

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Дагестан

ГКУ РД «ЦОДОУ ЗОЖ»

ГКОУ РД «Ахтининская СОШ Хунзахского района»

СОГЛАСОВАНО

зам. дир. по УВР



Ибрагимова А.М.

УТВЕРЖДЕНО

дир. школы



Тагиров А.Г.

Приказ №1 от «11»
августа 2023 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности по «**настольному теннису**» для учащихся 10 кл. на 2023 – 2024 учебный год

мб Юка пмп Южй: А ж гйъ
нмт жж гпмз иайъ а г Юж м БЮд ж
Имйж гп м Юм 8
пбм 68 Юм 9 лгвгйъ 2 ЮЮ

жлж0. 016,

Структура программы

1. ж айыпцз йжп
2. м плж гйылЮсЮжиЮ
3. А г лм- гкЮж гпижз нйЮ пмвг дЮжт н мб Юкщ
4. ИЮгльЮлм- гкЮж гпимг нйЮж м Южт
5. г м Юж и а м ль нмвбм м ижа Юж п
6. И ж г жжжлм кщмфглижслЮжз а Юж п
7. г г гль а г лм-кг мвж гпимбмм гпнг глж

2. Пояснительная записка

м пиЮ н мб Юк Юнм лЮ мйълмка глжта Ю Юм ЮЮвй а Ю ж п 10
ийЮпЮ лЮмшм г лм кЮж лщ вмиакгл м К жлгп г п Юм Юм Юж ж лЮиж
Мпжз пимз гвг Юфжж мк жйг лм щк гвг Юылщк бмлавЮп гллщк
м Юм Югйылщк п ЮвЮ мк м ч гбм м Юм Юж жвгзп аь ч ж м Юм Югйылщ
н мб Юк нмтжж гпимз иайъ а г вй м ч гм Юм Югйылщ а гдвглжз,

Общая характеристика учебного предмета

Ю мйълщз глжп лЮ гз п Юг сЮмг Ю нмнай лмп ь иЮ ж м п к кж г ж
мпм глм п гвжвг гз, нмв мп им жь лмц гз, Юж жг нмп м лмз м ь щ им м Ю
гв п п нмкмч ь гп гп глщ в ждглжз пмн м мдвЮ ч ж п мйг щк ж
апжйж кж миЮц Ю пЮмг Юлмп м млгг мсвгзп жг лЮ нпж ж гпиаь
тжжмйбж гпиаь жв жЮгйылаь талифжж гйм гиЮ щнмйл мйыц мгимж гп м
Юлмм Юлщ в ждглжз Юйж лмк гкнг лЮ Юйглж п Юйж лщк
лЮ дглжгк гйм ги нмйа Ю йЮм м лмг мсвгзп жг лЮ ла глжг м бЮц ж
пжп гкщ м бЮжж Ю

мп м лмг жскглжг м п Юм иж н мфпг жб щ м апйм йж Ю щпмйаь
ЮЮжЮм лаь вг гйылмп ь гйм гиЮ ж лгм мвжмп ь щ м Ю гцглж, И
пмлЮж нмп м лмн гвш й ь п щпмиж г м Юж, н мфпг жб щ гйм ги
нмйа Ю щпмйаь бкмфмлЮлаь лЮ асия ж жпнщ щ Ю мйыцаь Юмп ь ж
авм йг м глжг,

п ым вгйЮ лЮ мйълщз глжп ытги жлщ п гвп мк тжж гпимбм
мпнж Юж, Ю ж лЮ мйылщк глжтмк нмкмбЮ а Ю жп нм щж ь а м гль
п мбмтжж гпимбм Ю ж ж жай гнж ь свм м ьг,

Цели:

- аи гнйглж свм м ь а Ю ж п сЮж Юж бЮкмж гпимг тжж гпимг
Ю ж жг вмп ждглжг ж нмвг дЮж щпмив Юм мпнмпм лмп ж н ж ж жг
бжжглж гпиж лЮщим 9
- мпнж Юж а сЮж Ю ч ж п л Юп глщ ж мйг щ иЮп 9
- тм кж м Юж джлгллм Юлщ в жЮгйылщ лЮщим жакглжз н жжглжг
ж Юйж лщ апйм ж 9
- Ю ж жг а сЮж Ю ч ж п млм лщ в жЮгйылщ иЮп и пнмпм лмп ж и
мфлиг пжйм щ нмп Юп глщ ж гкглщ нЮжг м в ждглжз
- тм кж м Юж акглжз пЮмп м гйылсЮж Юп тжж гпижж ж
ан Юлглж кж мпнж Юж нм г лмп ж йж лмк тжж гпимг
пм г цглп м Южж

задачи:

