Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И. Кузнецова»

Принята на заседании
методического совета
от «22» ноября 2025 г.
Протокол № 75

Утверждаю:
Директор ГАПОУ СО
«ТЛК им. Н.И. Кузнецова»
_____Ляшок С.И.
01 декабря 2025 г.

Образовательная программа
Дополнительной общеобразовательной программы- дополнительной общеобразовательной программы
«Настольный теннис»

Нормативный срок освоения программы – 144 часа
Форма обучения – очная

Тугулым 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения 3
1.1. Образовательная программа дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 3
1.2. Нормативные документы для разработки ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 3
1.3. Общая характеристика образовательной программы дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 3
1.4. Требования к абитуриенту 4
2. Характеристика деятельности выпускника ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 5
2.1. Область деятельности выпускника 5
2.1.1. Объекты деятельности выпускника 5
2.1.2. Виды деятельности выпускника 5
2.1.3. Задачи деятельности выпускника 5
2.2. Требования к результатам освоения ОП 5
3. Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 6
3.1. График учебного процесса 6
3.2. Учебный план 6
3.3. Рабочая программа 6
3.4. Оценочные и методические материалы 6
3.5. Календарно-тематический план 6
4. Перечень программ дисциплин 6
5. Ресурсное обеспечение ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 6
5.1. Кадровое обеспечение 6
5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение 6
6. Нормативно-методическое обеспечение системы оценки качества освоения обучающихся ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 6
6.1. Фонды оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации 6
6.2. Итоговая аттестация выпускников ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» 8

1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

1.1. Образовательная программа дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»разработана в соответствии с требованиями ФГОС к структуре основной образовательной программы «Настольный теннис». Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г., Концепции развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 4.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», методическим рекомендациям по проектированию дополнительных общеразвивающих программ Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 составлена дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Теннис».

Образовательная программа дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» является локальным документом, определяющим содержание и особенности организации учебного процесса, учитывающим возможности и особенности развития обучающихся. Образовательная программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающегося по данному направлению подготовки и включает в себя: рабочую программу, календарный учебный график, методические материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии дополнительного образования и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

1.2. Нормативные документы для разработки ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

Нормативную правовую основу разработки дополнительной образовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»составляют:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Конвенция по правам ребенка.
3. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Закон от 09.10.1992 № 3612-1 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре».
5. Национальная стратегия действий в интересах детей Российской Федерации до 2017 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.06.2012 № 761.
6. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Правительством Российской Федерации 04.09.2014 № 1726-р.
7. Устав государственного автономного профессионального образовательного учреждения Свердловской области «Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И. Кузнецова»

1.3. Общая характеристика образовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

Образовательная программа имеет целью развитие у обучающихся личностных качеств, позитивной социализации, а также удовлетворение индивидуальных физических потребностей студентов.

1. Улучшение всесторонней физической подготовленности и укрепление здоровья обучающихся.

2. Воспитание специальных физических качеств, для успешного овладения техническими действиями.

3. Обучение основным техническим действиям и тактическим комбинациям.

4. Формирование свойств личности и структуры мотивов, необходимых для достижения высоких результатов в теннисе.

5. Обучение ведению соревновательной борьбы в тренировочных матчах и турнирах.

Нормативные сроки освоения образовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы – один год (144 часа).

Ведущей идеей программы кружковой работы настольного тенниса является поэтапное обучение, воспитание и развитие обучающихся, проявляющих интерес к теннису, а также создание ситуации успеха и атмосферы радости в спортивном коллективе.

Актуальность программы.

Программа учитывает интересы и способности обучающихся. Созданные условия в процессе работы позволяют вовлечь каждого обучающегося в активный познавательный процесс, постоянно испытывать свои интеллектуальные силы для определения возникающих проблем и умения решать их совместными усилиями. Актуальность программы заключается в том, что занятия по ней позволяют детям восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, так как в программу по физической культуре данный раздел не включён.

Отличительные особенности программы.

Настольный теннис, популярный и широко распространённый в мире спорт. В отличие от большинства игр он не требует сложной организации мест занятий и дорогостоящего инвентаря. Играть в настольный теннис может любой желающий и, что очень важно в психологическом отношении, в него могут играть как здоровые люди, так и люди, имеющие серьёзные отклонения в состоянии здоровья, и даже инвалиды.

