

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА №55  
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТА**

Педагогическим Советом  
ГБОУ школы № 55  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.08.2023 № 1



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ школы № 55  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ Андреева Е.В.  
Приказ от 28.08.2023 № 13

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

к дополнительной общеразвивающей программе  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**«Игровые виды спорта (настольный теннис)»**  
на 2023-2024 учебный год

Возраст учащихся: 8-14 лет

Год обучения: 1-ый

Разработчик:

Филиппов Владислав Витальевич

педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «настольный теннис» и имеет физкультурно-спортивную направленность и предполагает базовый уровень освоения.

В группе – не менее 15 человек;

На 1 год обучения принимаются все желающие независимо от природных данных. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача к занятиям настольный теннис.

Цель программы «настольный теннис» - 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.

### Задачи 1-го года обучения

#### *Обучающие:*

- обучить учащихся техническим приемам настольного тенниса;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- дать необходимые дополнительные знания и умения в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам настольного тенниса;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

#### *Развивающие:*

- ·развить координацию движений и основные физические качества.
- ·способствовать повышению работоспособности учащихся,
- ·развивать двигательные способности,
- ·формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;

#### *Воспитательные:*

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- ·воспитывать дисциплинированность;
- ·способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- способствовать работе в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели.

### Планируемые результаты

#### *Личностными* результатами являются:

- Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и потребности в систематических и самостоятельных занятиях волейболом.
- Укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности.
- Формирование таких положительных черт характера, как воля, настойчивость, активность.
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

#### *Метапредметными* результатами:

- устойчивый познавательный интерес к спорту;

- умение участвовать в спортивной жизни класса, школы, района и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных спортивных задач.
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- ведение здорового образа жизни;
- воспитание дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей.

*Предметными* результатами являются:

- знание основных элементов техники настольного тенниса;
- знание профессиональной терминологии;
- знание правил соревнований
- знание основных закономерностей физического воспитания, умений и навыков в различных видах спорта.

### **Содержание программы:**

.№ п/п	Дата проведения		Тема	Кол-во часов	Организация деятельности	Формы контроля
	План	Факт				
1			Организационное занятие. Введение, техника безопасности. Гигиена.	2	Аудиторно-самостоятельная	Входной контроль
2			Теоретическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
3			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
4			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
5			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
6			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
7			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
8			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
9			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
10			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
11			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
12			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
13			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
14			Общая физическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль





65			Технико-тактическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
66			Технико-тактическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
67			Технико-тактическая подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
68			Соревнования	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
69			Соревнования	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
70			Контрольные испытания	2	Аудиторно-самостоятельная	Текущий контроль
71			Судейская подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Итоговый контроль
72			Судейская подготовка	2	Аудиторно-самостоятельная	Итоговый контроль
<b>Итого</b>				<b>144</b>		

## Содержание программы

### 1. Организационное занятие. Введение, техника безопасности, гигиена.

Теория: инструктаж по технике безопасности; повторение пройденного, культура поведения на занятиях, требования к форме и внешнему виду, планы на год и режим занятий. Термин «Гигиена», необходимость ее соблюдения.

Практика: введение в программу первого года обучения, обсуждение целей и задач обучения.

Контроль: входящий

### 2. Теоретическая подготовка. Теория: объяснение правил настольного тенниса,

размеры стола и виды ракеток. Инвентарь и оборудование. Информация о спортивном инвентаре, его различии по качеству. Правила безопасной игры.

Практика: просмотр матчей, отработка способов построения атаки и защиты. Виды хвата теннисной ракетки.

Контроль: текущий

### 3. Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение выполнения общеразвивающих упражнений, темпа, количество повторений. Значение упражнений для теннисиста.

Практика: Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).

Контроль: текущий

### 4. Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение выполнения общеразвивающих упражнений, темпа, количество повторений. Значение упражнений для теннисиста.

Практика: Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).

Контроль: текущий

## 5 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение выполнения общеразвивающих упражнений, темпа, количество повторений. Значение упражнений для теннисиста.

Практика: Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат).

Контроль: текущий

## 6 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом и правил подвижных игр.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Подвижные игры с теннисным мячом.