- н жм г глжг гм г ж гпиж жкг мвж гпиж слЮжз 9

- м йЮгЛжГ млпм лщк жн ж кЮжпм гкгллмв г лжижж Ю жижжб 9
- нм щгЛжГ пнм ж лмв и Южт жиЮфж,
- мпнж ЮжГ н ж щ иж и пжп гкЮж гпижж сЮ ж к т жжж гпижж ж ан Юлглж кж9
- мпнж ЮжГ щпмим Ю ж щ мйг щ иЮгп акглж н гмвмйг Юб т жжж гпижГ авлмп жн ж щнмйЛглжжпймдлщ ан Юлглжз 9
- мпнж ЮжГ бжбжглж гпиж лЮщим жн ж щгги пм йб вглж гджкЮ авЮж м вщ Юа мвЮЮл мжж гймк мвгдвмв жн ,9
- мпнж ЮжГ н Южйълщ сЮжмм лмцглжз кгда а глжиЮж п м ч ж п лЮ млпм г м ч лмп жжп г гпм мп мглжжв жбЮгйълщ вгзп жз,
- мпнж ЮжГ в ад щ ж щпмимп Юп гллщ м лмцглжз кгда кЮб жиЮж ж вг м иЮж,

Место учебного предмета в учебном плане

бЮжсЮф сЮ жз нмлЮ Юйглж к лга м лмв вг гйълмп ж й г п лгм шгкйгкмв Ю бь м Юм Югйълмбмн мфгшЮ цимйг, гк м гвгллмг лЮ лга м лаб вг гйълмп ънмт жжж гпимв иайъ а г лЮ мйълщ гллжп пмп Южм 2 Ю лгвгйб 68 Юм бмв ,

Содержание материала

Знания о физической культуре

жжж гпиЮ иайъ а Ю пм гкгллмк м чгп г, Жп м ж Ю жж лЮ мйълмбм гллжпЮжгбм мйб пм гкгллмк м чгп г, м авм Южж жпнм жп гл Юб вй лЮ мйълмбм гллжпЮ ЮжйЮгснмЮлмп жжб щ ЮжйЮм г лм Южз,

Способы двигательной деятельности

щ м Юг ижжжпнмпм щ вг дЮж, Дгп ижз Ю к бижз Ю Ю нг мк , Млм жвлмп ж Юиж нг мк кЮщ ийгч ж мйбц жг ийгч ж ,

АвЮщнмк а лЮЮмк, АвЮнмк а пнмйайг ЮавЮнмв гсимв п гсиЮ мй ми, Жб Ю йждлгз жвЮблгз смлЮ, ЮгЛжГ к Ю

пм лщг нмймдглж гллжжп Южп мвлщг нмймдглж щ м кгп Ю нмпм щ нг гкгч глж, Юж н щдиж щнЮщ мпиж, влмц Юлщг ж в а ц Юлщг нг гкгч глж ,

мвЮЮЮ г щг б аннщ нмвЮ8 г л , мим Ю лждл ж пм пкгц Юлщк ЮгЛжГк , мвЮж8 им м ижж вйжлщг, мвЮЮлЮЮмк авЮщ пйг Юпн ЮЮ имл лЮЮ п нмп анЮгйълщк ЮгЛжГк , АвЮщ8 лЮЮмк п нмв гсЮлмбм к Ю лЮЮмк нмим м имжак а и а глЮ пг Ю мпиг.

Ю жиЮмвжпм лщ жб ,

Жб Ю сЮжг ,

шім ліц І ж гпжг імк жлфжж,
 ж п мгз нмвЮг8 Ю им м иЮ нмвЮЮ9 вйжлЮ нмвЮЮ ж нмвЮг
 пмнг лжиЮн ж вйжлмв нмвЮг лЮЮ нмн кмз9 4 н жим м имв нмвЮг
 лгпжйыщз ижп г мз лЮЮ пг гвжпа п мйЮ
 жгглжж нмвЮпа г мк ЮЮа ч гбмжсЮ жч Ю ч гбмпмнг лжиЮ
 шім щ глж м иж глжжп Ю нгфжЮ тжж гпиЮ нмвбм м иЮ
 Ан Юлглж пк мк ж Юг имз, Ю глжк Ю Ющ лЮ Юйглж ,
 глж м иЮ в жЮгйыщ гЮфжз, Юа ч жг авЮщ жжж Южмлщг
 ан Юлглж ж жб г,
 г гв ждглж а п мйЮпи гп ліц жн жп Юлщ ц Юж щнЮщ нг гв лЮЮ ж
 п м млщ ,
 глж м иЮавЮЮлЮЮмк а п глиж авЮщлЮм лмп ъ,
 Жб Юа п мйЮ Жб м щг імк жлфжж, мвбм м иЮи пм г лм Южк ЮжжтйЮ
 м ч Южжб м Ю ,

3. Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Виды программного материала	Количество часов (уроков)
1	ГМ Ж	8
2	ч гт жж гпиЮ нмвбм м иЮ	6

