

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№ 3 им. В.Н. Щеголева
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЗАКРЫТОГО
АДМИНИСТРАТИВНО - ТЕРРИТОРИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕТЛЫЙ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

ПРИНЯТА

педагогическим советом МОУ
СОШ № 3 им. В.Н. Щеголева

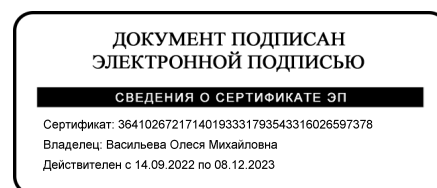
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ СОШ № 3
им. В.Н. Щеголева

Приказ № 275 от 30.08.2023 г.

_____/О.М. Васильева/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Настольный теннис»

для 5-9 класса основного общего образования
на 2023-2025 уч.год

Составитель:

Учитель физической культуры
Дмитриева Е.Б.

**ЗАТО п.Светлый
2023 год**

Рабочая программа МОУ СОШ №3 им.В.Н.Щеголева по внеурочной деятельности «Настольный теннис» составлена учителем физической культуры Дмитриевой Еленой Борисовной на основании программы по организации работы спортивных секций в школе (автор-составитель А.Н. Каинов) с использованием литературных источников по настольному теннису.

В учебном плане МОУ СОШ №3 им.В.Н.Щеголева на внеурочную деятельность «Настольный теннис» в 6-9 классах отведен 1 час в неделю, в год – 34 часа. Срок выполнения программы 2 года, всего 68 часов. Итого по программе: 34 часа в год.

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

Форма проведения занятий: индивидуальная, практическая, комбинированная, соревновательная.

Форма и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса:

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

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

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

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

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, - сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять приемы настольного тенниса, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять настольный теннис как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия настольного тенниса, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса

Физическая культура в современном обществе. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса. Правила безопасности игры. Правила соревнований.

Способы двигательной деятельности

Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».

Удары по мячу накатом. Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча.

Основные положения теннисиста. Исходные положения, выбор места. Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные и двухшажные перемещения. Поддача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Поддачи: короткие и длинные. Поддача накатом, удары слева, справа, контркат (с поступательным вращением). Удары: накатом с

подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.

Тактика одиночных игр. Игра в защите. Основные тактические комбинации.

При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача. При подаче соперника: а) при длинной подаче — накат по прямой; б) при короткой подаче — несильный кистевой накат в середину стола.

Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.

Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка. Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях. Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре.

Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).

Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.

Игра у стола. Игровые комбинации. Подготовка к соревнованиям (разминка общая и игровая).

Результаты освоения курса

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры. Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися, опрос, участие в школьных и муниципальных соревнованиях. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

К концу года:

Будут знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- узнают правила игры в настольный теннис;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

Будут уметь:

- Проводить специальную разминку для теннисиста
- Овладеют: основами техники настольного тенниса;
- основами судейства в теннисе;
- Смогут составить график соревнований в личном зачете и определить победителя;

Разовьют следующие качества:

улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ
ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ**

Содержание занятий		Теоретические сведения	часы
1.	Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Оборудование и инвентарь.		1
2.	Гигиена и врачебный контроль. Меры безопасности. Правила игры в настольный теннис.		1
Итого:			4
Практические занятия			
1.	Общая и специальная подготовка		6
2.	Основы техники и тактики игры		54
3.	Контрольные игры.		2
Итого за 1 год:			34
Всего часов за 2 года:			68

Календарно тематическое планирование по настольному теннису 5-9 классы

№ п/п	тема занятия	кол-во часов	цели и задачи занятия	Оборудование и инвентарь	предметные результаты	планируемые результаты	Личные результаты	Дата	
						ууд (познавательные, регулятивные, коммуникативные)			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	Введение в мир настольного тенниса. Техника безопасности при проведении занятий по настольному теннису. Стойка игрока.	1	- Знакомство с видом спорта- развитие гибкости лучезапястного сустава. - воспитание умения слушать и выполнять команду	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь быть дисциплинированным на занятиях по настольному теннису	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с настольным теннисом Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении целей.		
2	Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Передвижение шагами, выпадами, прыжками. Способы держания ракетки.	1	- обучение техники хвата ракетки. - развитие гибкости лучезапястного сустава. - воспитание умения слушать и выполнять команду	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь занимать исходное положение и выполнять хватку ракетки	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с настольным теннисом, хватка теннисной ракетки, теннисного мяча, способы перемещения. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры		

