

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

 Ю.С. Тишковец

« 31 » 08 20 2022.

Дополнительная

общеразвивающая программа

Направленность программы: агитационно-просветительская

«Дружина Юных Пожарных»

36 часов

Руководитель кружка
«Дружина Юных Пожарных»
Е.А. Попова

Ст. Ленинградская

ДЮП

Раздел 1.

Планируемые результаты

- 1) развитие умений применять изученные понятия, результаты, методы для решения задач практического характера и задач из смежных дисциплин с использованием при необходимости справочных материалов;
- 2) развитие умений оценивать окружающие его предметы и явления с точки зрения пожарной безопасности;
- 3) развитие умений предвидеть возможность возникновения пожара и прогнозировать его последствия;
- 4) развитие и совершенствование навыков оказания первой помощи;
- 5) применение на практике методов и форм противопожарной безопасности;
- 6) планирование профилактической деятельности с ровесниками и младшими школьниками;
- 7) использование методов получения знаний, характерных для социальных и исторических наук: объяснение, использование статистических данных;
- 8) реализация своих творческих способностей при проведении профилактической работы по ППБ: составлять сценарии, выполнять рисунки;
- 10) развитие умений убеждать окружающих в необходимости проведения профилактической работы и привитие им навыков пожаробезопасного поведения;
- 11) осознание своей ответственности за качество выполненного проекта;
- 12) развитие умений презентовать свою работу, участвовать в обсуждении - коллективной оценочной деятельности;
- 13) развитие умений проводить игры, беседы с детьми младшего возраста, взаимодействовать с другими членами отряда ДЮП, с сотрудниками ГПС в процессе проведения профилактической работы.
- 14) приобретение обучающимися знаний по технике безопасности и жизненно-важным навыкам;
- 15) формирование интереса к регулярным занятиям спортом, повышение спортивного мастерства; овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической

принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение 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;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение 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;
- 7) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 9) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 10) использовать речь для регуляции своего действия;
- 11) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметно-информационная составляющая образованности:

- Знать причины пожароопасных ситуаций в школе, дома, на природе;
- Знать основные правила пожарной безопасности;
- Знать назначение и оборудование пожарного щита;
- Знать телефон вызова пожарной охраны.

Деятельностно-коммуникативная составляющая образованности:

- Умение правильно вызвать по телефону пожарную охрану;
- Умение предвидеть пожароопасные ситуации в школе и дома;

Умение правильно и безопасно выходить из задымленной квартиры;

Умение использовать первичные средства пожаротушения;

Умение оказывать первую помощь пострадавшим при отравлении угарным газом и при ожогах.

Ценностно-ориентационная составляющая образованности:

Способность к принятию правильных решений в пожароопасной ситуации;

Ответственное поведение и осознание ценности жизни человека при соблюдении правил пожарной безопасности;

Бережное отношение к окружающей природе.

Теоретическая часть предполагает: беседы, самостоятельный поиск информации, встречи с работниками противопожарной службы, работу с врачом школы, просмотры видеофильмов, презентаций на противопожарную тематику.

В практическую часть входят: экскурсии; спортивные соревнования; пожарно-спортивные эстафеты и соревнования; изготовление моделей, макетов; выпуск газет, листовок; проведение рейдов по выявлению нарушений противопожарного режима; работа с компьютером; театрализованные представления; участие в различных конкурсах.

Основными видами педагогического контроля являются:

- фиксирование методом наблюдения частоты участия детей в проводимых мероприятиях;
- анкетирование;
- тестирование два раза в год;
- разыгрывание ситуаций;
- деловые игры;
- оценка деятельности учащихся.

На основе этого у каждого ученика создаётся «Портфель достижений». В нём собирается накопительная база: различные жетоны за участие в мероприятиях, грамоты, благодарности, фотографии, анкеты, тесты, творческие работы.

Даная программа позволит выработать у детей навыки пожаробезопасного обращения с огнем, учитывая возрастные и психологические особенности детей младшего школьного возраста.

