа и слева откидкой. Двусторонняя игра	20	-	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.06	Обучение целостному выполнению подачи и наката. Двусторонняя игра	21	1	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.07	Отработка скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей. Двусторонняя игра	20	-	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.08	Обучение крученому удару справа и слева. Двусторонняя игра	14	-	14	-	14	-/-	зачет
УЭ.09	Совершенствование подачи и приема. Двусторонняя игра.	20	-	20	-	20	-/-	зачет
УЭ.10	Двусторонняя игра	20	-	20	-	20	-/-	зачет
<b>ИА.00</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>-/-</b>	
	<b>Итого:</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>178</b>	<b>2</b>	<b>176</b>	<b>-/-</b>	

Примечание –

\* – графа «Объем образовательной нагрузки, предусматривающей ЭО, ДОТ \*» включает в числителе объем часов, предусматривающий применение электронного обучения (ЭО), дистанционных образовательных технологий (ДОТ), по теоретическому обучению; в знаменателе – по выполнению практических работ.

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета ГБПОУ «ЧАТТ»  
Протокол от 31.08.2021 № 01



государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
«Настольный теннис»**

Челябинск 2021

Организация разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Челябинский автотранспортный техникум».

Разработчики:

Бабина И.А., преподаватель ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум»;

Абрамовских А.А., преподаватель ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум».

Рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии №4 (протокол от 31.08.2021 № 01)

Одобрена и рекомендована Методическим советом (протокол от 31.08.2021 № 01)

Утверждена Педагогическим советом ГБПОУ «ЧАТТ» (протокол от 31.08.2021 № 01)

## Содержание

1	Паспорт рабочей программы .....	4
2	Структура и содержание рабочей программы.....	5
3	Условия реализации программы.....	10
4	Контроль и оценка результатов освоения программы.....	11

## **1 Паспорт рабочей программы курса «Настольный теннис»**

### **1.1 Область применения рабочей программы курса**

Рабочая программа курса является частью программы дополнительного образования по направлению «Настольный теннис», реализуемой в ГБПОУ «Челябинский автотранспортный техникум».

### **1.2 Требования к результатам освоения курса**

В результате освоения программы обучающийся должен уметь:

- владеть техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный теннис, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранять высокую работоспособность;
- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.

В результате освоения программы обучающийся должен знать:

- историю зарождения и развития настольного тенниса;
- основные термины и понятия настольного тенниса;
- правила игры;
- технические приемы подачи мяча ;
- способы держания (хватки) ракетки;
- требования техники безопасности при игре в настольный теннис.

### **1.3 Количество часов на освоение рабочей программы курса:**

объем образовательной нагрузки обучающегося – 178 час, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 176 часов,  
самостоятельной работы обучающегося – 2 часа.



## 2 Структура и содержание курса

### 2.1 Объем курса и виды работы

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Объем образовательной нагрузки</b>	<b>178</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка</b>	<b>176</b>
в том числе:	
теоретические занятия	<b>2</b>
практические занятия	<b>174</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	<b>2</b>
в том числе:	
работа с различными информационными источниками	
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>зачет</b>
<b>Итоговая аттестация (экзамен)</b>	<b>2</b>

### 2.2 Распределение объема времени по программе курса

Наименование учебного элемента курса	Виды учебной работы				
	Теоретические занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Объем образовательной нагрузки, предусматривающей ЭО, ДО *	Всего
УЭ.01 Основные термины и понятия настольного тенниса	2	-	-	-	2
УЭ.02 Обучение ударам с отскока. Двусторонняя игра	-	20	1	-	21
УЭ.03 Обучение удару срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра	-	20	-	-	20
УЭ.04 Обучение ударам с перемещением. Двусторонняя игра	-	20	-	-	20
УЭ.05 Обучение ударам справа и слева откидкой. Двусторонняя игра	-	20	-	-	20
УЭ.06 Обучение целостному выполнению подачи и наката. Двусторонняя игра	-	20	1	-	21
УЭ.07 Отработка скоростных, скоростно - силовых и координационных способностей. Двусторонняя игра	-	20	-	-	20
УЭ.08 Обучение крученому удару справа и слева. Двусторонняя игра	-	14	-	-	14
УЭ.09 Совершенствование подачи и приема. Двусторонняя игра.	-	20	-	-	20
УЭ.10 Двусторонняя игра	-	20	-	-	20
Итого	2	174	2	-	178
Примечание –					
* – графа «Объем образовательной нагрузки, предусматривающей ЭО, ДОТ *» включает в числителе объем часов, предусматривающий применение электронного обучения (ЭО), дистанционных образовательных технологий (ДОТ), по теоретическому обучению; в знаменателе – по выполнению практических работ.					



