

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Лицей № 3»  
МАОУ Лицей № 3

---

Согласовано

Утверждаю

Руководитель структурного подразделения

Директор МАОУ Лицей № 3

ФСК «Олимпиец»  Михалев А.В.

 Е. В. Ильиных

«31» августа 2020 г

Приказ № 251 от 01.09. 2020г.

Дополнительная общеобразовательная программа  
*физкультурно-спортивной направленности*

**«Настольный теннис»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Лиханов Олег Георгиевич,

педагог дополнительного образования

## **Программа курса «Настольный теннис»**

### **Тематическое планирование программного материала курса «Настольный теннис» с 1 по 3 год обучения**

**на 2020/ 2021 учебный год.**

Количество часов: 1 год – 105 ч.

2 год– 105 ч.

3 год – 105 ч.

#### **Пояснительная записка.**

В школе происходят радикальные изменения, связанные с приоритетом целей обучения: на первый план выдвигается развивающая функция обучения, в значительной степени способствующая становлению личности школьников и наиболее полному раскрытию их творческих способностей.

Грамотно поставленный процесс обучения детей азам настольного тенниса позволяет реализовать многие позитивные идеи отечественных теоретиков и практиков – сделать обучение радостным, дает возможность учить детей без принуждения, поддерживать устойчивый интерес к знаниям, использовать многообразие форм обучения. Стержневым моментом уроков становится деятельность самих учащихся, когда они наблюдают, сравнивают, классифицируют, группируют, делают выводы, выясняют закономерности. При этом предусматривается широкое использование занимательного материала, включение в уроки игровых ситуаций.

Настольный теннис в школе открывают широкие возможности и для кружковой работы, поднимают ее на новый качественный уровень, положительно влияют на совершенствование у детей многих психических процессов и таких качеств, как восприятие, внимание, воображение, память, мышление, начальные формы волевого управления поведением.

Обучение игре в настольный теннис с самого раннего возраста помогает многим детям не отстать в развитии от своих сверстников. Расширение круга общения, возможностей полноценного самовыражения, самореализации позволяет этим детям преодолеть замкнутость, мнимую ущербность.

Настольный теннис по своей природе остается, прежде всего, игрой. И ребенок, особенно в начале обучения, воспринимает их именно как игру. Сейчас настольный теннис стал профессиональным видом спорта, к тому же все детские соревнования носят спортивную направленность. Поэтому развитие личности ребенка происходит через игру в ее спортивной форме. Спорт вырабатывает в человеке ряд необходимых и требуемых в обществе качеств: целеустремленность, волю, выносливость, терпение, способность к концентрации внимания, смелость, расчет, умение быстро и правильно принимать решения в меняющейся обстановке и т.д. О социальной значимости настольного тенниса, его возрастающей популярности можно судить по

таким весомым аргументам как создание международных организаций, занимающихся популяризацией и пропагандой настольного тенниса, включение в программу олимпийских игр и многочисленных международных соревнований. настольный теннис становятся все более серьезным занятием огромного количества людей и помогают становлению человека в любой среде деятельности, способствуя гармоничному развитию личности.

Настольный теннис это не только игра, доставляющая детям много радости, удовольствия, но и действенное эффективное средство их умственного развития, формирования внутреннего плана действий - способности действовать в уме.

Игра в настольный теннис развивает наглядно-образное мышление, способствует зарождению логического мышления, воспитывает вдумчивость, целеустремленность. Ребенок, обучающийся этой игре, становится собраннее, самокритичнее, привыкает самостоятельно думать, принимать решения, бороться до конца, не унывать при неудачах. Экспериментально же было подтверждено, что дети, вовлеченные в волшебный мир настольного тенниса, лучше успевают в школе, а так же положительно влияют на совершенствование у детей многих психических процессов и таких качеств, как восприятие, внимание, воображение, память, мышление, начальные формы волевого управления поведением. В школе происходят радикальные изменения: на первый план выдвигается развивающая функция обучения, в значительной степени способствующая становлению личности младших школьников и наиболее полному раскрытию их творческих способностей.

Настольный теннис развивает такой комплекс наиважнейших качеств, что с давних пор приобрели особую социальную значимость – это один из самых лучших и увлекательных видов досуга, когда-либо придуманных человечеством.

Поэтому актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на организацию содержательного досуга учащихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности и обусловлена многими причинами: рост нервно-эмоциональных перегрузок, увеличение педагогически запущенных детей.

В центре современной концепции общего образования лежит идея развития личности ребёнка, формирование его творческих способностей, воспитание важных личностных качеств. Всему этому и многому другому способствует процесс обучения игре в настольный теннис настольный теннис силен еще и тем, что существуют для всех!

Жизнь заставляет нас на каждом шагу отстаивать правильность своих воззрений, поступать решительно, проявлять в зависимости от обстоятельств выдержку и твердость, осторожность и смелость, умение фантазировать и умение смирять фантазию. И всё это же самое требуется в настольном теннисе. Он многогранен и обладает огромным эмоциональным потенциалом, дарят «упоение в борьбе», но и одновременно требуют умения мобилизовать, и концентрировать внимание, ценить время, сохранять выдержку, распознавать ложь и правду, критически относиться не только к сопернику, но и к самому себе.

Следовательно, он сочетает в себе элементы науки и спорта. Соприкосновение с этими важными областями общечеловеческой культуры вызывает в душе ребенка позитивный отклик, способствует гармоничному развитию. Кроме этого, настольный

теннис является большой школой творчества для детей, это уникальный инструмент развития их творческого мышления.

Однако установка сделать из ребенка мастера, не является приоритетной в данной программе. И если ребенок не достигает выдающихся спортивных результатов в настольном теннисе, то это не рассматривается как жизненная неудача.

### **Цель программы:**

Создание условий для личностного и интеллектуального развития учащихся, формирования общей культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в настольный теннис.

### **Задачи:**

- - создание условий для формирования и развития ключевых компетенций учащихся (коммуникативных, интеллектуальных, социальных);
- - формирование универсальных способов мыследеятельности (абстрактно-логического мышления, памяти, внимания, творческого воображения, умения производить логические операции).
- - воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

### **Участники программы:**

Участниками программы являются дети школьного возраста 7-16 лет, посещающие общеобразовательную школу. Наполняемость групп соответствует нормативным показателям и нормам СанПиН. Группы укомплектованы учащимися в количестве не более 15 человек, режим работы не превышает 3 часов в неделю.