Обучаясь по данной программе, учащиеся должны усвоить все темы и приобрести следующие навыки:

- Уметь выявлять нарушения элементарных противопожарных правил в школах;

- Уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- Знать способы их применения при тушении пожаров;
- Осуществлять контроль за соблюдением правил ПБ при проведении праздников;
- Уметь оказывать первую медицинскую помощь;
- Преодолевать полосу препятствий.

Ожидаемые результаты.

Дети успешно прошедшие курс обучения, смогут самостоятельно ориентироваться в экстремальных ситуациях, оказывать первую медицинскую помощь, а также связать свою жизнь в будущем с профессией пожарного, медика или спасателя.

Раздел 2

Содержание курса

Цель программы:

Сохранение жизни и здоровья детей, повышение уровня знаний учащихся по пожарной безопасности и привлечение их к организации пропаганды пожаробезопасного поведения среди учащихся и населения в селе.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Обучение основам пожарной безопасности.
2. Обучение навыкам оказания первой доврачебной помощи.
3. Обучение умениям правильно действовать в экстремальной ситуации.
4. Ознакомление с особенностями применения специальных средств пожаротушения.

Развивающие:

1. Развитие организаторских способностей детей в процессе профилактической работы по противопожарной безопасности.
2. Развитие способности предвидеть и избегать возможности возникновения пожара.
3. Развитие памяти, внимания и творческих способностей.

Воспитывающие:

1. Формирование активной жизненной позиции, чувства ответственности за коллективное дело, дисциплинированности.
2. Формирование навыков осторожного обращения с огнём.

3. Воспитание толерантных отношений.
4. Осуществление профилактической работы по противопожарной безопасности среди детей.

Тема 1. Становление пожарного дела.

Опустошительные пожары на Древней Руси. Необходимость организованных государственных мер по борьбе с пожарами. История создания противопожарной службы. Государственная противопожарная служба. Цель её создания. Структура: пожарные части, государственный пожарный надзор. Добровольные пожарные формирования. Медали “За отвагу”, “ За спасение погибавших”. Закон РФ “О пожарной безопасности”. Указ Президента РФ “Об установлении Дня пожарной охраны”. Экскурсия в пожарную часть, районную пожарно-техническую выставку. Дружины юных пожарных.

5. *Практическое занятие*: знакомство с работой и деятельностью работников пожарной части. Экскурсия по пожарной части.

Тема 2. Профилактика пожаров.

Неосторожное обращение с огнем – причина возникновения пожара. Анализ возникновения пожаров. Неосторожное обращение с огнем при курении, пользовании приборами освещения с открытым пламенем. Небрежность при курении. Нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации электрических приборов. Неисправность электропроводки или нарушения правил эксплуатации электросети. Нарушение правил пожарной безопасности при эксплуатации бытовых газовых приборов.

Практическое занятие: решение ситуационных задач по теме способы прекращения пожаров.

Тема 3. Аварийные ситуации.

Пожарная безопасность-комплекс организованных мероприятий и технических средств, направленных на предотвращения пожара. Инженерно-технические мероприятия. Противопожарный режим. Правила содержания и эксплуатации первичных средств пожаротушения, внутренних пожарных кранов. Технические и автоматические средства противопожарной защиты.

Противопожарный режим в жилом доме: недопустимость применения открытого огня для отогревания замороженных систем центрального отопления, эксплуатации неисправных нагревательных приборов, использования керосина, бензина и других легкогорючих жидкостей для растопки печей, устройства на путях эвакуации кладовых и т.д.

Практическое занятие: обсуждение по теме правила поведения на пожаре.

Тема 4. Огнетушители.

Виды, назначения, правила содержания и порядок применения первичных средств тушения пожаров. История возникновения и развития огнетушащих средств. Классификация огнетушителей, область их применения.

Практическое занятие: Тренинги по освоению навыков использования различных средств пожарного тушения в быту, школе и т.д.

