

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол №1 от 29.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От 29.08.2023 №66-ахд

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**УЧТЕНО**

Мнение Совета родителей  
(законных представителей)  
несовершеннолетних обучающихся  
Протокол №1 от 29.08.2023

**УЧТЕНО**

Мнение Совета обучающихся  
Протокол №1 от 29.08.2023

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Настольный теннис»**

Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 10-12 лет

Разработчик:  
Попов Владимир Александрович,  
педагог дополнительного образования

**Пояснительная записка**

## **Направленность**

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» (далее – программа) относится к физкультурно-спортивной направленности.

## **Адресат программы**

Данная программа предназначена для учащихся в возрасте 10 до 12 лет с отсутствием противопоказаний по занятиям физкультурой (основная группа здоровья).

## **Актуальность**

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой игры покоряют многих любителей этой игры. Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся физических качеств – координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию двигательных навыков. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подачи, четкости удара и других действий, направленных на достижение победы, причащает занимающихся мобилизовать свои возможности, преодолевать трудности, возникшие в ходе спортивной борьбы.

## **Отличительная особенность**

Настольный теннис - индивидуально-игровой вид спорта, который характеризуется разнообразием стилей игры. Участие в соревнованиях помогает учащимся совершенствоваться в игре с противниками разного стиля.

**Уровень освоения программы** – общекультурный.

## **Объем и срок реализации программы**

144 часа, 1 год

**Цель программы** - развитие физических, личностных качеств, овладение способами оздоровления и укрепления организма посредством занятий настольным теннисом.

## **Задачи программы:**

### ***воспитательные:***

- воспитать нравственные качества: доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе, осуществлять взаимный контроль,
- сформировать умение понимать и принимать учебную задачу; контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- формировать умение выявлять и устранять проблемы.

### ***Развивающие:***

- развить интерес к настольному теннису;
- развить и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки и умения;
- развить основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость; выносливость, гибкость);
- приобщать к здоровому образу жизни;
- развивать личностные качества: дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

### ***Обучающие:***

- формировать знания по технике безопасности и правил поведения в спортивном зале на занятиях по настольному теннису, а также причин травматизма и правил его предупреждения;
- обучать правилам игры в настольный теннис;
- обучать основам техники и тактики игры в настольный теннис;
- овладевать основными техническими приемами на уровне умений и навыков;
- формировать умения организовывать соревнования по настольному теннису;
- формировать умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- формировать умения судить игру сверстников.

## **Планируемые результаты реализации образовательной программы**

### *Личностные:*

- установка на здоровый образ жизни;
- развитый интерес к настольному теннису;
- развитые основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость, выносливость, гибкость);
- дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

### *Метапредметные:*

#### познавательные:

- применение методов информационного поиска с помощью компьютерных средств;
- умение систематизировать, обобщать и интерпретировать информацию.

#### Регулятивные:

- умение понимать и принимать учебную задачу;
- сформированное умение контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;

#### Коммуникативные:

- сформированное чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- развитое доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе;

### *Предметные:*

- знать правила игры в настольный теннис;
- знать основы техники и тактики игры;
- сформированные умения составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений для развития двигательных качеств;
- уметь организовывать соревнования по настольному теннису;
- уметь выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- уметь судить игру сверстников.

## **Организационно-педагогические условия реализации программы:**

### **Язык реализации программы**

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации (на русском языке).

**Форма обучения:** очная.

### **Особенности реализации программы:**

- модульный принцип представления содержания программы

### **Условия набора в коллектив**

Группы могут формироваться, по желанию учащихся и их родителей. Принимаются все желающие, с отсутствием противопоказаний по занятиям физкультурой (основная группа здоровья).

### **Условия формирования групп**

Группы формируются разновозрастные.

**Количество обучающихся в группе:** не менее 15 человек.

### **Формы организации занятий**

Программой предусмотрены как аудиторные, так и внеаудиторные, участие в соревнованиях

### **Формы проведения занятий**

Основной формой организации деятельности является учебное занятие, построенное традиционно с использованием методов: словесного (беседы, объяснения); наглядного (демонстрация наглядных материалов, просмотр дисков, показ упражнений); практического (игра, турниры, занятия, соревнование, чемпионат).