Обучение осуществляется на основе общих методических принципов:

- Принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.
- Принцип активной включенности каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны;
- Принцип доступности, последовательности и системности изложения программного материала.

Основой организации работы с детьми в данной программе является система дидактических принципов:

- принцип психологической комфортности - создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса
- принцип *mini-max* – обеспечивается возможность продвижения каждого ребенка своим темпом;
- принцип целостного представления о мире - при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;

- принцип вариативности - у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;
- принцип творчества - процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности;

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения, и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития. Это позволяет рассчитывать на проявление у детей устойчивого интереса к занятиям, появление настольным теннисом. умений выстраивать внутренний план действий, развивать пространственное воображение, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, учит принимать самостоятельные решения и нести ответственность за них.

### **Основные методы обучения:**

Формирование мышления у ребенка проходит через ряд этапов от репродуктивного повторения алгоритмов и схем в типовых положениях, до творческого применения знаний на практике, подразумевающих, зачастую, отказ от общепринятых стереотипов.

На начальном этапе преобладают игровой, наглядный и репродуктивный методы. Они применяются:

1. При знакомстве с техническими приемами игры.
2. При изучении тактических схем игры.
3. При обучении правилам игры;
4. При реализации тактического и технического перевеса.

Большую роль играют общие принципы ведения игры на различных этапах партии, где основным методом становится -продуктивный. Для того чтобы реализовать на за столом свой замысел, учащийся овладевает тактическим арсеналом настольного тенниса, вследствие чего формируется следующий алгоритм мышления: анализ позиции – мотив – идея – расчёт – удар. Продуктивный метод играет большую роль и в дальнейшем при изучении основ тактики игры, особенно при изучении типовых комбинаций..

При изучении теории основным методом является частично-поисковый. Наиболее эффективно изучение теории осуществляется в том случае, когда большую часть работы ребенок проделывает самостоятельно.

На более поздних этапах в обучении применяется творческий метод, для совершенствования тактического мастерства учащихся (самостоятельное составление позиций, предусматривающих определенные тактические удары).

Метод проблемного обучения. Разбор партий мастеров разных направлений, творческое их осмысление помогает ребенку выработать свой собственный подход к игре.

Использование этих методов предусматривает, прежде всего, обеспечение самостоятельности детей в поисках решения самых разнообразных задач.

### **Основные формы и средства обучения:**

1. Практическая игра.
2. изучение видеоматериалов, комбинаций в исполнении мировых лидеров настольного тенниса
3. Дидактические игры и задания, игровые упражнения;
4. Теоретические занятия.
5. Участие в соревнованиях.

### **Результаты образовательной деятельности:**

- Рост личностного, интеллектуального и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности.
- Приобретение теоретических знаний и практических навыков в игре.
- Освоение новых видов деятельности (дидактические игры и задания, игровые упражнения, соревнования).

Конечным результатом обучения считается умение сыграть по правилам партию от начала до конца. Это предполагает определенную прочность знаний и умение применять их на практике.

### **Педагогический контроль.**

Педагогический контроль включает в себя педагогические методики. Комплекс методик направлен на определение уровня усвоения программного материала, степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности, развитие коммуникативных способностей, рост личностного и социального развития ребёнка.

Применяемые методы педагогического контроля и наблюдения, позволяют контролировать и корректировать работу программы на всём протяжении ее реализации. Это дает возможность отслеживать динамику роста знаний, умений и навыков, позволяет строить для каждого ребенка его индивидуальный путь развития. На основе полученной информации педагог вносит соответствующие коррективы в учебный процесс.

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Контроль эффективности осуществляется при выполнении диагностических заданий и упражнений, с помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов, наблюдений. Контрольные испытания проводятся в торжественной соревновательной обстановке.

### **Виды контроля:**

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме наблюдения;
- промежуточный контроль проводится один раз в полугодие в форме

- итоговая аттестация, проводится в конце каждого учебного года, в форме тестирования, выполнение тестовых упражнений по определению уровня освоенных навыков..

### Оценивание результатов:

По итогам тестирования каждому обучающемуся выставляется отметка:

3 - удовлетворительно, 4 - хорошо, 5 - отлично.

Итоговая оценка выводится как средний балл из суммы оценок.

### Учебно-тематический план

#### 1-й год обучения

№ п/п	Наименование ударов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего часов
1	.правила игры	1 ч.	-	1 ч.
2	Срезка слева	0,5 ч.	2,5	3 ч.
3	подача срезкой слева + Срезка слева	0,5 ч.	2,5	3 ч.
4	. Игровая практика	0,5 ч	2,5	3ч.
5	Игра на счет	0,5 ч	2,5	3 ч.
6	Срезка справа	0,5 ч	2,5	3 ч.
7	подача срезкой справа + Срезка справа	0,5 ч -	2,5	3ч.
8	Игровая практика	0,5 ч	2,5	3ч
9	Игра на счет.	0,5 ч	2,5	3ч
10	подача срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	0,5 ч	3,5	4ч
11	подача срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	0,5 ч	3,5	4ч
12	Игровая практика	0,5 ч	3,5	4ч
13	Игра на счет	0,5 ч	3,5	4ч
14	накат слева	0,5 ч	5,5	6ч
15	подача накатом + накат слева	0,5 ч	5,5	6ч
16	Игровая практика	0,5 ч	5,5	6ч
17	Игра на счет	0,5 ч	5,5	6ч
18	накат справа	0,5 ч	5,5	6ч
19	подача накатом справа + накат справа	0,5 ч	5,5	6ч
20	Игровая практика	0,5 ч	5,5	6ч
21	Игра на счет	0,5 ч	5,5	6ч
22	подача накатом + слева накат слева +	0,5 ч	1,5	2ч

	накат справа			
23	Игровая практика	0,5 ч	1,5	2ч
24	Игра на счет	0,5 ч	1,5	2ч
25	подача накатом справа + накат справа + накат слева	0,5 ч	1,5	2ч
26	Игровая практика	0,5 ч	1,5	2ч
27	Игра на счет	0,5 ч	1,5	2ч
28	Итоговый турнир			5ч