Тема 5. Люди огненной профессии

Необходимость профессии пожарного. Готовность пожарных немедленно прийти на помощь. Опасность огненной профессии. Условия, в которых работает пожарный. Работа с пожарно-техническим вооружением и знакомство с пожарной автотехникой. Государственная противопожарная служба. Структура. Встреча с сотрудниками пожарной охраны. Боевая одежда пожарного. Средства спасения при работе пожарного.

Практическое занятие: одевание одежды пожарного и вязка спасательных узлов на время.

Тема 6. Доврачебная медицинская подготовка

Освоение приемов оказания первой доврачебной помощи в аварийных ситуациях. Степени пожаров оказания помощи при ожогах. Отравления продуктами горения, оказание первой доврачебной помощи.

Практическое занятие: тренинги по освоению приемов по оказанию первой доврачебной помощи при ожогах

Тема 7. Пожарно-прикладной спорт.

Практическое занятие: Изучение правил соревнований по пожарно-прикладному спорту и нормативов спортивных разрядов. Учебно-тренировочные занятия: преодоление 80 и 100-метровой полосы с препятствиями; подъем по штурмовой лестнице на 2-й этаж учебной башни; пожарная эстафета (5 x 80,4 x 100); двоеборье; боевое развертывание

Итоги года.

Оценка своей работы. Обмен мнениями.

Раздел 3

Тематическое планирование

№ п/п	Основное содержание по темам	Виды деятельности	Формы организации	Часы
1.	Становление пожарного дела и история пожарной охраны и добровольного пожарного общества	Беседа о планах работы дружины юных пожарных. Выбор актива. Знакомство с оборудованием кабинета и необходимыми принадлежностями. Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий.	Круглый стол. Интерактивная викторина.	6
2.	Профилактика пожаров	Выступление (доклад): Меры пожарной безопасности при Проверка эвакуационных выходов. Изучение путей эвакуации.	Устное сообщение. Презентационное сопровождение.	8
3.	Аварийные ситуации	Выступления: Неосторожное обращение с огнем. Неправильная эксплуатация электросети. Шалость детей с огнем. Неосторожность старших при курении. Неосторожное обращение с пиротехническими средствами.	Инсценирование аварийных ситуаций.	2
4.	Огнетушители.	Лекция: Огнетушитель химический пенный. Углекислотные	Презентация. Мини-доклады.	3

		огнетушители. Порошковые огнетушители. Правила эксплуатации огнетушителей.		
5.	Люди «огненной» профессии	Рисунки на темы «Огонь не игра», «Люди «огненной» профессии»	Презентация. Деловая игра. Творческая деятельность	4
6.	Доврачебная медицинская подготовка	Выступление (доклад): Травмы, полученные при пожарах. Ожоги. Отравление угарным газом. Поражение электрическим током.	Компьютерная презентация. Выступления учащихся	6
7	Пожарно-прикладной спорт.	Выступление (доклад): Знакомство с пожарной техникой. Работа пожарного расчета.	Изготовление стенда «Уголок пожарной безопасности». Участие в городских соревнованиях среди ДЮОП.	4
8	Итоги	Викторина «Знаешь ли ты?»	Игра на противопожарную тему.	2
Итого				35

Приложение № 1

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Дата		Тема	Количество часов	Примечание
	План	Факт			
			Становление пожарного дела и история пожарной охраны и добровольного пожарного общества	6	
1			Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности.	1	
2			Положение о ДЮП – цели, задачи, права и обязанности членов дружины	1	
3			Образование Дружин юных пожарных в СССР.	1	
4			Почетная профессия «Пожарный»	1	
5			История развития пожарной охраны в Древнем Риме.	1	
6			История развития пожарной охраны в Древней Руси. История пожарной охраны в Ростовской области.	1	
			Профилактика пожаров	8	
7			Основные правила пожарной безопасности. Последствия пожаров	1	
8			Действия при пожаре в квартире, подъезде, соседней квартире	1	
9			Пожар автомобиля, в гараже, на балконе	1	