Кроме того, применяются методы стимулирования, контроля и самоконтроля.

### **Формы организации деятельности учащихся на занятии**

Для организации занятий применяются: фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.), групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач); индивидуальная форма работы

**Материально- техническое обеспечение программы**

1. Стол для настольного тенниса-3 шт.

2. Теннисные ракетки-15 шт.

3. Мячи для н/ тенниса -20 шт.

4. Гимнастические скамейки -4 шт.

5. Скакалки-20 шт.

6. Мячи резиновые -20 шт.

7. Мячи набивные 1кг-20 шт.

*Методические материалы.*

1. Методическая литература.

2. Наглядные пособия.

**Кадровое обеспечение программы**

Программу реализует педагог дополнительного образования.

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие.	4	2	2	Педагогическое наблюдение
2	Специальная техническая подготовка	44	3	41	Тестовые задания Анализ достигнутых результатов
3	Специальная тактическая подготовка	20	3	17	Наблюдения
4	Игры в настольный теннис	24	2	22	зачетные игры судейство игр
5	Общая физическая подготовка	18	1	17	Тестовые задания Анализ достигнутых результатов
5.1	Эстафеты и беговые упражнения	8	1	7	Тестовые задания Анализ достигнутых результатов
5.2	Подвижные игры	10	1	9	Наблюдения, анализ достигнутых результатов
6	Спортивные и культурно-досуговые мероприятия	8	1	7	Наблюдения, анализ проведенных мероприятий
7	Психолого-педагогическое сопровождение	4	2	2	Наблюдения, анализ результатов
8	Контрольные и итоговые занятия	4		4	Выполнение контрольных результатов
	<b>ИТОГО</b>	144	16	128	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От \_\_\_\_\_ №\_\_

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»  
на \_\_\_\_\_ учебный год

Год обучения группа №__	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения группа №__			36	72	144	2 раза в неделю по 2 акад. часа

**Режим работы в период школьных каникул**  
Занятия проводятся по расписанию.

## **Рабочая программа**

**Цель программы** - развитие физических, личностных качеств, овладение способами оздоровления и укрепления организма посредством занятий настольным теннисом.

### **Задачи программы:**

#### ***воспитательные:***

- воспитать нравственные качества: доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе, осуществлять взаимный контроль,
- сформировать умение понимать и принимать учебную задачу; контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- формировать умение выявлять и устранять проблемы.

#### ***Развивающие:***

- развить интерес к настольному теннису;
- развить и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки и умения;
- развить основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость; выносливость, гибкость);
- приобщать к здоровому образу жизни;
- развивать личностные качества: дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

#### ***Обучающие:***

- формировать знания по технике безопасности и правил поведения в спортивном зале на занятиях по настольному теннису, а также причин травматизма и правил его предупреждения;
- обучать правилам игры в настольный теннис;
- обучать основам техники и тактики игры в настольный теннис;
- овладеть основными техническими приемами на уровне умений и навыков;
- формировать умения организовывать соревнования по настольному теннису;
- формировать умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- формировать умения судить игру сверстников.

### **Планируемые результаты реализации образовательной программы**

#### ***Личностные:***

- установка на здоровый образ жизни;
- развитый интерес к настольному теннису;
- развитые основные двигательные качества (быстрота, координация, ловкость, выносливость, гибкость);
- дисциплинированность, ответственность, стремление к достижению цели.

#### ***Метапредметные:***

##### ***познавательные:***

- применение методов информационного поиска с помощью компьютерных средств;
- умение систематизировать, обобщать и интерпретировать информацию.

##### ***Регулятивные:***

- умение понимать и принимать учебную задачу;
- сформированное умение контролировать и оценивать результаты своей деятельности, проводить сравнение заданий;

##### ***Коммуникативные:***

- сформированное чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- развитое доброжелательное отношение к сверстникам, умение договариваться, умение работать в группе;

#### ***Предметные:***

- знать правила игры в настольный теннис;
- знать основы техники и тактики игры;

- сформированные умения составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений для развития двигательных качеств;
- уметь организовывать соревнования по настольному теннису;
- уметь выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- уметь судить игру сверстников.