3	Оборудование и инвентарь. Исходное положение при подаче стойки теннисиста, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Способы держания ракетки.	1	- обучение игровым стойкам - развитие координации движения - воспитание терпению	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь управлять теннисной ракеткой, жонглировать	планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры		
4	Гигиена и врачебный контроль. Перемещение близко у стола и в средней зоне. Правильная хватка ракетки испособыигры.	1	- обучение способам перемещения по площадке - развитие координации - воспитание трудолюбия.	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь перемещаться вперед и назад	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, способы перемещения, основы техники игры; подачи Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;		
5	Правила игры в настольный теннис. Перемещение игрока	1	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь подсчитывать ЧСС, определять степень утомления	Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач		

	при сочетании ударов справа и слева. Правильная хватка ракетки и способы игры.		трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости						
6	Удары по мячу	3	- обучение технике подачи - развитие координации движений - воспитание трудолюбия	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять подачу открытой и закрытой сторонами ракетки	<p>Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, подачи и удары</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p>	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;		
7	Удары по мячу	3	- обучение технике высоко - дальнего удара. - развитие силы удара - воспитание трудолюбия	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять высоко - дальние удары		Активно включаться в работу, проявлять смекалку и сообразительность		
8	Удары по мячу	1	- обучение технике мягким ударам перед собой - развитие гибкости лучезапястного	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять мягкие удары перед собой	<p>Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, удары справа и слева открытой, закрытой стороной ракетки, контрольное</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о		

						выполнение подачи.	качествах хорошего ученика;		
9	Удары по мячу	1	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно выполнять физические упражнения на развитие двигательных качеств	Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач		
10	Подачи.	4	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять подачи	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, плоской подачи, коротким ударам. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый	Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности		
11	Подачи.	4	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять подачу разной траектории	действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений		

			- воспитание эмоциональной устойчивости						
12	Подачи.	5	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание психологической устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь подавать подачу и выполнять удары	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач		
13	Подачи.	1	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно выполнять физические упражнения на развитие двигательных качеств		Активно включаться в работу, проявлять смекалку и сообразительность		
14	Удар без вращения мяча (толчок) справа, слева.	5	- обучение технике - развитие гибкости плечевого сустава - воспитание правильного выполнения команд	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь наносить удары справа	Регулятивные: использовать игровые действия настольного тенниса для развития физических качеств. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.	Стремление преодолевать себя		
15	Удар без вращения	5	- обучение технике - развитие мышц	Теннисный стол, ракетки,	Уметь быстро перемещениям	Коммуникативные:	Анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы,		

	мяча (толчок) справа, слева.		брюшного пресса - воспитание нравственности	теннисный мяч.		соблюдать правила безопасности.	проявлять настойчивость в достижении цели,		
16	Удар без вращения мяча (толчок) справа, слева.	1	- обучение технике - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание самостоятельности	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять удар без вращения	Регулятивные: использовать игру настольный теннис в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
17	Удар без вращения мяча (толчок) справа, слева.	1	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно выполнять физические упражнения на развитие двигательных качеств	Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технической действий	Подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.		
18	Удар «накат» справа и слева на столе.	5	- обучение технике - развитие гибкости голеностопного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять удар «накат»	Регулятивные: использовать игры в организации активного отдыха. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач		
19	Удар «накат» справа и слева на столе.	1	- повторение техники	Теннисный стол, ракетки,	Уметь последовательно выполнять подачу	Коммуникативные: взаимодействовать со	Проявлять правильно		