Итого: 105ч

### Учебно-тематический план 2-й год обучения

№ п/п	Наименование ударов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего часов
1	подрезка слева	0,5 ч.	2,5	3 ч.
2	подача срезкой слева + подрезка слева	0,5 ч.	2,5	3 ч.
3	. Игровая практика	0,5 ч	2,5	3ч.
4	Игра на счет	0,5 ч	2,5	3 ч.
5	подрезка справа	0,5 ч	2,5	3 ч.
6	подача срезкой справа + подрезка справа	0,5 ч -	2,5	3ч.
7	Игровая практика	0,5 ч	2,5	3ч
8	Игра на счет.	0,5 ч	2,5	3ч
9	подача срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	0,5 ч	3,5	4ч
10	подача срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	0,5 ч	3,5	4ч
11	Игровая практика	0,5 ч	3,5	4ч
12	Игра на счет	0,5 ч	3,5	4ч
13	Топ спин слева	0,5 ч	5,5	6ч
14	подача накатом + Топ спин слева	0,5 ч	5,5	6ч
15	Игровая практика	0,5 ч	5,5	6ч



16	Игра на счет	0,5 ч	5,5	6ч
17	Топ спин справа	0,5 ч	5,5	6ч
18	подача накатом справа + Топ спин справа	0,5 ч	5,5	6ч
19	Игровая практика	0,5 ч	5,5	6ч
20	Игра на счет	0,5 ч	5,5	6ч
21	подача накатом слева + Топ спин слева + Топ спин справа	0,5 ч	1,5	2ч
22	Игровая практика	0,5 ч	1,5	2ч
23	Игра на счет	0,5 ч	1,5	2ч
24	подача накатом справа + Топ спин справа + Топ спин слева	0,5 ч	1,5	2ч
25	Игровая практика	0,5 ч	1,5	2ч
26	Игра на счет	0,5 ч	1,5	2ч
27	Итоговый турнир			5ч

Итого: 105ч

### Учебно-тематический план 3-й год обучения

№ п/п	Наименование ударов	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего часов
1	Завершающий удар слева	0,5 ч.	2,5	3 ч.
2	Завершающий удар справа	0,5 ч.	2,5	3 ч.
	Тактическая подготовка			
3	Игра в защите из левого угла	2 ч	5	7ч.
4	Игровая практика	0,5 ч	4,5	5ч.
5	Игра на счет.	0,5 ч -	4,5	5ч.
6	Игра в защите из правого угла	2 ч	5	7ч
7	Игровая практика	0,5 ч	4,5	5ч
8	Игра на счет.	0,5 ч	4,5	5ч
9	Игра в нападении из левого угла	2 ч	18	20ч
10	Игровая практика	0,5 ч	4,5	5ч

11	Игра на счет	0,5 ч	4,5	5ч
12	Игра в нападении из правого угла	2 ч	18	20ч
13	Игровая практика	0,5 ч	5,5	6ч
14	Игра на счет	0,5 ч	5,5	6ч
15	Итоговый турнир			5ч

Итого: 105ч

## **Тематика курса настольный теннис, первый год».**

### **I.правила игры:**

#### **A)стол для игры в настольный теннис .**

Первое знакомство с теннисным королевством. линия, диагональ. Центр стола.

#### **в). теннисные ракетки.**

Основание. Накладки..виды оснований..виды накладок. Сравнительная сила оснований. Ценность видов накладок (для защиты ,для нападения, универсальные

**В) ).хватка ракетки (европейская ,азиатская)**

#### **2.Срезка слева.**

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### **Дидактические игры и игровые задания.**

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют срезку друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола **«линия**)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .  
**«карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученики по одному отбивают шарик срезкой обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

#### **3) подача срезкой слева + Срезка слева**

.а)подача срезкой слева .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### **Дидактические игры и игровые задания**

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу срезкой друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

**«линия**)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

#### **4)Подача срезкой слева и игра срезками слева**

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре срезками слева в движении.

#### **Дидактические игры и игровые задания**

**«карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученики по одному отбивают шарик срезкой обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

#### **.4)игровая практика**

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик срезкой слева обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу срезкой слева и игра продолжается.

## 5) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

## 6) Срезка справа.

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### **Дидактические игры и игровые задания.**

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют срезку друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученики по одному отбивают шарик срезкой обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

## 7) подача срезкой справа + Срезка справа

а)подача срезкой справа .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### **Дидактические игры и игровые задания**

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу срезкой друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

## 8)Подача срезкой справа и игра срезками справа

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре срезками справа в движении.

### **Дидактические игры и игровые задания**

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученики по одному отбивают шарик срезкой обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.9)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу срезкой а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик срезкой справа обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу срезкой справа и игра продолжается.

## 10) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

### 11)подача срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

#### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу срезкой слева то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

### 12)подача срезкой справа + Срезка слева+ Срезка справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

#### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу срезкой справа то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

### 13)Игровая практика

Ученики поочередно выполняют подачу то срезкой слева то срезкой играют срезками слева и срезками справа в хаотичном порядке пока шарик упадет со стола или попадет в сетку.

### 14) игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу срезкой слева , а вторую подачу срезкой справа), после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

### 15.накат слева.

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют накат друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученики по одному отбивают шарик накатом обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

16) подача накатом слева + накат слева

.а)подача накатом слева .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накатом друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

17)Подача срезкой накат слева и игра срезками слева

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре накатами слева в движении.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученики по одному отбивают шарик накатом обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.18)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накатом слева обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накатом слева и игра продолжается.

19) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не набирет 11 очков.

20) накат **справа**.

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головой каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют накат друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатоm а ученики по одному отбивают шарик накатоm обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

### 21) подача накатоm справ + накат справа

.а)подача накатоm справа .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головой каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накатоm друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накатоm справа и игра накатоmи справа

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре накатоmи справа в движении.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатоm а ученики по одному отбивают шарик накатоm обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.22)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатоm а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накатоm справа обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накатоm справа и игра продолжается.

### 23) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

### 24)подача накатоm слева + накат слева + накат справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накатом слева то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

25)подача накатом справа + накат слева + накат справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накатом справа то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

26)Игровая практика

Ученики поочередно выполняют подачу то накатом слева то накатом справа играют накатами слева и накатами справа в хаотичном порядке пока шарик упадет со стола или попадет в сетку.

27) игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накатом слева , а вторую подачу накатом справа), после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

28)Итоговый турнир

В конце учебного года между учащиеся проводится турнир. Играют на счет одну партию, в которой они играют в теннис с применением ударов освоенных в прошедшем учебном году. по итогам турнира учащиеся, занявшие первые три места награждаются грамотами и призами.

**К концу первого года обучения дети должны *знать*:**



теннисные термины: , горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, очко, партия; стойка, хватка;

- названия теннисных ударов, правила игры.