## **Содержание программы**

### **1. Вводное занятие**

*Теория:* Инструктаж по технике безопасности №1. Правила гигиены на занятиях. Правила игры.

*Практика:* Упражнения

### **2. Специальная техническая подготовка**

*Теория:* Виды ракеток и накладок. Элементы стола и ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Стойка теннисиста. Техника подачи. Техника вращения мяча. Техника приема мяча. Стили игры. Дневник самоконтроля. Измерение ЧСС.

*Практика:* Стойка игрока. Передвижение приставными шагами, выпадами, прыжками. Хватка ракетки. Набивание мяча на ракетки. Поддачи «Веер», «Маятник», «Накатом». Поддачи в заданную зону. Прием мяча. Техника игрока при сочетании ударов справа и слева. Техника срезки мяча. Техника «подставки». Имитация перемещений с выполнением ударов справа и слева. Упражнения. Удержание мяча. Игра в теннис в различных техниках

### **3. Специальная тактическая подготовка**

*Теория:* Правила техники безопасности №2. Основные тактические варианты игры. Стили игры.

*Практика:* Выбор позиции. Свободная игра. Игра на счет. Тактика игры с разными противниками. Основные тактические варианты игры. Тактика против атакующего. Учебная игра.

### **4. Игры в настольный теннис**

*Теория:* Правила игры. Судейство. Самоконтроль.

*Практика:* Комбинации из освоенных элементов. Учебные игры для совершенствования учебных навыков. Соревнования среди учащихся. Совершенствование навыков судейства.

### **5. Общая физическая подготовка**

*Теория:* Физическое развитие и физическая подготовка.

*Практика:* Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.

#### **5.1. Эстафеты и беговые упражнения**

*Теория:* Контроль за физической нагрузкой по ЧСС.

*Практика:* Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.

#### **5.2 Подвижные игры**

*Теория:* Разновидности подвижных игр, правила игры.

*Практика:* Подвижные игры

### **6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия**

*Теория:* Правила поведения. Выбор одежды и обуви.

*Практика:* Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.

### **7. Психолого-педагогическое сопровождение**

*Теория:* Организация совместных игровых действий.

*Практика:* Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности.

### **8. Контрольные и итоговые занятия**

*Практика:* Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис.



## Оценочные и методические материалы

### Оценочные материалы

*Периодичность выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:*

*Входной контроль* проводится на первом занятии в сентябре для оценки стартового уровня образовательных возможностей учащихся.

*Формы контроля:*

Педагог проводит диагностику уровня физического развития и физической подготовленности учащихся:

- педагогическое наблюдение.

*Формы фиксации:* протокол (форма протокола представлена в приложении 1).

Критерии оценки представлены в приложении 2.

- Челночный бег 3x10м. сек
- Прыжок в длину с места. см
- Прыжки на скакалке 30 сек. кол-во раз
- Многократное набивание мяча ракеткой 30 сек кол-во раз

Критерии оценок:

- Высокий (3 балла)
- Средний (2 балла)
- Низкий (1 балл)

*Текущий контроль* - на каждом занятии педагог наблюдает за учащимися, контролирует, корректирует и оценивает текущие знания и умения учащихся, с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

*Формы контроля:*

- зачетные игры;
- судейство игр;
- тестовые задания;
- анализ достигнутых результатов;
- наблюдения.

*Формы фиксации:*

- дневник наблюдений (приложение 3).
- Протоколы испытаний

*Промежуточная аттестация* - предусмотрена 1 раз в год, в декабре, с фиксацией результатов и индивидуальным подходом. Результаты заносятся в протоколы испытаний.

*Формы контроля:*

- выполнение контрольных результатов.