### 2.3 Тематический план и содержание курса «Настольный теннис»

Наименование учебных элементов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов, форма аттестации
<b>УЭ.01 Основные термины и понятия настольного тенниса</b>		<b>2</b>
Тема 1.1 Основные термины и понятия настольного тенниса	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1 История зарождения настольного тенниса. Развитие настольного тенниса в нашей стране. Размеры теннисного стола. Название и назначение линий стола.</p>	2
<b>УЭ.02 Обучение ударам с отскока. Двусторонняя игра</b>		<b>21</b>
Тема 2.1 Обучение ударам с отскока. Двусторонняя игра	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1 Правила подачи. Основные приемы. Техника выполнения. Практические занятия Отработка техники удара с отскоком. Двусторонняя игра Самостоятельная работа обучающихся Изучение техники удара с отскоком.</p>	20
<b>УЭ.03 Обучение удару срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра</b>		<b>20</b>
Тема 3.1 Обучение удару срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1 Правила выполнения, основные приемы и техника выполнения удара срезка справа и слева с отскока. Практические занятия Отработка удара срезка справа и слева с отскока. Двусторонняя игра</p>	20
<b>УЭ.04 Обучение ударам с перемещением. Двусторонняя игра</b>		<b>20</b>
Тема 4.1 Обучение ударам с перемещением. Двусторонняя игра	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1 Правила выполнения, основные приемы и техника выполнения ударов с перемещением. Практические занятия Отработка ударов с перемещением. Двусторонняя игра</p>	20

Наименование учебных элементов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов, форма аттестации
<b>УЭ.05 Обучение ударам справа и слева откидкой. Двусторонняя игра</b>		<b>20</b>
Тема 5.1 Обучение ударам справа и слева откидкой. Двусторонняя игра	Содержание учебного материала	
	1   Правила выполнения, основные приемы и техника выполнения ударов справа и слева откидкой.	
	Практические занятия	20
	Отработка ударов справа и слева откидкой. Двусторонняя игра	
<b>УЭ.06 Обучение целостному выполнению подачи и наката. Двусторонняя игра</b>		<b>21</b>
Тема 6.1 Обучение целостному выполнению подачи и наката. Двусторонняя игра	Содержание учебного материала	
	1   Правила выполнения, основные приемы целостного выполнения подачи и наката	
	Практические занятия	20
	Отработка целостного выполнения подачи и наката. Двусторонняя игра	
	Самостоятельная работа обучающихся	1
<b>УЭ.07 Отработка скоростных, скоростно- силовых и координационных способностей. Двусторонняя игра</b>		<b>20</b>
Тема 7.1 Отработка скоростных, скоростно- силовых и координационных способностей. Двусторонняя игра	Содержание учебного материала	
	1   Правила выполнения, основные приемы и техника выполнения скоростных, скоростно- силовых и координационных способностей	
	Практические занятия	20
	Отработка скоростных, скоростно- силовых и координационных способностей. Двусторонняя игра	
<b>УЭ.08 Обучение крученому удару справа и слева. Двусторонняя игра</b>		<b>14</b>
Тема 8.1 Обучение крученому	Содержание учебного материала	

Наименование учебных элементов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов, форма аттестации
удару справа и слева. Двусторонняя игра	1   Правила выполнения, основные приемы и техника выполнения крученого удара справа и слева.	
	Практические занятия	14
	Отработка крученого удара справа и слева. Двусторонняя игра	
<b>УЭ.09 Совершенствование подачи и приема. Двусторонняя игра.</b>		<b>20</b>
Тема 9.1 Совершенствование подачи и приема. Двусторонняя игра.	Содержание учебного материала	
	1   Техника совершенствования подачи и приема	
	Практические занятия	20
	Отработка совершенствование подачи и приема	
<b>УЭ.10 Двусторонняя игра</b>		<b>20</b>
Тема10.1 Двусторонняя игра	Содержание учебного материала	
	1   Правила двусторонней игры	
	Практические занятия	20
	Отработка приемов подачи, приема, всех видов ударов в двусторонней игре	
<b>Всего:</b>		<b>178</b>

### **3 Условия реализации курса**

#### **3.1 Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация курса требует наличия спортивного зала.

Оборудование спортивного зала:

- теннисный стол;
- ракетки для настольного тенниса;
- теннисные мячи.

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

1 Барчукова Г.В. и др. Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Под. ред. проф. Барчуковой Г.В. М.: Издательский центр «Академия», 2017.

2 Барчукова Г.В. Настольный теннис для всех. Изд. 2-е перераб и доп. – М.: Физкультура и Спорт, 2018.

3 Легенды настольного тенниса // Барчукова Г.В., Команов В.В., Марков В.М. // Федерация настольного тенниса России. М.: Из-во ООО «УП-Принт», 2019.