10			Лесные пожары.	1	
11			Молния, защита	1	
12			Способы прекращения пожаров. Противопожарный режим в школе	1	
13			Знаки пожарной безопасности и знаки различия на касках пожарных	1	
14			Электробезопасность. Виды пожаров	1	
			Аварийные ситуации	2	
15			Пожарные извещатели. Охранно – пожарная сигнализация.	1	
16			Чрезвычайные ситуации в быту: поражение током, утечка газа, разрушение	1	
			Огнетушители.	3	
17			Первичные средства пожаротушения.	1	
18			Виды огнетушителей. Их применение.	1	
19			Умение работать с огнетушителем при возникновении пожара.	1	
			Люди огненной профессии	4	
20			Профессия «пожарный»	1	
21			Служба "01".	1	
22			Боевая одежда пожарного	1	
23			Автотехника МЧС	1	
			Доврачебная медицинская подготовка	6	
24			Поражение током. Оказание	1	

			первой помощи.		
25			Ожоги. Виды ожогов. Оказание первой помощи.	1	
26			Практикум. Оказание первой помощи при поражении током и ожогах	1	
27			Обморожение. Оказание первой помощи.	1	
28			Оказание первой помощи при отравлении угарным газом	1	
29			Практикум. Оказание первой помощи при обморожениях и отравлении угарным газом	1	
			Пожарно-прикладной спорт.	4	
30			Пожарная эстафета	1	
31			Ситуационные задачи	1	
32			Игра «Спасатели»	1	
33			Игра «Кто первый позвонит в пожарную»	1	
			Итоги	2	
34			Викторина «Знаешь ли ты?»	1	
35			Обсуждение викторины. Подведения итогов работы кружка	1	

Список литературы

Основная и дополнительная

Список литературы для педагога:

Волонтерское движение школьников по профилактике пожароопасного поведения / под редакцией М.В.Батуриной. – Орск: Издательство ОГТИ, 2009 – 67с.

Т.А. Башкатова, В.А.Зубченко, В.П.Игошин, Н.А.Соловьева, Методические рекомендации по организации ДЮП и изучению правил пожарной

безопасности, Оренбург, 2003

О.В.Павлова, Г.П.Попова, Пожарная безопасность. Конспекты занятий и классных часов. Волгоград: Учитель, 2006 – 110 с.

Петина М.М., Салдеева М.Н. Методическое пособие о работе с детьми по предупреждению пожаров. Оренбург – 2006г.

Хаванцев В.Н., Чепурненко С.А., Карасев Д.В. Методическое пособие для проведения занятий по правилам пожарной безопасности – Самара 2001

Список литературы для обучающихся:

Т.Л.Броницкая Школа и пожарная безопасность. Оренбург 2007г

«Осторожно огонь». Е.Л.Попок

«Пособие для обучения детей правилам пожарной безопасности» г.Москва, 2006г.

«Чтобы не было пожара» Е.Л.Попок.

2.6.2 Наглядный материал

2.6.2 Наглядный материал (альбомы)

- слайды;

- авторские презентации;

- иллюстрации подобранные по темам программы.

2.6.3 Интернет источники

1 <http://www.filolog41.ukoz.ru>

2 <http://www.multiurok.ru>

3 <http://www.videouroki.net>

4 <http://5psy.ru>

5 www.centrdetki.ru

ПИНГ-ПОНГ

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по настольному теннису составлена на основании следующих нормативно - правовых документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 08 октября 2010 года № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений РФ».
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
5. от 30 июня 2020 года N 16 Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"
6. С учетом Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 2.

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана для учащихся 5-9 классов общеобразовательной школы и направлена на реализацию **спортивно-оздоровительного направления**.

Сроки реализации рабочей программы: 1 учебный год

В основе принципов создания программы лежит **концепция** личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Программа по физической культуре, направлена на :

-реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (поселковая школа).

- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор, и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной

деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Целью рабочей программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование у учащихся 5-9 классов основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, что соответствует цели физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение «школой движений»;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических

упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Задачи:

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис); • научить правильно регулировать свою физическую нагрузку; • обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса.

Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся:
воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.

На занятиях при изучении нового материала и закреплении практических умений и навыков используются различные формы и методы, соответствующие поставленным целям и задачам, а так же содержанию образовательной деятельности. (Это методы словесного восприятия, метод наглядности, практический метод, соревновательная и игровая форма.) Наибольший эффект и результат дают игровые и соревновательные формы, которые в основном и используются на занятиях.

Требования к уровню подготовки обучающихся

К концу первого полугодия:

Будут знать:

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

Будут уметь:

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

Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- Разовьют коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

К концу второго полугодия:

Будут знать:

- расширят знания о технических приемах в настольном теннисе;
- получат разносторонние знания о положении дел в современном настольном теннисе;

Будут уметь:

- Проводить специальную разминку для теннисиста
- Овладеют различными приемами техники настольного тенниса;
- Освоят приемы тактики игры в настольный теннис;
- Овладеют навыками судейства в теннисе, навыками организации мини-турнира.
- Овладеют навыками общения в коллективе;
- будут иметь сформированные навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга; Разовьют следующие качества:
- улучшат большинство из показателей физических качеств:

координации движений, быстроты реакции и ловкости, общей выносливости организма к продолжительным физическим нагрузкам;

- повысится уровень противостояния организма обучающихся стрессовым ситуациям
- Освоят накат справа и слева по диагонали;
- Освоят накат справа и слева поочередно «восьмерка»;
- Освоят накат справа и слева в один угол стола;
- Научатся правильно делать подрезки справа и слева в любом направлении;

Формы подведения итогов:

Соревнования, спортивные праздники, тесты, выполнение нормативов.

Место учебного предмета в учебном плане

Время, отведенное на внеурочную деятельность настольный теннис составило 1 часа в неделю (34 часа в год).

Содержание материала

Знания о физической культуре

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.

Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Поддачи: короткие и длинные. подача накатом, удары слева, справа, контрнакат (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).

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Учебный план программы «Настольный теннис»

№	Виды программного материала	Количество часов (уроков)
1	Теория	3
2	Общефизическая подготовка	3
3	Специальная физическая подготовка	2
4	Обучение техническим приёмам	10
5	Интегральная подготовка	7
6	Обучение тактическим действиям и онная игра	11
7	Итого:	36

2.2. Календарный учебный график

Начало учебного года: 01 сентября.

Конец учебного года: 31 мая.

Календарный учебный график утверждается ежегодно.

2.3. Материально-технические и кадровые условия

- Материально-технические условия:

Местом проведения занятий является игровой. Игровой зал хорошо освещен, без прямого попадания света в глаза играющих. Помещение хорошо проветривается. В игровом зале есть два теннисных стола с хорошим импортным покрытием, идеально натянутой сеткой, комплектом теннисных ракеток в количестве 8 штук, и 10 мячей для игры в настольный теннис.

2.4. Тематическое планирование.

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Физическая культура в современном обществе.	1	Знать т/б на уроках по настольному теннису
2	История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе.	1	Знать теоретический материал по настольному теннису
3	Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	1	Знать теоретический материал по настольному теннису
4	Правила безопасности игры. Правила соревнований.	1	Знать теоретический материал по настольному теннису
5	Выбор ракетки и способы держания.	1	Знать теоретический материал по настольному теннису
6	Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».	1	Знать теоретический материал по настольному теннису