*Общеспортивная подготовка.*

- Челночный бег 3x10м. сек
- Прыжок в длину с места. см.
- Прыжки на скакалке 30 сек. кол-во раз
- Бросок теннисного мяча в цель. Кол-во попаданий в цель

*Специальная техническая подготовка.*

- Игра ударами «накат» справа по диагонали стола - 1 серия (кол-во раз)
- Поддача ударом «срезкой» справа (слева) в заданную зону из 10 подач (кол-во попаданий)
- Многократное набивание мяча ракеткой 30 сек (кол-во раз)

- Участие во внутригрупповых соревнованиях (кол -во раз)
- Критерии оценивания:
- Умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств (см. приложение 2);
- Знание правил игры в настольный теннис (умение назвать все правила – высокий уровень, не назвал – 2 правила - средний, не назвал 3 и больше – низкий);

Форма фиксации: протоколы испытаний.

**Итоговый контроль** – проводится один раз в год, в мае, с целью оценки уровня и качества освоения программы. Результаты заносятся в протоколы испытаний и в информационную карту.

*Критерии оценивания*

- Знания правил игры в настольный теннис.
- Знание основ техники и тактики игры.
- Умение выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.
- Умение судить игру сверстников.
- Выполнение тестовых заданий

Формы фиксации, протоколы испытаний, информационная карта.

### Методические материалы

Методики, методы и приемы, технологии обучения.

Основными методами обучения являются:

- *Словесные (вербальные) методы обучения:* устное объяснение/разъяснение, беседа, анализ показа.

- *Наглядные методы обучения:* просмотр видеоматериалов, показ педагога (демонстрация).

- *Практические методы обучения:* выполнение различных заданий с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение. Практические методы: метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки. Разучивание упражнений: в целом и по частям. Открытые занятия для родителей. Товарищеские встречи и соревнования.

Высокая результативность работы по программе может быть достигнута при использовании следующих педагогических технологий:

- технология личностно ориентированного обучения (обучение каждого учащегося в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);

- здоровьесберегающие технологии (использование интересных упражнений для снятия напряжения, повышения эмоционального фона и пр.);

- коммуникативные технологии (использование разнообразных методов для создания ситуации равноправного общения в группе, ситуации успеха для каждого учащегося).

Для эффективной реализации программы педагогом могут быть использованы разные формы организации и проведения занятий:

- *теоретические:* через объяснение, видео-лекцию учащиеся получают основные знания по теории; конкретизируют специальные понятия.

- *практические:* являются основной формой работы по программе. На практических занятиях учащиеся получают основные умения

*Формы обучения:* индивидуальная, фронтальная, групповая.

*Дидактические средства*

- Литература по темам занятий.

- Обучение настольному теннису за 5 шагов. Авторы: В. Ю. Жданов, И. Ю. Жданов, Ю. А. Милоданова
- Учись играть в настольный теннис. Автор: Г. В. Барчукова
- Играем в настольный теннис. М.В.М. Богушас. Учебное пособие.
- Умей владеть ракеткой. Л.К. Серова, Н. Г. Скачков. Учебное пособие.
- Наглядные пособия по темам занятий стойки игрока, удары, накат справа, накат слева.

#### *Информационные источники*

- Учебные фильмы Настольный теннис. Правила игры. <https://infourok.ru/prezentaciya-na-temunastolniiy-tennis-pravila-igri-dlya-klassa-1133228.html>

Правила настольного тенниса для новичков.

<https://www.youtube.com/watch?v=OdKY3I4y97w>

Сайт. Настольный теннис обучение. [https://www.youtube.com/watch?v=aeuLgL-8x-Q&list=PLtleT\\_0njAPPmCc\\_IR6XU4zLINNYyBEZ&index=6](https://www.youtube.com/watch?v=aeuLgL-8x-Q&list=PLtleT_0njAPPmCc_IR6XU4zLINNYyBEZ&index=6)

#### *Методический материал*

- Подборка дидактических и диагностических материалов комплексы упражнений со скакалкой, мячом. Упражнения на растяжку.
- Карточки; комплексы упражнений, упражнения для развития передвижений, для индивидуальных заданий.
- Тестовые задания; челночный бег 3x10м. прыжки на скакалке 30сек, броски теннисного мяча в цель
- Темы контрольных заданий: Многократное набивание мяча ракеткой 30 сек (кол-во раз), Игра ударами «накат» справа по диагонали стола - 1 серия (кол-во раз)
- Темы заданий для самостоятельных работ: упражнения общей физической подготовки, индивидуальные упражнения с ракеткой и мячом.