Контроль: текущий

## 7 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом и правил подвижных игр.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Подвижные игры с теннисным мячом.

Контроль: текущий

## 8 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом и правил подвижных игр.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Подвижные игры с теннисным мячом.

Контроль: текущий

## 9 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом и правил подвижных игр.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Подвижные игры с теннисным мячом.

Контроль: текущий

## 10 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом и правил подвижных игр.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Подвижные игры с теннисным мячом.

Контроль: текущий

## 11 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом для эстафет.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения на координацию движений. Эстафеты с мячом, палками, обручем, преодоление различных препятствий.

Контроль: текущий

## 12 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом для эстафет.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения на координацию движений. Эстафеты с мячом, палками, обручем, преодоление различных препятствий.

Контроль: текущий

## 13 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом для эстафет.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения на координацию движений. Эстафеты с мячом, палками, обручем, преодоление различных препятствий.

Контроль: текущий

## 14 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом для эстафет.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения на координацию движений. Эстафеты с мячом, палками, обручем, преодоление различных препятствий.

Контроль: текущий

15 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений с мячом для эстафет.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения на координацию движений. Эстафеты с мячом, палками, обручем, преодоление различных препятствий.

Контроль: текущий

16 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений акробатики.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для развития прыжковой ловкости. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Контроль: текущий

17 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений акробатики.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для развития прыжковой ловкости. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Контроль: текущий

18 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений акробатики.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для развития прыжковой ловкости. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Контроль: текущий

19 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений акробатики.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для развития прыжковой ловкости. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Контроль: текущий

20 Общая физическая подготовка.

Теория: объяснение различных упражнений акробатики.

Практика: Общеразвивающие упражнения: Упражнения для развития прыжковой ловкости. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).

Контроль: текущий

21 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

22 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

23 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.



Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

24 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

25 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

26 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

27 Общая физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся, гигиена, самоконтроль на занятиях настольным теннисом.

Практика: Общеразвивающие упражнения. Жонглирование мячом. Беговые упражнения (беговые ускорения, бег с различным подниманием колен, бег боком, спиной. Небольшие марафоны по времени.

Контроль: текущий.

28 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча». Способы ловли мяча. Жонглирование мячом. Упражнения на развитие внимания и быстроту реакции.

Контроль: текущий

29 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча». Способы ловли мяча. Жонглирование мячом. Упражнения на развитие внимания и быстроту реакции.

Контроль: текущий

30 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча». Способы ловли мяча. Жонглирование мячом. Упражнения на развитие внимания и быстроту реакции.

31 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча». Способы ловли мяча. Жонглирование мячом. Упражнения на развитие внимания и быстроту реакции.

Контроль: текущий

32 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча»: Ознакомление с основными приемами подачи мяча: челнок, маятник, прием подач ударом.

Контроль: текущий

33 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: упражнений на развитие «чувства мяча»: Ознакомление с основными приемами подачи мяча: челнок, маятник, прием подач ударом.

Контроль: текущий

34 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Теория вращения мяча. Траектория и полет вращающегося мяча. Виды вращения мяча. Способы вращения мяча. Подрезка мяча. Преимущества и недостатки подрезки.

Контроль: текущий

35 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Теория вращения мяча. Траектория и полет вращающегося мяча. Виды вращения мяча. Способы вращения мяча. Подрезка мяча. Преимущества и недостатки подрезки.

Контроль: текущий

36 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Теория вращения мяча. Траектория и полет вращающегося мяча. Виды вращения мяча. Способы вращения мяча. Подрезка мяча. Преимущества и недостатки подрезки.

Контроль: текущий

37 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Накат мяча. Преимущества внешнего вращения. Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.

Контроль: текущий

38 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Накат мяча. Преимущества внешнего вращения. Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.

Контроль: текущий

39 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Накат мяча. Преимущества внешнего вращения. Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.

Контроль: текущий

40 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Накат мяча. Преимущества внешнего вращения. Маятниковый удар. Отличительные особенности удара.

Контроль: текущий

41 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Парные игры.

Контроль: текущий

42 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Парные игры.