#### 4 Контроль и оценка результатов освоения курса

Контроль и оценка результатов освоения курса осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- владеть техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный теннис, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности;</li><li>- владеть физическими упражнениями разной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранять высокую работоспособность;</li><li>- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.</li></ul>	<b>Текущий контроль:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- практические занятия;</li></ul> <b>Промежуточный контроль:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- практические занятия;</li></ul> <b>Итоговый контроль:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- зачет.</li></ul>
<b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- историю зарождения и развития настольного тенниса;</li><li>- основные термины и понятия настольного тенниса;</li><li>- правила игры;</li><li>- технические приемы подачи мяча;</li><li>- способы держания (хватки) ракетки;</li><li>- требования техники безопасности при игре в настольный теннис.</li></ul>	

государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспорный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
Е.В. Лебедева  
20 21

## ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Дополнительная образовательная программа  
Наименование программы: Настольный теннис

### 1 Требования к результатам освоения программы:

- 1.1 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:
- владеть техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный тенниса, активно применять их в игровой и соревновательной деятельности;
  - владеть физическими упражнениями различной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранять высокую работоспособность;
  - использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.
- 1.2 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:
- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
  - основы здорового образа жизни.
  - основные термины и понятия настольного тенниса;
  - правила игры;
  - технические приемы подачи мяча;
  - способы держания (хватки) ракетки;
  - требования техники безопасности при игре в настольный теннис.

### 2 Критерии оценки

- Оценка «зачет» выставляется, если обучающийся:
- владеет техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный теннис, активно применяет их в игровой и соревновательной деятельности;
  - владеет физическими упражнениями различной функциональной направленности, использовать их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохраняет высокую работоспособность;
  - использует разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.
- Оценка «не зачет» выставляется, если обучающийся:
- не владеет техническими приемами и двигательными действиями при игре в настольный теннис, не применяет их в игровой и соревновательной деятельности.

- не владеет физическими упражнениями различной функциональной направленности, не использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- не использует разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга и достижения жизненных и профессиональных целей.

### 3 Условия процедуры проведения итоговой аттестации

Итоговая аттестация обучающихся в форме зачета проводится за счет объема времени, отводимого на освоение курса.

### 4 Перечень вопросов и заданий

#### 4.1 Перечень вопросов

- 1) История зарождения настольного тенниса.
- 2) Развитие настольного тенниса в нашей стране.
- 3) Размеры теннисного стола.
- 4) Название и назначение линий стола.
- 5) Правила игры в настольный теннис.
- 6) Классификация ударов в настольном теннисе.
- 7) Способы держания (хватки) ракетки.

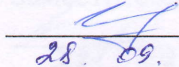
#### 4.2 Перечень заданий

- 1) Выполнить подачу и прием мяча.
- 2) Выполнить крученный удар справа и слева.
- 3) Выполнить удар с отскока.
- 4) Выполнить удар срезка справа и слева с отскока.
- 5) Выполнить удар с перемещением.
- 6) Выполнить удар справа и слева откидкой.

Рассмотрено на заседании ПЦК-4  
Протокол от 31.08.2021 № 01



государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
 Е.В.Лебедева  
28.09. 2021 г.

**Итоговая аттестация  
Экзаменационный билет № 1**

**Дополнительное образование** дополнительная общеразвивающая программа  
**Наименование программы** Настольный теннис

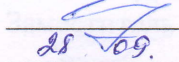
**Вопросы:**

- 1) История зарождения настольного тенниса.
- 2) Способы держания (хватки) ракетки.

**Задание:** Выполнить подачу и прием мяча.

Рассмотрено на заседании ПЦК-4  
Протокол от 31.08.2021 № 01

государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
 Е.В.Лебедева  
28.09. 2021 г.

**Итоговая аттестация  
Экзаменационный билет № 2**

**Дополнительное образование** дополнительная общеразвивающая программа  
**Наименование программы** Настольный теннис

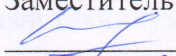
**Вопросы:**

- 1) Название и назначение линий стола.
- 2) Классификация ударов в настольном теннисе.

**Задание:** Выполнить крученный удар справа и слева.

Рассмотрено на заседании ПЦК-4  
Протокол от 31.08.2021 № 01

государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
 Е.В.Лебедева  
28.09. 2020 г.

**Итоговая аттестация  
Экзаменационный билет № 3**

**Дополнительное образование** дополнительная общеразвивающая программа

**Наименование программы** Настольный теннис

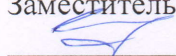
**Вопросы:**

- 1) Размеры теннисного стола.
- 2) Правила игры в настольный теннис.

**Задание:** Выполнить удар с отскока.

Рассмотрено на заседании ПЦК-4  
Протокол от 31.08.2021 № 01

государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Челябинский автотранспортный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по УР  
 Е.В.Лебедева  
28.09. 2021 г.

**Итоговая аттестация  
Экзаменационный билет № 4**

**Дополнительное образование** дополнительная общеразвивающая программа

**Наименование программы** Настольный теннис

**Вопросы:**

- 1) Развитие настольного тенниса в нашей стране.
- 2) Размеры теннисного стола.

**Задание:** Выполнить удар срезка справа и слева с отскока.

Рассмотрено на заседании ПЦК-4  
Протокол от 31.08.2021 № 01