### **К концу первого года обучения дети должны уметь:**

- играть срезками как слева так и справа, накатами как слева так и справа
- подавать подачу срезками как слева так и справа, накатами как слева так и справа
- различать горизонталь, вертикаль и диагональ;
- различать по подготовительным движениям какой удар готовится выполнить противник
- играть на счет.

Программный материал второго года обучения несколько сложнее, чем материал первого года, ибо если раньше нужно было просто усвоить элементарные правила игры в настольный теннис и уметь двигаться у стола, выполняя простые удары по мячу, то теперь и обучающиеся выходят на более сложный уровень знакомясь и изучая удары, позволяющие придать шарика более сильную скорость и вращение .

### ***Тематика курса «Настольный теннис, второй год».***

#### **1. подрезка слева.**

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют подрезку друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола **«линия»**)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**».. Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатам а ученики по одному отбивают шарик подрезкой обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

#### **2) подача накатам слева + подрезка слева**

.а)подача накатам с боковым вращением слева .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накатам друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола **«линия»**)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накатам слева с боковым вращением и игра подрезками слева

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре подрезками слева в движении.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученики по одному отбивают шарик подрезкой обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.3)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезкой слева обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накатом слева и игра продолжается.

### 4) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

### 5) подрезка справа.

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют подрезку друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом а ученики по одному отбивают шарик подрезкой справа обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

б) подача накатом справа с боковым вращением + подрезка справа

.а)подача накатом с боковым вращением справа .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накатом с боковым вращением друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола

Подача накатом справа с боковым вращением и игра подрезками справа

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре подрезками справа в движении.

### **Дидактические игры и игровые задания**

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с боковым вращением а ученики по одному отбивают шарик подрезкой обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.7)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с боковым вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезкой справа обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м справа с боковым вращением и игра продолжается.

8) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

9)подача накато́м слева с боковым вращением + подрезка слева + подрезка справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### **Дидактические игры и игровые задания.**

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накато́м слева с боковым вращением то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

10)подача накато́м справа с боковым вращением + подрезка справа + подрезка слева

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накато́м справа с боковым вращением то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

#### **11) Игровая практика**

Ученики поочередно выполняют подачу то накато́м слева с боковым вращением то накато́м справа с боковым вращением играют подрезками слева и подрезками справа в хаотичном порядке пока шарик упадет со стола или попадет в сетку.

#### **12) игра на счет**

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева с боковым вращением , а вторую подачу накато́м справа с боковым вращением), после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не набирет 11 очков.

#### **13) Топ спин слева.**

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют Топ спин друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Топ спином обратно педагогу и обежая вокруг стола, занимают начальную позицию.

#### **14) подача накато́м слева с обратным вращением + Топ спин слева**

.а)подача накато́м слева с обратным вращением .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накато́м с обратным вращением друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накато́м слева с обратным вращением и игра Топ спинами слева

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре топ спинами слева в движении.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Топ спином обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.15)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик Топ спином слева обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м с обратным вращением слева и игра продолжается.

16) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

17) Топ спин **справа**.

. Стойка игрока. Перемещение в стойке .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока шарика от стола выполняют Топ спин друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

«**карусель**». Педагог кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Топ спином обратно педагогу и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию.

18) подача накато́м справа с обратным вращением + Топ спин справа

.а)подача накато́м справа с обратным вращением .

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с лета выполняют подачу накато́м с обратным вращением друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**»)То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накато́м справа с обратным вращением и игра Топ спинами справа

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре Топ спинами справа в движении.

### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**». ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Топ спинами обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.19)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик Топ спином справа обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м справа с обратным вращением и игра продолжается.

20) Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не набирет 11 очков.

21)подача накато́м слева с обратным вращением + Топ спин слева + Топ спин справа

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«**Не зевай!**». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накато́м слева то вправо то влево ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его Топ спином на сторону педагога обегать вокруг стола и занять начальную позицию..

22)Игровая практика

Ученики поочередно выполняют подачу то накато́м слева то накато́м справа с обратным вращением играют Топ спинами с лева и Топ спинами справа в хаотичном порядке пока шарик упадет со стола или попадет в сетку.

23 игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева с обратным вращением , а вторую подачу накато́м справа с обратным вращением), после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не набирет 11 очков.

24)подача накатом справа с обратным вращением + Топ спин справа + Топ спин слева

. Перемещение в стойке; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.и в процессе игры.

Особенностью такой игры является то ,что игроки не знают куда полетит шарик после удара

(направо или налево) поэтому начало движения начинают с прыжка на двух ногах и уже в воздухе принимают решение с какой стороны будут выполнять удар (справа или слева)

### ***Дидактические игры и игровые задания.***

«Не зевай!». Педагог подбрасывает шарик в верх и в хаотичном порядке выполняет подачу накатом справа то вправо то влево с обратным вращением ученик должен угадать куда полетит шарик и отбив его Топ спином на сторону педагога обежать вокруг стола и занять начальную позицию..

### **25)Игровая практика**

Ученики поочередно выполняют подачу то накатом слева то накатом справа с обратным вращением играют Топ спинами с лева и Топ спинами справа в хаотичном порядке пока шарик упадет со стола или попадет в сетку.

### **26 игра на счет**

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накатом слева с обратным вращением , а вторую подачу накатом справа с обратным вращением), после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не набирет 11 очков.

### **27)Итоговый турнир**

В конце учебного года между учащиеся проводится турнир. Играют на счет до двух выигранных партий, в котором они играют в теннис с применением ударов освоенных в прошедшем учебном году. по итогам турнира учащиеся, занявшие первые три места награждаются грамотами и призами.

.

### **К концу второго года обучения дети должны *знать*:**

теннисные правила ФИТТ;

теннисные термины: горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, партнеры, очко, партия; стойка, хватка;

- названия теннисных ударов,

### **К концу второго года обучения дети должны *уметь*:**

- правильно вести себя за теннисным столом
- выполнять удары с сильным и сложным вращением;
- выполнять подачи со сложным вращением и принимать их.
- Играть теннисные матчи до двух выигранных партий.

### ***Тематика курса «Настольный теннис, третий год».***

#### **1) Завершающий удар слева**

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока выполняют Завершающий удар слева друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**» То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накатом справа с обратным вращением и Завершающий удар слева

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре Завершающим ударом слева в движении.

#### ***Дидактические игры и игровые задания***

«**карусель**».. ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Завершающий удар слева обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

.игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накатом с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик ) Завершающий удар слева обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накатом справа с обратным вращением и игра продолжается.