7	Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».	1	Знать теоретический материал по настольному
8	Удары по мячу накатом.	1	Уметь выполнять удары по мячу накатом
9	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	1	Уметь выполнять удар по мячу с полулета, удар подрезка, толчок
10	Игра в ближней и дальней зонах.	1	Уметь играть в ближней и дальней зонах
11	Вращение мяча.	1	Уметь выполнять вращение
12	Основные положения теннисиста.	1	Уметь выполнять основные положения теннисиста.
13	Исходные положения, выбор места.	1	Уметь выполнять исходные положения, выбор места
14	Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски.	1	Уметь выполнять способы перемещения. Шаги, выпады, броски
15	Одношажные и двухшажные перемещения.	1	Уметь выполнять одношажные и двухшажные перемещения
16	Подача (четыре группы подач: верхняя, нижняя и со смешанным вращением).	1	Уметь выполнять подачи (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением)
17	Подачи: короткие и длинные.	1	Уметь выполнять подачи: и длинные
18	Подача накатом, удары слева, справа,	1	Уметь выполнять подача

	контрнакат (с поступательным вращением).		удары слева, справа, контрнакат (с поступательным вращением)
19	Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.	1	Уметь выполнять удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.
20	Тактика одиночных игр	1	Уметь выполнять тактические действия в одиночных играх
21	Игра в защите	1	Уметь играть в защите
22	Основные тактические комбинации. При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача.	1	Уметь выполнять основные тактические комбинации
23	Основные тактические комбинации При подаче соперника: а) при длинной подаче — накат по прямой; б) при короткой подаче — несильный накат в середину стола.	1	Уметь выполнять основные тактические комбинации
24	Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.	1	Уметь выполнять подачи с учетом атакующего и защищающего соперника.
25	Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка.	1	Знать основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка
26	Упражнения с мячом и ракеткой.	1	Уметь выполнять

	Вращение мяча в разных направлениях.		упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях
27	Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные) и в игре.	1	Уметь выполнять атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре
28	Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).	1	Уметь выполнять передвижения у стола
29	Основы тренировки теннисиста. общефизическая подготовка.	1	Знать основы тренировки теннисиста. Общефизической подготовки
30	Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.	1	Уметь выполнять удары: накатом у стенки, удары на точность.
31	Игра у стола. Игровые комбинации.	1	Уметь играть у стола
32	Игра у стола. Игровые комбинации.	1	Уметь играть у стола
33	Игра у стола. Игровые комбинации.	1	Уметь играть у стола
34	Соревнования	1	Уметь играть у стола
35	Соревнования	1	Уметь играть у стола
36	Соревнования	1	Уметь играть у стола

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для определения результатов образовательной деятельности и для определения достижения обучающимися планируемых результатов используются (анкеты, тесты, опросы, метод педагогического наблюдения, выполнение контрольных нормативов)

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В программе «настольный теннис» использованы современные педагогические технологии коллективного или группового взаимообучения. По мнению создателей данной технологии А.Г. Ривина и В.К. Дьяченко, основные принципы предложенной системы-самостоятельность и коллективизм (все учат каждого и каждый учит всех). Можно выделить уровни коллективной деятельности;

- одновременная работа со всей группой;
- работа в парах

Во время групповой работы педагог выполняет различные функции: контролирует, поправляет, оказывает помощь, советует, отвечает на вопросы, регулирует споры.

Технологии коллективного взаимообучения предлагает организацию совместных действий, коммуникацию и общение, взаимопонимание педагога и детей. В программе также применяются элементы здоровьесберегающих технологий (А.В.Акимов), технологии индивидуального обучения.

Использование учебно-лабораторного оборудования

в рамках реализации ФГОС на внеурочной деятельности

Планируя внеурочную деятельность, включаю в работу современное учебно-лабораторное оборудование такое, как ноутбук. Его я использую для поиска, сбора, обработки и хранения данных. Это и разработки уроков, и презентации, и иллюстративный материал.

Дополнительно использую ксерокс, сканер, принтер. Это оборудование используется для тиражирования на печатных носителях, что помогает при проведении проведения контрольных и проверочных работ, индивидуальной работы, работы с тестами, тренажёрами. Использование интерактивной доски позволяет на внеурочной деятельности показывать слайды, видео, даёт возможность работать с рисунком, схемой, картиной; сохранять нанесённые изображения в виде файла, обмениваться ими по каналам связи.