Контроль: текущий

43 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Парные игры.

Контроль: текущий

44 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Игра «колбаса» Передвижения.

Контроль: текущий

45 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Жонглирование мячом. Контроль дистанции.

Контроль: текущий

46 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Жонглирование мячом. Контроль дистанции.

Контроль: текущий

47 Специальная физическая подготовка.

Теория: упражнения на «чувство мяча» развивают способность тонко дифференцировать выполняемые движения.

Практика: Жонглирование мячом. Контроль дистанции.

Контроль: текущий

48 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Личная система защиты. Действия игроков в защите. Применение стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.

Контроль: текущий

49 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Личная система защиты. Действия игроков в защите. Применение стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.

Контроль: текущий

50 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Личная система защиты. Действия игроков в защите. Применение стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.

Контроль: текущий

51 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Личная система защиты. Действия игроков в защите. Применение стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.

Контроль: текущий

52 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Имитация перемещений с выполнением ударов. Тактика выполнения и приема подачи.

Контроль: текущий

53 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Имитация перемещений с выполнением ударов. Тактика выполнения и приема подачи.

Контроль: текущий

54 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Имитация перемещений с выполнением ударов. Тактика выполнения и приема подачи.

Контроль: текущий

55 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Имитация перемещений с выполнением ударов. Тактика выполнения и приема подачи.

Контроль: текущий

56 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Имитация перемещений с выполнением ударов. Тактика выполнения и приема подачи.

Контроль: текущий

57 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Тактика игры с разными противниками. Тактические подачи и техника приема подач.

Контроль: текущий

58 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Тактика игры с разными противниками. Тактические подачи и техника приема подач.

Контроль: текущий

59 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Тактика игры с разными противниками. Тактические подачи и техника приема подач.

Контроль: текущий

60 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Тактика игры с разными противниками. Тактические подачи и техника приема подач.

Контроль: текущий

61 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Тактика игры с разными противниками. Тактические подачи и техника приема подач.

Контроль: текущий

62 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Целевые комбинации. Комбинации с подач и окончание атакующим ударом. Выбор стиля игры. Выбор тактических комбинаций.

Контроль: текущий

63 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Целевые комбинации. Комбинации с подач и окончание атакующим ударом. Выбор стиля игры. Выбор тактических комбинаций.

Контроль: текущий

64 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Целевые комбинации. Комбинации с подач и окончание атакующим ударом. Выбор стиля игры. Выбор тактических комбинаций.

Контроль: текущий

65 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Целевые комбинации. Комбинации с подач и окончание атакующим ударом. Выбор стиля игры. Выбор тактических комбинаций.

Контроль: текущий

66 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Удары отличающиеся по длине полета мяча: короткие, средние, длинные.

Комбинации игры. Игра с разноплановыми соперниками.

Контроль: текущий

67 Техничко-тактическая подготовка.

Теория: терминология тактических упражнений, изучение упражнений.

Практика: Удары отличающиеся по длине полета мяча: короткие, средние, длинные.

Комбинации игры. Игра с разноплановыми соперниками.

Контроль: текущий

68 Соревнования. Теория: Объяснение основных правил игры в настольный теннис.

Практика: Учебная игра в настольный теннис. Игры внутри группы, короткая и длинная партия.

Контроль: текущий

69 Соревнования. Теория: Объяснение основных правил игры в настольный теннис.

Практика: Учебная игра в настольный теннис. Игры внутри группы, короткая и длинная партия.

Контроль: текущий

70 Контрольные испытания

Теория: Объяснение основных правил игры в настольный теннис.

Практика: Контрольные игры проводятся в выборочный день между своей группой, а также среди других групп. Нормативы сдаются в специально отведенный день, несколько раз в году. Контроль: текущий.

71 Судейская подготовка.

Теория: Объяснение основных правил игры в настольный теннис. Правила судейства.

Практика: Контрольные игры с организацией самостоятельного судейства.

Контроль: итоговый.

72 Судейская подготовка.

Теория: Объяснение основных правил игры в настольный теннис. Правила судейства.

Практика: Контрольные игры с организацией самостоятельного судейства.

Контроль: итоговый