#### **2) Завершающий удар справа**

Начальное положение. Расположение ног ,рук ,туловища ,головы каждой из частей тела в начальном положении; последовательность выполнения движений каждой из частей тела при начале движения.

#### ***Дидактические игры и игровые задания***

« **Диагональ**».. Двое играющих по очереди кидают перед собой шарик и с отскока выполняют Завершающий удар справа друг другу вдоль **диагонали** теннисного стола

«**линия**» То же самое, но выполняется по одной на из линий теннисного стола .

Подача накатом справа с обратным вращением и Завершающий удар справа

Перемещение в стойке последовательность выполнения движений каждой из частей тела при игре Завершающим ударом справа в движении.

#### ***Дидактические игры и игровые задания***



**«карусель».** ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученики по одному отбивают шарик Завершающий удар справа обратно ученику и обегая вокруг стола, занимают начальную позицию

)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик Завершающий удар справа обратно ему и так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м справа с обратным вращением и игра продолжается

3) Игра в защите из левого угла

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением в левый угол а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезками слева обратно ему, а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в левый угол. .

.4)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезками слева обратно ему а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в левый угол так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м справа с обратным вращением и игра продолжается

5)игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева с обратным вращением , а вторую подачу накато́м справа с обратным вращением)и играют –один атакует накато́ми и топ спинами в левый угол , а другой защищается подрезками из левого угла, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков

6)Игра в защите из правого угла

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м в правый угол а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезками справа обратно ему, а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в правый угол. .

.7)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик подрезками справа обратно ему а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в правый угол так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м и игра продолжается

8)игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева , а вторую подачу накато́м справа )и играют –один атакует накато́ми и топ спинами в правый угол , а другой защищается подрезками из правого

угла, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков

#### 9)Игра в нападении из левого угла

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением в левый угол а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накато́ми, топ спинами обратно ему, а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в левый угол.

#### . .10)игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м с обратным вращением а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накато́ми, топ спинами подрезками слева обратно ему а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в левый угол так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м справа с обратным вращением и игра продолжается

#### 11)игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева с обратным вращением , а вторую подачу накато́м справа с обратным вращением)и играют –один атакует накато́ми и топ спинами в левый угол , а другой накато́ми, топ спинами атакует из левого угла, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков.

#### 12)Игра в атаке из правого угла

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м в правый угол а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накато́ми, топ спинами справа обратно ему, а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в правый угол. .

#### .13)Игровая практика

ученик кидает перед собой шарик и с лета выполняет подачу накато́м а ученик ,стоящий на другом конце стола отбивает шарик накато́ми, топ спинами справа обратно ему а он в свою очередь бьет накато́ми, топ спинами в правый угол так они перебивают шарик друг другу пока шарик не упадет с игровой поверхности стола или не попадет в сетку..затем другой ученик берет шарик рукой и выполняет подачу накато́м и игра продолжается

#### 14)Игра на счет

При игре на счет каждый из играющих выполняет по две подачи подряд(первую подачу накато́м слева , а вторую подачу накато́м справа )и играют –один атакует накато́ми и топ спинами в правый угол , а другой накато́ми, топ спинами атакует из правого угла, после этого право подачи переходит к сопернику и так они играют пока один из играющих не наберет 11 очков

#### 15)Итоговый турнир

В конце учебного года между учащиеся проводится турнир. Играют на счет до трех выигранных партий, в котором они играют в теннис с применением ударов и комбинаций освоенных в прошедшем учебном году. по итогам турнира учащиеся, занявшие первые три места награждаются грамотами и призами.

**К концу третьего года обучения дети должны *знать*:**

- принципы игры в защите;
- принципы игры в атаке.
- термины зажим влево , зажим вправо

**К концу третьего года обучения дети должны *уметь*:**

- грамотно распознавать слабости в игре противника;
- находить несложные тактические приемы;
- точно разыгрывать простейшие комбинации с выходом на завершающий удар..

Расписание:

1 год обучения: -вторник, четверг: 15-00 – 15-45, суббота: 14-00-14-45.(3 часа)

2 год обучения –вторник, четверг: 15-50– 16-35, суббота: 14-50-15-35 ( 3 часа)

3 год обучения -вторник, четверг: 16-35-17-20,, суббота :15-40-16-25(3 часа)

Календарно – тематическое планирование н.теннис:

1 группа (1 год обучения )

Наименование раздела	№ раздела Темы, урока	Название темы урока (содержание)	Количество часов	Дата изучения
1 четверть				
н. теннис 1 год обучения	1	Правила игры	1	1.09
	3	Овладение техникой удара срезкой слева	1	3.09
	4	Овладение техникой удара срезкой слева	1	5.09
	5	Овладение техникой удара срезкой слева	1	8.09
	7	Овладение техникой удара срезкой слева подача срезкой слева + Срезка слева	1	10.09
	8	Овладение техникой удара срезкой слева подача срезкой слева + Срезка слева	1	12.09
	9	Овладение техникой удара срезкой слева подача срезкой слева + Срезка слева	1	15.09
	11	Овладение техникой удара срезкой слева Игровая практика	1	17.09
	12	Овладение техникой удара срезкой слева Игровая практика	1	19.09
	13	Овладение техникой удара срезкой слева Игровая практика	1	22.09
	15	Овладение техникой удара срезкой слева Игра на счет	1	24.09
	16	Игра на счет	1	26.09
	17	Игра на счет	1	29.09
	19	Овладение техникой удара срезкой справа	1	01.10
	20	Овладение техникой удара срезкой справа	1	03.10
	21	Овладение техникой удара срезкой справа	1	06.10
	23	Овладение техникой удара срезкой справа подача срезкой справа + Срезка справа	1	08.10

	24	Овладение техникой удара срезкой справа подача срезкой справа + Срезка справа	1	10.10
	25	Овладение техникой удара срезкой справа подача срезкой справа + Срезка справа	1	13.10
	27	Овладение техникой удара срезкой справа Игровая практика	1	15.10
	28	Овладение техникой удара срезкой справа Игровая практика	1	17.10
	29	Овладение техникой удара срезкой справа Игровая практика	1	20.10
	31	Овладение техникой удара срезкой справа Игра на счет	1	22.10
	32	Овладение техникой удара срезкой справа Игра на счет	1	24.10
	33	Овладение техникой удара срезкой справа Игра на счет	1	27.10
	35	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	29.10
				29.10
1 четверть				
Н .теннис 2год обучения	1	Овладение техникой удара подрезкой слева	1	1.09
	3	Овладение техникой удара подрезкой слева	1	3.09
	4	Овладение техникой удара подрезкой слева	2	5.09
	5	Овладение техникой удара подрезкой слева подача срезкой слева + подрезка слева	1	8.09
	7	Овладение техникой удара подрезкой слева подача срезкой слева + подрезка слева	1	10.09
	8	Овладение техникой удара подрезкой слева подача срезкой слева + подрезка слева	2	12.09
	9	Овладение техникой удара подрезкой слева Игровая практика	1	15.09
	11	Овладение техникой удара подрезкой слева Игровая практика	1	17.09
	12	Овладение техникой удара подрезкой слева Игровая практика	2	19.09
	13	Овладение техникой удара подрезкой слева Игра на счет	1	22.09
	15	Овладение техникой удара	1	24.09