### **Информационные источники**

#### *Литература для педагога*

1. Барчукова Г.В. Г.В. Журавлева А.Ю. Физическая культура. Настольный теннис. Рабочая программа. (для учителей общеобразовательных школ) М. 2013
2. Шестеренкин О.Н. Методика технической подготовки игроков в настольный теннис. Диссертация, РГАФК, М.:160с., 2000
3. Вартамян М. М. Терешкин Н. П. Российская энциклопедия настольного тенниса. – М.: изд. Физкультура и спорт, 2015
4. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». - М.: Педагогика, 1975
5. Садыкова.С.Л., Лебедева Е.И. Физическая культура 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. - М., изд. «Учитель», 2007
6. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». - М.: Педагогика, 1975

#### *Литература для учащихся*

1. Играем в настольный теннис. М.В.М. Богушас. Учебное пособие.
2. Настольный теннис. Автор: Г. В. Барчукова. «Физкультура и спорт» 1990 г.
3. Умей владеть ракеткой. Л.К. Серова, Н. Г. Скачков. Учебное пособие.
4. О.В. Матыцин, Настольный теннис. Неизвестное об известном, М.РГАФК, 2006
5. Настольный теннис. Правила игры.
6. Обучение настольному теннису за 5 шагов. Авторы: В. Ю. Жданов, И. Ю. Жданов, Ю. А. Милоданова. Учебное пособие.
7. Учись играть в настольный теннис. Г.В. Барчукова. Учебное пособие

#### *Интернет-ресурс:*

1. Барчуков Г.В. Методическая литература: Настольный теннис

- <http://sportfiction.ru/articles/metodicheskaya-literatura-nastolnyy-tennis/>
2. Жданов В., Жданов И., Уточкин А. Современный настольный теннис. Удары, тренировки, стратегии  
<https://mybook.ru/author/artem-utochkin/sovremennyj-nastolnyj-tennis-udary-strategiya-tren/read/>
  3. Сайт. Настольный теннис обучение. [https://www.youtube.com/watch?v=aeuLgL-8x-Q&list=PLtLEt\\_0njAPPmCc\\_\\_IR6XU4zLINNYyBEZ&index=6](https://www.youtube.com/watch?v=aeuLgL-8x-Q&list=PLtLEt_0njAPPmCc__IR6XU4zLINNYyBEZ&index=6)
  4. Правила настольного тенниса для новичков.  
<https://www.youtube.com/watch?v=OdKY3I4y97w>

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От \_\_\_\_\_ №\_\_

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**Календарно-тематический план  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»**

для группы №\_\_, 1 года обучения  
педагога: \_\_\_\_\_

Сентябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>1. Вводное занятие</b>							
1.			Инструктаж по технике безопасности №1. Правила гигиены на занятиях. Правила игры. Упражнения	2	1	1	
2.			Инструктаж по технике безопасности №1. Правила гигиены на занятиях. Правила игры. Упражнения	2	1	1	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
3.			Виды ракеток и накладок. Элементы стола и ракетки. Стойка игрока. Передвижение приставными шагами, выпадами, прыжками.	2	1	1	
4.			Открытая и закрытая ракетка. Стойка теннисиста. Техника подачи. Хватка ракетки. Набивание мяча на ракетки. Поддачи «Веер»,	2	1	1	
5.			Техника вращения мяча. Техника приема мяча. Стили игры. Дневник самоконтроля. Измерение ЧСС. Маятник», «Накатом». Поддачи в заданную зону. Прием мяча. Техника игрока при сочетании ударов справа и слева.	2	1	1	
6.			«Техника срезки мяча. Техника «подставки». Имитация перемещений с выполнением ударов справа и слева. Упражнения. Удержание мяча.	2		2	
7.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
8.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	

Октябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
9.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
10.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
11.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
12.			Основные тактические варианты игры. Стили игры. Игра на счет. Учебная игра.	2	1	1	
13.			Выбор позиции. Учебная игра.	2		2	
14.			Выбор позиции. Свободная игра.	2		2	
15.			Игра на счет. Учебная игра.	2		2	
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
16.			Разновидности подвижных игр, правила игры. Подвижные игры	2	1	1	
17.			Подвижные игры	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	

Ноябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
18.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
19.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
20.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
21.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	

			техниках				
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
22.			Подвижные игры	2		2	
23.			Подвижные игры	2		2	
<b>7. Психолого-педагогическое сопровождение</b>							
24.			Организация совместных игровых действий. Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности.	2	1	1	
<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
25.			Правила поведения. Выбор одежды и обуви. Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2	1	1	
26.			Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	

### Декабрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
27.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
28.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
29.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
30.			Стили игры. Основные тактические варианты игры.	2	1	1	
31.			Основные тактические варианты игры. Учебная игра.	2		2	
32.			Тактика игры с разными противниками. Учебная игра.	2		2	
33.			Учебная игра.	2		2	



<b>8. Контрольные и итоговые занятия</b>							
34.			Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	

### Январь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
35.			Правила техники безопасности №2. Тактика против атакующего. Учебная игра.	2	1	1	
36.			Основные тактические варианты игры. Учебная игра.	2		2	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
37.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
38.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
39.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
40.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
41.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>14</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	

### Февраль

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
42.			Контроль за физической нагрузкой по ЧСС. Бег с ускорением. Повторный бег.	2	1	1	

<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
43.			Физическое развитие и физическая подготовка. Упражнения для развития физических способностей.	2	1	1	
44.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
45.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
46.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры настольный теннис</b>							
47.			Судейство. Самоконтроль. Комбинации из освоенных элементов.	2	1	1	
<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
48.			Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
49.			Подвижные игры	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	

Март

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
50.			Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	

<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
51.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
52.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
53.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
54.			Самоконтроль. Соревнования среди учащихся. Совершенствование навыков судейства.	2	1	1	
55.			Совершенствование навыков судейства.	2		2	
56.			Соревнования среди учащихся	2		2	
57.			Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	

#### Апрель

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
58.			Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	
<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
59.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	

60.			Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
61.			Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
62.			Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
63.			Соревнования среди учащихся	2		2	
64.			Соревнования среди учащихся	2		2	
65.			Соревнования среди учащихся	2		2	
66.			Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>		<b>18</b>	

### Май

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
67.			Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
68.			Соревнования среди учащихся	2		2	
69.			Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>7. Психолого-педагогическое сопровождение</b>							
70.			Организация совместных игровых действий. Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности	2	1	1	
<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
71.			Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	

<b>8. Контрольные и итоговые занятия</b>							
72.			Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	
<b>Итого по программе</b>				<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»

Педагог: \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

*Протокол тестирования*

№	Ф.И.	Челночный бег	Прыжок в длину с места	Прыжки на скакалке	Многократное набивание мяча ракеткой 30 сек
1					
2					
15					

*Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис»*

*Педагог:* \_\_\_\_\_

*Группа №* \_\_\_\_\_

*Дата:* \_\_\_\_\_

**Критерии оценки промежуточной и итоговой аттестации**

**Таблица оценки общефизической подготовки занимающихся**

№	Виды испытаний	Мальчики			Девочки		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Челночный бег 3x10м сек	8.4	8.6	9.0	8.6	8.8	9.2
2	Прыжок в длину с места см	180	160	130	170	150	120
3	Прыжки на скакалке 30сек	70	50	30	80	60	40
4	Бросок теннисного мяча в цель кол-во раз	5	4	2	5	4	2

**Таблица оценки специальной технической подготовки занимающихся**

№	Виды испытаний	Мальчики			Девочки		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	Игра ударами «накат» справа по диагонали стола - 1 серия (кол-во раз)	25	18	12	20	15	8
2	Подача ударом «срезкой» справа (слева) в заданную зону из 10 подач (кол-во попаданий)	8	6	3	8	6	3
3	Многократное набивание мяча ракеткой 30 сек (кол-во раз)	40	30	20	40	30	20
4	Участие во внутригрупповых соревнованиях (кол -во раз)	8	6	2	8	6	2





ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От 29.08.2023 №66-ахд

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**План воспитательной работы.  
План работы с родителями.  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»**

для группы №1, 1 года обучения  
педагога: Попова Владимира Александровича

### План воспитательной работы

<b>№ п/п</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Примечание</b>
1	Беседа с занимающимися по технике безопасности на занятия в спортивном зале	сентябрь	спортивный зал	
2	Беседа о дисциплине, культуре речи на учебных занятиях	октябрь	спортивный зал	
3	Беседа о гигиене, спортивной одежде и обуви	ноябрь	спортивный зал	
4	Соревнования. Личное первенство среди занимающихся	ноябрь	спортивный зал	
5	Беседа «Самоконтроль при занятиях спортом»	декабрь	спортивный зал	
6	Практическое занятие по привитию инструкторских и судейских навыков	январь	спортивный зал	
7	Участие в районных соревнованиях по настольному теннису	февраль	спортивный зал	
8	Открытое занятие для родителей	март	спортивный зал	
9	Школьный турнир по настольному теннису	апрель	спортивный зал	
10	Практическое занятие по привитию инструкторских и судейских навыков	май	спортивный зал	
11	Соревнования. Личное первенство среди занимающихся с приглашением родителей	май	спортивный зал	

### План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание	сентябрь	По классам	
2	Индивидуальные беседы с родителями	в течение года	on-line (электронная почта родителей)	
3	Родительское собрание	декабрь	По классам	
4	Открытые занятия	январь май	спортивный зал	
5	Информация для родителей о результатах спортивной деятельности занимающихся	январь май	спортивный зал	
6	Открытое занятие для родителей	май	спортивный зал	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От 29.08.2023 №66-ахд

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**Календарно-тематический план  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»**

для группы №1, 1 года обучения  
педагога: Попова Владимира Александровича

Сентябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>1. Вводное занятие</b>							
1.	04.09		Инструктаж по технике безопасности №1. Правила гигиены на занятиях. Правила игры. Упражнения	2	1	1	
2.	06.09		Инструктаж по технике безопасности №1. Правила гигиены на занятиях. Правила игры. Упражнения	2	1	1	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
3.	11.09		Виды ракеток и накладок. Элементы стола и ракетки. Стойка игрока. Передвижение приставными шагами, выпадами, прыжками.	2	1	1	
4.	13.09		Открытая и закрытая ракетка. Стойка теннисиста. Техника подачи. Хватка ракетки. Набивание мяча на ракетки. Поддачи «Веер»,	2	1	1	
5.	18.09		Техника вращения мяча. Техника приема мяча. Стили игры. Дневник самоконтроля. Измерение ЧСС. Маятник», «Накатом». Поддачи в заданную зону. Прием мяча. Техника игрока при сочетании ударов справа и слева.	2	1	1	
6.	20.09		«Техника срезки мяча. Техника «подставки». Имитация перемещений с выполнением ударов справа и слева. Упражнения. Удержание мяча.	2		2	
7.	25.09		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
8.	27.09		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	

Октябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
9.	02.10		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
10.	04.10		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
11.	09.10		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
12.	11.10		Основные тактические варианты игры. Стили игры. Игра на счет. Учебная игра.	2	1	1	
13.	16.10		Выбор позиции. Учебная игра.	2		2	
14.	18.10		Выбор позиции. Свободная игра.	2		2	
15.	23.10		Игра на счет. Учебная игра.	2		2	
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
16.	25.10		Разновидности подвижных игр, правила игры. Подвижные игры	2	1	1	
17.	30.10		Подвижные игры	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	

Ноябрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечани е
	план	факт		Всего	Теори я	Практик а	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
18.	01.11		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
19.	06.11		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
20.	08.11		Игра в теннис в различных техниках	2		2	

21.	13.11		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
22.	15.11		Подвижные игры	2		2	
23.	20.11		Подвижные игры	2		2	
<b>7. Психолого-педагогическое сопровождение</b>							
24.	22.11		Организация совместных игровых действий. Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности.	2	1	1	
<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
25.	27.11		Правила поведения. Выбор одежды и обуви. Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2	1	1	
26.	29.11		Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	