			<ul style="list-style-type: none"> - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание эмоциональной устойчивости 	теннисный мяч.	и удары	сверстниками в процессе совместного освоения технического действий.	взаимодействовать с другими людьми (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.);		
20	Удар «накат» справа и слева на столе.	1	<ul style="list-style-type: none"> - повторение техники - развитие гибкости голеностопного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять удары «накат» справа	<p>Регулятивные: уважительно относиться к партнеру.</p> <p>Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов.</p> <p>Коммуникативные:</p>	Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и		
21	Удар «накат» справа и слева на столе.	1	<ul style="list-style-type: none"> - закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять удары «накат» слева на столе	<p>взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий теннисиста</p>	Воспитывать в себе волю к победе		
22	Выбор позиции.	5	<ul style="list-style-type: none"> - повторение техники - развитие силы рук и плечевого пояса - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь быстро занимать исходное положение и выполнять удары в зависимости от полёта теннисного мяча	<p>Регулятивные: выполнять правила игры.</p> <p>Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>Коммуникативные:</p>	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению		
23	Выбор позиции.	1	<ul style="list-style-type: none"> - повторение техники - развитие силы рук и плечевого 	Теннисный стол, ракетки,	Уметь быстро принимать решение, выполнять		Формирование социальной роли ученика. Формирование		

			пояса - воспитание эмоциональной устойчивости	теннисный мяч.	технически правильно	соблюдать правила безопасности.	положительного отношения учению		
24	Игра в «крутиловку» вправо и влево.	2	- повторение техники - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять Мягкие удары с перемещением вперед	Регулятивные: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности.	Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательност и		
25	Игра в «крутиловку» вправо и влево.	1	- повторение техники - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять Мягкие удары с перемещением вперед	Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий настольного тенниса	Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательност и		
26	Свободная игра на столе	2	- разучивание комбинации - развитие гибкости плечевого сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь выполнять подачу, нападающий удар, мягкий удар (подставка)	Познавательные: Уметь использовать наглядные модели; находить ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; Регулятивные: принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу.	Стремление к победе, умиендостойно проигрывать		
27	Свободная игра на столе	1	- закрепление материала - развитие мышц спины - воспитание трудолюбия	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь работать в группе, исправлять ошибки одноклассников	Коммуникативные: формулировать собственное мнение.	Стремление к победе, умиендостойно проигрывать Формирование потребности к ЗОЖ		

			<ul style="list-style-type: none"> - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости 						
28	Игра на счет из одной, трёх партий	2	<ul style="list-style-type: none"> - обучение технике - развитие гибкости лучезапястного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь работать в группе, исправлять ошибки одноклассников	<p>Познавательные: Уметь использовать наглядные модели; находить ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p>Регулятивные: принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу.</p> <p>Коммуникативные: формулировать собственное мнение.</p>	Воспитывать в себе волю к победе. Проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений		
29	Игра на счет из одной, трёх партий	1	<ul style="list-style-type: none"> - повторение техники - развитие гибкости плечевого сустава - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила игры	<p>Познавательные: понимание и принятие цели. координацию, включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p>Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p>	Воспитывать в себе волю к победе. Проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений		
30	Тактика игры с разными противниками	1	<ul style="list-style-type: none"> - обучение техники - развитие гибкости голеностопного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила игры	<p>Познавательные: понимание и принятие цели. координацию, включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p>Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p>	Воспитывать в себе волю к победе. Проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений		
31	Тактика игры с разными противниками	1	<ul style="list-style-type: none"> - обучение техники - развитие гибкости 	Теннисный стол, ракетки,	Уметь самостоятельно играть в настольный	<p>Познавательные: понимание и принятие цели. координацию, включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p>Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p>	Проявлять координацию, внимание, быстроту и		

			голеностопного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	теннисный мяч.	теннис, соблюдая правила игры	Коммуникативные: задавать вопросы.	ловкость во время проведения игры.		
32	Основные тактические варианты игры.	1	совершенствование техники короткой подачи в переднюю зону - развитие гибкости голеностопного сустава - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила игры	Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.		
33	Основные тактические варианты игры.	1	совершенствование техники высоко далекой подачи до задней линии площадки, - развитие гибкости голеностопного сустава, - воспитание эмоциональной устойчивости	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила игры	Коммуникативные: контролировать действия партнера.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.		

34	Соревнования	1	<ul style="list-style-type: none"> - повторение техники, - развитие гибкости голеностопного сустава, - воспитание эмоциональной устойчивости 	Теннисный стол, ракетки, теннисный мяч.	Уметь самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила игры	<p>Регулятивные: выполнять правила игры.</p> <p>Познавательные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p>	<p>Воспитывать в себе волю к победе.</p> <p>Проявлять координацию, внимание, быстроту иловкость вовремя проведения игры.</p>		
----	--------------	---	---	---	--	---	--	--	--