		подрезкой слева Игра на счет		
	16	Овладение техникой удара подрезкой слева Игра на счет	2	26.09
	17	Овладение техникой удара подрезкой справа	1	29.09
	19	Овладение техникой удара подрезкой справа	1	01.10
	20	Овладение техникой удара подрезкой справа	2	03.10
	21	подача срезкой справа + подрезка справа	1	06.10
	23	подача срезкой справа + подрезка справа	1	08.10
	24	подача срезкой справа + подрезка справа	2	10.10
	25	Овладение техникой удара подрезкой справа Игровая практика	1	13.10
	27	Овладение техникой удара подрезкой справа Игровая практика	1	15.10
	28	Овладение техникой удара подрезкой справа Игровая практика	2	17.10
	29	Овладение техникой удара подрезкой справа Игра на счет	1	20.10
	31	Овладение техникой удара подрезкой справа Игра на счет	1	22.10
	32	Овладение техникой удара подрезкой справа Игра на счет	2	24.10
	33	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	27.10
2 четверть				
н. теннис 1 год обучения	26	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	10.11
	27	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	12.11
	28	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	14.11
	29	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	17.11
	30	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева +	1	19.11

		Срезка слева + Срезка справа		
	31	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	21.11
	32	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	24.11
	33	Овладение техникой Игры подачи срезкой слева + Срезка слева + Срезка справа	1	26.11
	34	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	28.11
	35	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	112
	36	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	3..12
	37	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	5.12
	38	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	8.12
	39	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	10.12
	40	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	12.12
	41	Овладение техникой подачи срезкой справа + Срезка слева + Срезка справа	1	15.12
	42	Овладение техникой наката слева	1	17.12
	43	Овладение техникой наката слева	1	19.12
	44	Овладение техникой наката слева	1	22.12

	45	Овладение техникой наката слева	1	24.12
	46	Овладение техникой наката слева	1	26.12
2 четверть				
Н .теннис 2год обучения	27	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	10.11
	28	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	12.11
	29	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	14.11
	30	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	17.11
	31	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	19.11
	32	Овладение техникой подачи срезкой слева + подрезка слева + подрезка справа	1	21.11
	33	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	24.11
	34	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	26.11
	35	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	28.11
	36	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	112
	37	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	3..12
	38	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка	1	5.12



		справа		
	39	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	8.12
	40	Овладение техникой подачи срезкой справа + подрезка слева + подрезка справа	1	10.12
	41	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	12.12
	42	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	15.12
	43	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	17.12
	44	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	19.12
	45	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	22.12
	46	Овладение техникой удара топ-спин слева	1	24.12
	47	Овладение техникой удара подача накатом + Топ спин слева	1	26.12
	48	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева	1	29.12
<b>3 четверть</b>				
н. теннис 1год обучения	48	Овладение техникой наката слева	1	12.01
	49	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	14.01
	50	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	16.01
	51	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	19.01
	52	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	21.01
	53	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	23.01
	54	Овладение техникой подачи накатом + накат слева	1	26.01
	55	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая практика	1	28.01
	56	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая практика	1	30.01
	57	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая практика	1	2.02
	58	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая практика	1	4.02
	59	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая практика	1	6.02
	60	Овладение техникой подачи накатом + накат слева Игровая	1	9.02

		практика		
	61	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	11.02
	62	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	13.02
	63	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	16.02
	64	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	18.02
	65	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	20.02
	66	Овладение техникой подачи накатом + накат слева игра насчет	1	23.02
	67	Овладение техникой наката справа	1	25.02
	68	Овладение техникой наката справа	1	27.02
	69	Овладение техникой наката справа	1	2.03
	70	Овладение техникой наката справа	1	4.03
	71	Овладение техникой наката справа	1	6.03
	72	Овладение техникой наката справа	1	9.03
	73	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	11.03
	74	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	13.03
	75	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	16.03
	76	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	18.03
	77	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	20.03
	78	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа	1	23.03
	79	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игровая практика	1	25.03
	80	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игровая практика	1	27.03
4 четверть				
н. теннис 1год обучения	81	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игровая практика	1	6.04
	82	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игровая практика	1	8.04
	83	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игровая практика	1	10.04
	84	Овладение техникой	1	13.04

		подачи накатом справа + накат справа Игровая практика		
	85	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	15.04
	86	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	17.04
	67	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	20.04
	88	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	22.04
	89	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	24.04
	90	Овладение техникой подачи накатом справа + накат справа Игра на счет	1	27.04
	91	подача накатом + слева накат слева + накат справа	1	29.04
	92	подача накатом + слева накат слева + накат справа	1	4.05
	93	подача накатом + слева накат слева + накат справа Игровая практика	1	6.05
	94	подача накатом + слева накат слева + накат справа Игровая практика	1	11.05
	95	подача накатом + слева накат слева + накат справа Игра на счет	1	13.05
	96	подача накатом + слева накат слева + накат справа Игра на счет	1	16.05
	97	подача накатом справа + накат справа + накат слева	1	18.05
	98	подача накатом справа + накат справа + накат слева	1	20.05
	99	подача накатом справа + накат справа + накат слева Игровая практика	1	23.05
	100	подача накатом справа + накат справа + накат слева Игровая практика	1	25.05
	101	подача накатом справа + накат справа + накат слева Игра на счет	1	27.05
	102	подача накатом справа + накат справа + накат слева Игра на счет	1	30.05
<b>3 четверть</b>				
Н .теннис 2год обучения	48	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева	1	12.01
	49	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева	1	14.01
	50	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева	1	16.01
	51	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева	1	19.01
	52	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	21.01
	53	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	23.01
	54	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	26.01

