**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

 **«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»**

Рабочая программа дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности «Настольный теннис» (специальный курс) адресована глухим обучающимся на уровне начального общего образование, основного общего образования составлена и среднего общего образования на основе следующих документов: Федерального Закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р; Приказа Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей; Примерной дополнительной общеразвивающей программы по курсу «Настольный теннис: 1-4 классы» для глухих обучающихся. /Автор – сост. Загоровская С.А. - ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО». – Донецк: 2019.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК)**

Наличие учебников не предусмотрено программой

**Учебный план (количество часов):**

1-й год обучения – 3 часа в неделю, 102 часов в год.

2-й год обучения - 3 часа в неделю, 102 часов в год.

3-й год обучения – 3 часа в неделю, 102 часов в год.

4-й год обучения – 3 часа в неделю, 102 часов в год.

**Основная цель** программы- гармоничное развитие обучающихся, всестороннее совершенствование их двигательных способностей, укрепление здоровья, воспитание устойчивого интереса и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, привитие навыков, позволяющих в дальнейшем заниматься спортом всю жизнь, поддерживая тем самым свое физическое состояние.

**Задачи курса:**

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и специальной направленностью средствами игры в настольный теннис;

- приобретение знаний о ценностях физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни, воспитании волевых, нравственных и эстетических качеств личности;

- обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств с учетом

индивидуальных особенностей развития средствами настольного тенниса;

- развитие ловкости, скоординированности движений рук и ног, коррекция нарушения осанки, развитие отстающих от нормы двигательных реакций, формирование двигательной памяти и умения сохранять статическое и двигательное равновесие, связанное с индивидуальными расстройствами вестибулярного аппарата и ориентировкой в пространстве;

- подготовка опорно-двигательного аппарата и на этой основе обучение обучающихся основным базовым элементам настольного тенниса: накатам и ударам справа, слева; подрезки; подаче и топ-спину справа, слева;

- создание общего положительного настроя на занятия физической культурой посредством большой вариативности занятий, использования разнообразных упражнений и игр, поощрения позитивной двигательной активности;

- сформированность культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами игры в настольный теннис для овладения глухими обучающимися;

- создание мотивации обучающихся по бережному отношению к собственному здоровью, занятиям настольным теннисом, совершенствованию физического, социального, психического и духовного составляющего здоровья;

- коррекция и компенсация нарушений физического развития и эмоционально-личностной сферы;

- обучение простейшим способам контроля физической нагрузки, отдельных показателей физического развития и физической подготовленности;

-владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в учебно-тренировочном процессе с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- сформированность жизненных ценностей обучающихся как основы социальной нормы;

-развитие принципов гармоничного сочетания нравственных, физических и интеллектуальных качеств личности;

- раскрытие личностного потенциала обучающихся посредством соревновательного элемента в настольном теннисе;

- знакомство с общей теорией игры, основными понятиями счёта в настольном теннисе;

- обучение постановке и решению двигательных задач через освоение основ техники и тактики настольного тенниса;

- воспитание интереса к спортивному досугу, в частности к игре в настольный теннис, и спортивным мероприятиям;

- привитие обучающим навыков личной и общественной гигиены в быту, труде, на учебных занятиях, в том числе на занятиях настольным теннисом;

- развитие координационных движений (точное воспроизведение пространственных, временных и силовых характеристик движения, сохранение равновесия, быстрое и своевременное реагирование на изменяющиеся ситуации, согласованность одновременных и последовательных движений различными частями тела, воспроизведение темпа и ритма движений);

- развитие кондиционных способностей (скоростным, силовым, скоростно-силовым, общей выносливости, гибкости);

- умение дифференцировать пространственные и мышечные усилия, координировать речь с движением;

- развитие общей, мелкой и артикуляционной моторики.

**Личностные универсальные учебные действия**

*Обучающиеся получат возможность* *научиться:*

- понимать влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья и физическое развитие;

- основам вида спорта и здорового образа жизни; правила обращения со спортивными снарядами, инвентарем и оборудованием; требования к подготовке и уборке мест занятий; правила безопасного поведения учащихся в раздевалках и во время занятий; простейшие правила регулирования физической нагрузки при самостоятельных занятиях, правила игры в настольный теннис;

- выполнять строевые упражнения, разновидности ходьбы и бега, упражнения для формирования правильной осанки, общеразвивающие упражнения, прыжковые упражнения, разновидности перемещений у теннисного стола, владеть системой практических умений и навыков, техническими элементами игры в настольный теннис;

- применять технико-тактические модели индивидуальных и командных действий, уметь вести судейство;

- понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности;

- развивать (соревновательный элемент) качества лидера, воспитывать целеустремлённость.

**Метапредметные универсальные учебные действия**

*Обучающиеся получат возможность научиться:*

- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы в познавательной деятельности;

- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- оценивать правильность выполнения обучающих задач;

- основам самоконтроля, самооценки, принятия самостоятельных решений;

- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- развитие устной речи: выделять имя существительное и имя прилагательное как части речи; определять смысловое и содержательное отличия при использовании различных прилагательных к одному и тому же существительному: медленный, быстрый бег; специальная, спортивная подготовка; игра в защите и в нападении.

**Предметные универсальные учебные действия**

*Обучающиеся получат возможность научиться:*

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного досуга;

- наблюдать за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок, определять индивидуальные режимы физической нагрузки;

- основным способам самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- самостоятельно заниматься физическими упражнениями; овладению техникой выполнения элементов настольного тенниса, использование их в тренировочном процессе с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- бережному отношению к собственному здоровью, занятиям спортом, совершенствованию физического, социального, психического и духовного составляющего здоровья; углублениею знаний о собственном здоровье, физическом развитии, необходимости ведения здорового образа жизни, безопасном поведении, физической культуре личности;

- владеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в настольном теннисе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- максимально проявлять физические и технико-тактической способности по настольному теннису.

**1-й год обучения**

Техническая подготовка – 40 ч.

Тактическая подготовка – 30 ч.

Игровая подготовка – 20 ч.

Контрольные испытания – 12 ч.

**2-й-год обучения**

Техническая подготовка – 40 ч.

Тактическая подготовка – 30 ч.

Игровая подготовка – 20 ч.

Контрольные испытания – 12 ч.

**3-й год обучения**

Техническая подготовка – 35 ч.

Тактическая подготовка – 30 ч.

Игровая подготовка – 25 ч.

Контрольные испытания – 12 ч.

**4-й год обучения**

Техническая подготовка – 30 ч.

Тактическая подготовка – 30 ч.

Игровая подготовка – 30 ч.

Контрольные испытания – 12 ч