### Декабрь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
27.	04.12		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
28.	06.12		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
29.	11.12		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
30.	13.12		Стили игры. Основные тактические варианты игры.	2	1	1	
31.	18.12		Основные тактические варианты игры. Учебная игра.	2		2	
32.	20.12		Тактика игры с разными противниками. Учебная игра.	2		2	
33.	25.12		Учебная игра.	2		2	

<b>8. Контрольные и итоговые занятия</b>							
34.	27.12		Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	

### Январь

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>3. Специальная тактическая подготовка</b>							
35.	10.01		Правила техники безопасности №2. Тактика против атакующего. Учебная игра.	2	1	1	
36.	15.01		Основные тактические варианты игры. Учебная игра.	2		2	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
37.	17.01		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
38.	22.01		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
39.	24.01		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
40.	29.01		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
41.	31.01		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>14</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	

### Февраль

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
42.	05.02		Контроль за физической нагрузкой по ЧСС. Бег с ускорением.	2	1	1	



			Повторный бег.				
<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
43.	07.02		Физическое развитие и физическая подготовка. Упражнения для развития физических способностей.	2	1	1	
44.	12.02		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
45.	14.02		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
46.	19.02		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры настольный теннис</b>							
47.	21.02		Судейство. Самоконтроль. Комбинации из освоенных элементов.	2	1	1	
<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
48.	26.02		Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	
<b>5.2. Подвижные игры</b>							
49.	28.02		Подвижные игры	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	

Март

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							

50.	04.03		Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	
<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
51.	06.03		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
52.	11.03		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
53.	13.03		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
54.	18.03		Самоконтроль. Соревнования среди учащихся. Совершенствование навыков судейства.	2	1	1	
55.	20.03		Совершенствование навыков судейства.	2		2	
56.	25.03		Соревнования среди учащихся	2		2	
57.	27.03		Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	

#### Апрель

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
58.	01.04		Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	
<b>5. Общая физическая подготовка</b>							
59.	03.04		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой	2		2	

			прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.				
60.	08.04		Упражнения для развития физических способностей. Упражнения со скакалкой прыжки на скакалке. Прыжковые упражнения.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
61.	10.04		Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>2. Специальная техническая подготовка</b>							
62.	15.04		Игра в теннис в различных техниках	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
63.	17.04		Соревнования среди учащихся	2		2	
64.	22.04		Соревнования среди учащихся	2		2	
65.	24.04		Соревнования среди учащихся	2		2	
66.	29.04		Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>18</b>		<b>18</b>	

### Май

№ п/п	Дата занятия		Раздел, тема / содержание занятия	Количество часов			Примечание
	план	факт		Всего	Теория	Практика	
<b>5.1. Эстафеты и беговые упражнения</b>							
67.	06.05		Бег с ускорением. Повторный бег. Челночный бег. Бег из различных исходных положений.	2		2	
<b>4. Игры в настольный теннис</b>							
68.	08.05		Соревнования среди учащихся	2		2	
69.	13.05		Соревнования среди учащихся	2		2	
<b>7. Психолого-педагогическое сопровождение</b>							
70.	15.05		Организация совместных игровых действий. Развитие чувства коллективизма. Контроль и оценка своей деятельности	2	1	1	

<b>6. Спортивные и культурно-досуговые мероприятия</b>							
71.	20.05		Товарищеские встречи. Разбор проведенных игр.	2		2	
<b>8. Контрольные и итоговые занятия</b>							
72.	22.05		Сдача контрольных нормативов. Игра в настольный теннис	2		2	
<b>Всего часов</b>				<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	
<b>Итого по программе</b>				<b>144</b>	<b>16</b>	<b>128</b>	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 237  
КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
От 29.08.2023 №66-ахд

\_\_\_\_\_ И.Т. Морарь

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Настольный теннис»  
на 2023-2024 учебный год

Год обучения группа №_	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения группа №1	04.09	22.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 акад. часа

**Режим работы в период школьных каникул**  
Занятия проводятся по расписанию.