	55	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	28.01
	56	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	30.01
	57	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игровая практика	1	2.02
	58	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	4.02
	59	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	6.02
	60	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	9.02
	61	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	11.02
	62	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	13.02
	63	Овладение техникой удара подачи накатом + Топ спин слева Игра на счет	1	16.02
	64	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	18.02
	65	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	20.02
	66	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	23.02
	67	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	25.02
	68	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	27.02
	69	Овладение техникой удара топ-спин справа	1	2.03
	70	подача накатом справа + Топ спин справа	1	4.03
	71	подача накатом справа + Топ спин справа	1	6.03
	72	подача накатом справа + Топ спин справа	1	9.03
	73	подача накатом справа + Топ спин справа	1	11.03
	74	подача накатом справа + Топ спин справа	1	13.03
	75	подача накатом справа + Топ спин справа	1	16.03
	76	подача накатом справа + Топ спин справа Игровая практика	1	18.03
	77	подача накатом справа + Топ спин справа Игровая практика	1	20.03
	78	подача накатом справа + Топ спин справа Игровая практика	1	23.03
	79	подача накатом справа + Топ спин справа Игровая практика	1	25.03
	80	подача накатом справа + Топ спин справа Игровая практика	1	27.03

4 четверть

2 год обучения	81	подача накато́м справа + Топ спин справа Игровая практика	1	6.04
	82	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	8.04
	83	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	10.04
	84	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	13.04
	85	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	15.04
	86	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	17.04
	67	подача накато́м справа + Топ спин справа Игра на счет	1	20.04
	88	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа	1	22.04
	89	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа	1	24.04
	90	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа Игровая практика	1	27.04
	91	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа Игровая практика	1	29.04
	92	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа Игра на счет	1	4.05
	93	подача накато́м слева + Топ спин слева + Топ спин справа Игра на счет	1	6.05
	94	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева	1	11.05
	95	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева	1	13.05
	96	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева Игровая практика	1	16.05
	97	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева Игровая практика	1	18.05
	98	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева Игра на счет	1	20.05
	99	подача накато́м справа + Топ спин справа + Топ спин слева Игра на счет	1	23.05
	100	Итоговый турнир	1	25.05
	101	Итоговый турнир	1	27.05
	102	Итоговый турнир	1	30.05

1 четверть				
н.теннис 3год обучения	1	Овладение техникой Завершающего удара слева	3	1.09
	2	Игровая практика	2	3.09
	3	Овладение техникой Завершающего удара слева	2	5.09
	4	Овладение техникой Завершающего удара слева	2	8.09
	5	Овладение техникой Завершающий удар слева	1	8.09
	6	Игровая практика	2	10.09

	7	Овладение техникой Завершающий удар слева	2	12.09
	8	Овладение техникой Завершающий удар слева	2	15.09
	9	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	15.09
	10	Игровая практика	2	17.09
	11	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	19.09
	12	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	22.09
	13	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	22.09
	14	Игровая практика	2	24.09
	15	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	26.09
	16	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	29.09
	17	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	29.09
	18	Игровая практика	2	1.10
	19	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	11.10
	20	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	3.10
	21	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	6.10
	22	Игровая практика	2	6.10
	23	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	08.10
	24	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	10.10
	25	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	13.10
	26	Игровая практика	2	13.10
	27	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	15.10
	28	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	17.10
	29	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	20.10
	30	Игровая практика	2	20.10
	31	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	2	22.10
	32	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	2	24.10
	33	Овладение техникой Игры в защите из левого угла	1	27.10
	34	Игровая практика	2	29.10
2 четверть				
н.теннис 3год обучения	26	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	10.11

		Игровая практика	3	12.11
	27	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	14.11
	28	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	17.11
	29	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	19.11
	29	Игровая практика	3	21.11
	30	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	21.11
	31	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	24.11
	32	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	26.11
		Игровая практика	3	28.11
	33	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	28.11
	34	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	1.12
	35	Овладение техникой Игры в защите из правого угла		1.12
		Игровая практика	3	3.12
	36	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	5.12
	37	Овладение техникой Игры в защите из правого угла	1	8.12
	38	Игра в нападении из левого угла		9.12
		Игровая практика	3	11.12
	39	Игра в нападении из левого угла 1	1	13.12
	40	Игра в нападении из левого угла	1	15.12
	41	Игра в нападении из левого угла	1	16.12
		Игровая практика	3	18.12
	42	Игра в нападении из левого угла	1	20.12
	43	Игра в нападении из левого угла	1	22.12
	44	Игра в нападении из левого угла	1	23.12
		Игровая практика	3	25.12
	45	Игра в нападении из левого угла	1	27.12
	46	Игра в нападении из левого угла	1	28.12
	47	Игра в нападении из левого угла	1	30.12
3 четверть				
н.теннис 3год	48	Игра в нападении из левого угла	1	12.01

обучения				
		Игровая практика	3	14.01
	49	Игра в нападении из левого угла	1	16.01
	50	Игра в нападении из левого угла	1	19.01
	51	Игра в нападении из левого угла	1	22.01
		Игровая практика	3	24.01
	52	Игра в нападении из левого угла	1	26.01
	53	Игра в нападении из левого угла	1	26.01
	54	Игра в нападении из левого угла	1	26.01
		Игровая практика	3	29.01
	55	Игра в нападении из левого угла	1	31.01
	56	Игра в нападении из левого угла Игровая практика	1	2.02
	57	Игра в нападении из левого угла Игровая практика	1	4.02
		Игровая практика	3	6.02
	58	Игра в нападении из левого угла Игровая практика	1	6.02
	59	Игра в нападении из левого угла Игровая практика	1	9.02
	60	Игра в нападении из левого угла Игровая практика	1	9.02
		Игровая практика	3	11.02
	61	Игра в нападении из левого угла Игра на счет	1	13.02
	62	Игра в нападении из левого угла Игра на счет	1	16.02
	63	Игра в нападении из левого угла Игра на счет	1	18.02
		Игровая практика	3	20.02
	64	Игра в нападении из левого угла Игра на счет	1	20.02
	65	Игра в нападении из левого угла Игра на счет	1	23.02
	66	Игра в нападении из правого угла	1	25.02
		Игровая практика	3	27.02
	67	Игра в нападении из правого угла	1	27.02
	68	Игра в нападении из правого угла	1	2.03
	69	Игра в нападении из правого угла	1	4.03
		Игровая практика	3	6.03
	70	Игра в нападении из правого угла	1	6.03
	71	Игра в нападении из правого угла	1	9.03
		Игровая практика	3	11.03
	72	Игра в нападении из правого угла	1	11.03
	73	Игра в нападении из правого угла	1	13.03
	74	Игра в нападении из правого угла	1	16.03
		Игровая практика	3	16.03
	75	Игра в нападении из правого угла	1	18.03
	76	Игра в нападении из правого угла	1	20.03
	77	Игра в нападении из правого угла	1	23.03
		Игровая практика	3	23.03
	78	Игра в нападении из правого угла	1	25.03
	79	Игра в нападении из правого угла	1	27.03