Педагогическая целесообразность программы

Определяется учетом возрастных особенностей обучающихся, широкими возможностями социализации в процессе обучения, получением дополнительных знаний в области физической культуры и спорта.

Адресат программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для обучения студентов в возрасте от 15 до 18 лет. Занятия по программе проводятся с объединением детей разного возраста с постоянным составом. Обучающиеся набираются по желанию.

1.4. Требования к абитуриенту.

В результате освоения образовательной программы «Настольный теннис», обучающийся должен

иметь практический опыт:

-выполнять правила поведения и ТБ в спортивном зале, на спортивной площадке, во время соревнований, личной и общественной гигиены; последовательность выполнения общеразвивающих и специальных упражнений, владеть следующими универсальными компетенциями:

Личностная - (отношение с другими детьми, постановлением целей, задач и их решение, обращение с информацией, уровень саморегуляции).

Ориентация на результат и эффективность - (стремление совершенствоваться, достигать лучших результатов, решать сложные задачи, соответствовать высоким стандартам, проявлять инициативу).

Коммуникативная – (видеть потребности других людей, вникать в их суть, получать и давать обратную связь, способность разрешать конфликты, понимать природу отношения других к самому себе).

Когнитивные - (умение отыскивать, обрабатывать информацию, анализировать проблемы, способность и желание обучаться).

Саморегуляция и личная эффективность - (адекватная самооценка, самоконтроль в стрессовых ситуациях, гибкость, способность уверенно выражать собственное мнение и противостоять групповому давлению, способность видеть и понимать разные точки зрения).

***будут знать*:** историю развития настольного тенниса в стране и за рубежом, правила игры, судейство и организация соревнований, теорию и тактику игры в настольный теннис, тактику и стратегию игры.

***будут уметь*:** правильно держать ракетку, стоять, передвигаться, выполнять правильно технические элементы: накаты справа и слева, подачи с различными вращениями, топ – спин справа и слева, срезки, подрезки, запилы, подставки, перекруты, топс-удары, свечи, удары по свечам, технично играть в настольный теннис на высоком уровне.

2. Характеристика деятельности выпускника ОП дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис».

2.1. Область деятельности выпускника:

- фундаментальные знания по теоретическим основам и практике теннисных игр;
- развитие психофизического и двигательного аппарата;
- историю развития настольного тенниса в стране и за рубежом, правила игры, судейство и организация соревнований, теорию и тактику игры в настольный теннис, тактику и стратегию игры.

2.1.1. Объекты деятельности выпускника.

Соревнование:

- правильно держать ракетку, стоять, передвигаться, выполнять правильно технические элементы: накаты справа и слева, подачи с различными вращениями, топ – спин справа и слева, срезки, подрезки, запилы, подставки, перекруты, топс-удары, свечи, удары по свечам, технично играть в настольный теннис на высоком уровне.

2.1.2. Виды деятельности выпускника.

Ориентиром для формирования ключевых компетенций являются требования основной профессиональной образовательной программы (ОП) СПО «Настольный теннис».

Код	Наименование
ПК. 15	готовность использовать теоретические и практические знания в области науки и образования по направленности (профилю) (ПК-15)

2.1.3. Задачи деятельности выпускника.

Образовательные:

• Обучение основам настольного тенниса;
• Подготовка квалифицированных спортсменов;
• Обучение техники и тактики игры.

Воспитательные:

• Воспитание отношения к настольному теннису как к серьезным, полезным и нужным занятиям, имеющим спортивную и творческую направленность;
• Воспитание настойчивости, целеустремленности, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;
• Выработка умения применять полученные знания на практике.

Развивающие:

• Развитие стремления к самостоятельности;
• Развитие физических способностей: быстроты, координации ,силы, ловкости, выносливости, умения производить расчеты на несколько ходов вперед, образного и аналитического мышления;
• Осуществление всестороннего физического развития воспитанников.

3. Документы, регламентирующие содержание и организацию образовательного процесса при реализации ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

3.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график представлен в приложении 1.

