

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа**

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете
протокол № 7
от 23.03. 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР
Серко М.В. Серко
23.03. 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МБУ ДО ДЮСШ
Немченко С.В. Немченко
23.03. 2020 г.



Изменения и дополнения в рабочую программу по настольному теннису

Этап: СО

Возраст детей: 8-14 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель: Китун Татьяна Яковлевна

Волгодонской район,
х. Морозов.
2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Согласно приказа № 29 от 20.03.2020 г. МБУ ДО ДЮСШ о переходе на дистанционное обучение в связи с введением карантина на пандемию по коронавирусу с 23марта по 12 апреля 2020 г. (на период действия профилактических мероприятий по карантину на коронавирус-инфекцию) занятия отделения по настольному теннису будет проводиться дистанционно, без посещения спортивных залов и площадок. Задания будут размещены в электронном виде черезWhatsApp согласно расписания.

Для освоения и закрепления учебного материала также можно использовать цифровые образовательные ресурсы и серверы: «Российская электронная школа», платформа группы компаний «Просвещение», онлайн –школа «ФОКСФОРД», «ЯКЛАСС», сайт УЧИ.РУ.

Ракеткой и теннисным мячом будет обеспечены все обучающиеся кружка для практических занятий.

Акцент –на самостоятельное изучение теоретического материала о настольном теннисе.

Календарно-тематическое планирование

Март 2020г.

	Дата проведения				
		23	26	27	30
I.Теоретический материал					
Организация занятий, соблюдение техники безопасности, инвентарь.		+	+	+	+
Просмотр трансляции соревнований по н.теннису		+	+	+	+
Ознакомление с профилактикой коронавируса		+	+	+	+
II. Практический материал					
1.Физическая подготовка. Общеразвивающие и специальные упражнения.		+	+	+	+
2.Обучение технике					
Хватка ракетки		+	+	+	+
Упражнения с ракеткой и мячом		+	+	+	+
Жонглирование		+	+	+	+
Удары справа и слева		+	+	+	+
Сочетание ударов					
Имитация ударов		+	+	+	+

Апрель 2020г.

Содержание занятия	Дата проведения				
	2	3	6	9	10
I.Теоретический материал					
Организация занятий, соблюдение техники безопасности ,инвентарь	+	+	+	+	+
Просмотр трансляции соревнований по н.теннису	+		+		+
II. Практический материал					
1.Физическая подготовка. Общеразвивающие и специальные упражнения.	+	+	+	+	+
2.Обучение технике Хватка ракетки	+	+	+	+	+
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+
Жонглирование	+	+	+	+	+
Удары справа и слева	+	+	+	+	+
Сочетание ударов	+	+	+	+	+
Имитация ударов	+	+	+	+	+
Имитация передвижений	+	+	+	+	+
Выполнение подач					
3.Обучение тактике					
Техника передвижений	+	+	+	+	+
Техника подачи					
Игра в нападении	+	+	+	+	+
Техника защиты					
6.Упражнения на релаксацию	+	+	+	+	+