	80	Игра в нападении из правого угла	1	30.03
4 четверть 3 год обучения				
	81	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	06.04
	82	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	08.04
	83	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	10.04
		Игровая практика	3	13.04
	84	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	15.04
	85	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	17.04
	86	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	20.04
		Игровая практика	3	22.04
	67	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	24.04
	88	Игра в нападении из правого угла Игровая практика	1	24.04
	89	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	27.04
		Игровая практика	3	29.04
	90	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	29.04
	91	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	4.05
	92	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	6.05
		Игровая практика	3	8.05
	93	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	11.05
	94	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	13.05
	95	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	15.05
		Игровая практика	3	17.05
	96	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	17.05
	97	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	20.05
	98	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	22.05
		Игровая практика	3	24.05
	99	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	24.05
	100	Игра в нападении из правого угла Игра на счет	1	27.05
	101	Итоговый турнир	1	27.05
	102	Итоговый турнир	3	29.05

## Литература:

1. Амелин А.Н. Настольный теннис (Азбука спорта) / А.Н. Амелин, В. А.Пашин. — 3-е изд., испр. и доп. — М., 1999.
2. Байгулоев Ю. П. Основы настольного тенниса / Ю. П. Байгулов, А. Н. Романин — М., 1999.
3. Байгулов Ю. П. Настольный теннис: Вчера, сегодня, завтра / Ю. П. Байгулов - М., 2000.
4. ФПК РГАФК / Г. В. Барчукова. — М., 1996.
5. Барчукова Г. В. Современные подходы формирования технико-тактического мастерства игроков в настольный теннис: учеб. пособие для студентов и слушателей института повышения квалификации и переподготовки кадров РГАФК / РГАФК / Г. В. Барчукова. — М., 1997.
6. Барчукова Г. В. Влияние уровня мотивации на успешность соревновательной деятельности в настольном теннисе // Юбилейный сборник трудов ученых РГАФК, посвященный 80-летию академии. — Т. 1. — М., 1997.
7. Барчукова Г. В. Динамика соревновательной деятельности российских и зарубежных теннисистов за последнее десятилетие // Сб. трудов ученых РГАФК. - М., 1998.
8. Барчукова Г. В. Методы контроля технико-тактической подготовленности спортсменов в настольном теннисе: метод, пособие для студентов и слушателей ФПК РГАФК / РГАФК / Г. В. Барчукова. - М., 1996.
9. Барчукова Г. В. Биомеханическое обоснование атакующих ударов в настольном теннисе // Материалы конференции молодых ученых и студентов РГАФК (14—16 апреля 1999 г.): Физкультура, образование и наука / Г.В. Барчукова, А.В.Воронов, Д.Н.Титов. — М., 1999.
10. Барчукова Г. В. Учет морфофункциональной конституции при оценке двигательных возможностей учащихся // Сб. трудов ученых РГАФК / Г.В.Барчукова, В. В. Зайцева, С.И.Изаков, В.Д.Сонькин. — М., 1998.
11. Барчукова Г. В. Вариативность и автоматизация в системе технико-тактического совершенствования в настольном теннисе: учеб. пособие для студентов / Г. В. Барчукова, А. Н.Мизин. — М., 1998.
12. Барчукова Г. В. Предшествующая двигательная активность в системе технико-тактического совершенствования в настольном теннисе: учеб. пособие для студентов / Г.В. Барчукова, А.Н.Мизин. — М., 1997.
13. Барчукова Г. В. Соревновательные и тренировочные нагрузки в настольном теннисе // Сборник трудов молодых ученых и студентов РГАФК / Г. В. Барчукова, А.С.Фомичев. — М., 2000.
14. Барчукова Г. В. Пульсовые режимы игры в настольный теннис // Физиология мышечной деятельности / Г. В. Барчукова, А. С. Фомичев. — М., 2000.

15. Барчукова Г. В. Настольный теннис в вузе: учеб. пособие для студентов не физкультурных вузов / Г.В.Барчукова, А.Н.Мизин. — М., 2002.
16. Барчукова Г. В. Программа дисциплины «настольный теннис» федерального компонента цикла СД ГОС по направлению 521900 «Физическая культура» по специальности 02230 «Физическая культура и спорт» / Г. В. Барчукова, О.В.Матыцин — М., 2002.
17. Матыцин О. В. Научно-практические аспекты исследования особенностей личности высококвалифицированных спортсменов по настольному теннису // Теория и практика физической
18. Матыцин О. В. Многолетняя подготовка спортсменов в настольном теннисе / О. В. Матыцин. — М., 2001.
19. Настольный теннис / Под ред. Сюй Янь Шена; пер. с кит. — М., 1987.
20. Настольный теннис: Неизвестное об известном / Под ред. О. В. Матыцина. — М., 1994.
21. Портных Ю.И. Психологическая подготовка игроков в настольном теннисе / Ю.И.Портных, Л.К.Серова — СПб., 1997.
22. Портных Ю.И. Психологическая подготовка игроков в настольном теннисе: Лекция для студентов, слушателей ФПК, аспирантов, тренеров-преподавателей / Ю.И.Портных, Л.К.Серова. — СПб., 1997.
23. Серова Л. К. Содержание спортивной подготовки в настольном теннисе. Курс лекций / Л. К. Серова. - СПб., 2001.
24. Фомичев А. С. Соревновательные и тренировочные нагрузки в подготовке высококвалифицированных игроков в настольный теннис: Дис магистра физ. культуры / РГ АФК. — М., 1999.
25. Фримерман Э. Я. Настольный теннис. Краткая энциклопедия / Сост серии В.Л.Штейнбах / Э.Я.Фримерман. — М., 2005.
26. Фримерман Э.Я. Краткая спортивная энциклопедия. Настольный теннис. Олимпия пресс, 2005г.
27. Барчукова Г.В., Богушас В.М.М., Матыцин О.В. Теория и методика настольного тенниса. Физическая культура и спорт. Академия 2006г.
28. Худец Р. Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым. Виста спорт, 2005г.