3.2. Учебный план.

Учебный план представлен в приложении 2.

3.3. Рабочая программа.

Рабочая программа представлена в приложении 3.

3.4. Оценочные и методические материалы.

Оценочные и методические материалы представлены в приложении 4.

3.6. Календарно-тематический план.

Календарно-тематический план представлен в приложении 5.

4. Перечень программ дисциплин

В процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы дополнительной общеразвивающей программы **«Настольный теннис»**обучающие изучают следующие дисциплины:

- история теннисного спорта;
- Теоретическую подготовку;
- Физическую подготовку;
- Нормативы и соревнования.

5. Ресурсное обеспечение ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

5.1. Кадровое обеспечение

Реализация ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис» обеспечивается педагогом дополнительного образования ГАПОУ СО «ТЛК им. Н. И. Кузнецова», имеющим базовое образование, соответствующее преподаваемой программе.

5.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Реализация программы дисциплины требует наличия спортивного зала, оборудованного теннисными столами, теннисными ракетками, мячами.

Основные источники:

1. Башкиров В.Ф. Профилактика травм у спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 2019.
2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: Физкультура и спорт, 2019.
3. Голенко В.А., Скородумова А.П. Азбука тенниса: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. – М.: Дедалус, 2019.
4. Лоэр Дж. Книга для родителей, чьи дети занимаются теннисом. Спб.: СЭНТЭ, 2019.
6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. – М.: АСТ Астрель, 2019.
7. Скородумова А.П. Теннис. Как добиться успеха. М.: Pro-Press, 2019.

Дополнительные источники:

1. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев В.А. Азбука тенниса. – М.: Терра Спорт, 2016. – 126 с.
2. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев В.А. Школа тенниса. – М.: «Дедалус», 2011. – 192 с.
3. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев В.А. Академия тенниса. – М.: «Дедалус», 2017. – 235 с.

6. Нормативно-методическое обеспечение системы оценки качества освоения обучающихся ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

6.1. Фонды оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Критерии оценки знаний и умений, обучающихся в кружке.

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
История развития настольного тенниса в России	Поверхностно владеет информацией.	Знает основные этапы развития настольного тенниса в России, но отвечает не уверенно, путает фамилии и название балетов.	Знает основные этапы развития настольного тенниса в России. Легко отвечает на поставленные (дополнительные) вопросы.
Теоретическая подготовка	Не знает теннисной терминологии.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общении на профессиональном языке.	Знает теннисную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.
Технико-тактическая подготовка	Нет четкости в выполнении, не знает позиции рук, ног.	Знает позы постановки корпуса, но путает позиции рук, ног. Замедленная координация в определении заданной позы и позиций рук, ног.	Знает позы постановки корпуса, легко ориентируется в позициях рук, ног. Точно координирует заданную позу с позициями рук, ног, подачи мяча.
Способы перемещения	Не стремится выполнять основную стойку. Бесшажный, без переноса и с переносом ОЦТ тела выполняет не уверенно.	Выполняет основную стойку. Бесшажный, без переноса и с переносом ОЦТ тела выполняет более уверенно.	Уверенно выполняет основную стойку. Бесшажный, без переноса и с переносом ОЦТ тела выполняет без помарок.
Практический тест Защитные и промежуточные удары	Удары пропускает, защиту не выставляет	Двигается ритмично, но допускает ошибки.	Двигается ритмично, Удары не пропускает, защиту выставляет.
Итоговая аттестация. Соревнование.	Обязательное наличие 1 критерия из 3 представленных.	Обязательное наличие 2 критериев из 3 представленных.	- умеет правильно держать ракетку, стоять, передвигаться, выполнять правильно технические элементы: накаты справа и слева, подачи с различными вращениями, топ – спин справа и слева, срезки, подрезки, запилы, подставки, перекруты, топс-удары, свечи, удары по свечам, технично играть в настольный теннис на высоком уровне.

6.2. Итоговая аттестация выпускников ОП дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»

Итоговая аттестация выпускников дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Настольный теннис»осуществляется в целях

оценки их индивидуальных достижений и участия в мероприятиях колледжа и отчетного соревнования.