3	н г ф ж и о т ж с ж г п и ю н м в б м м и ю	6
4	а г л ж г л ж г п и ж ж н ж к ю	18
5	ж л г б ю н м в б м м и ю	12
6	а г л ж ю ж г п и ж ж в г з п ж к ж в а п м м л ж ю	18
7	ж м б м 8	68

4. Календарно-тематическое планирование

№ уро ка	Тема урока	Тип урока	Кол- во часов	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	жж гпиЮ иайъ а Ю пм гкгллмк м ч гп г,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь - лЮа миЮ нмлЮ мйъ гллжпа
2	Жп м ж Ю ж ж лЮ мйълмбм гллжпЮ жгбм мйъ пм гкгллмк м ч гп г,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
3	м авм Южг жпнм жл гл Юь вй лЮ мйълмбм гллжпЮ	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
4	ЮжйЮ гсмнЮлмп жжб щ, ЮжйЮм г лм Южз,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
5	щ м Юг ижжпнмщ вг дЮж ,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
6	Дгп ижз Ю к бижз Ю Ю нг мк ,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
7	Молм жвлмп ж Юиж нг мк к Ющг ийгч ж мйъц жг ийгч ж ,	Жса глжг лм мбм к Юг жЮЮ	2	лЮь гм г ж гпижз к Юг жЮ лЮ мйълмк а гллжпа
8	АвЮщнмк а лЮЮмк,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ авЮщнмк лЮЮмк
9	АвЮ нмк а п нмйайг Ю авЮ нмв гсимв п гсиЮ мй ми,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ авЮ нмк а нмйайг Ю авЮ нмв гсимв п гс мй ми
10	Жб Ю йждлгз жвЮьлгз смлЮ,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь йждлгз жвЮь смлЮ
11	Юг лжг к Ю	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ Юг лжг к
12	пм лщг нмймд глж гллжтжп Ю	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ мпм лщг нмймд глж гллжтжп Ю
13	Жп мвлщг нмймд глж щ м к гп Ю	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ жп мвлщг нмймд глж щ м к гп Ю

[illegible]

26	Ан Юлгж пк мж ж Юг имз, Югжж к Ю Юлщ лЮ Юйгжж ,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ ан Юлгж к мж ж Юг имз, Югжж Юлщ лЮ Юйгжж
27	гжж м иЮ в жбЮйтыщ гЮфжж, Юаь ч жг авЮщ жжж Юфжмлщг ан Юлгжж ж жб г,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ ЮЮаь ч жг авЮщ жжж Юфжмлщг ан Юлгжж ж жб г
28	г гв ждгжж а п мйЮ пи гп лщг ж н жп Юлщг ц Юж щЮщ нг гв лЮЮ ж п м млщ ,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ нг гв ждгжж п мйЮ
29	гжж м иЮ авЮЮЮ лЮЮмк а п глиж авЮщлЮм лмп ъ,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ щнмйл ъ авЮщлЮм п глиж авЮщлЮм лмп ъ,
30	Жб Юа п мйЮЖб м щг имк жлЮфжж,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь а п мйЮ
31	Жб Юа п мйЮЖб м щг имк жлЮфжж,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь а п мйЮ
32	Жб Юа п мйЮЖб м щг имк жлЮфжж,	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь а п мйЮ
33	м г лм Юж	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь а п мйЮ
34	м г лм Юж	м г ц глп м Южг	2	Акг ъ жб Юь а п мйЮ

5. Требования к уровню подготовленности учащихся

В результате изучения настольного тенниса ученик должен

знать/понимать:

- жп м жь Ю ж ж лЮ мйълмбм гллжпЮ
- мкгп г жслЮгллжжб щ пжп гкгт жж гпимбм мпнж Юж 9
- мп ай а г ЮжмлЮыщ в ждглжз г лж гпиж н ж кЮ жб щ;
- н ЮжйЮжб щ9
- н ЮжйЮгсмнЮлмп жжб щ,

овладеть:

- гм г ж гпижжжп гвлж кж млм лщкжн ж кЮж г лжижж Ю жиж,

приобрести:

- лЮщи а Ю ж жб г жм бЮжсЮжжпЮмп м гйыщ сЮ жз,

уметь:

- щнмйл ъ млм лщг н ж кщ г лжиж - жп мвлщг нмймдглж нг гкгч глж нмвЮж н ж кщ лЮЮЮч жг авЮщ нмви а иж нмвп Юиж9 м бЮжсм Юб ж н м гп жпЮмп м гйыщг сЮ ж нмлЮ мйълмжа гллжа,

6. Критерии и нормы оценки знаний учащихся

жмфглж Южжапнг Южмп жа жщ Ю п жлвж жваЮыщг мскмдлмп жа м гль тжж гпимбм Ю ж ж ж в жбЮгйыщг мскмдлмп ж нмйгвп ж сЮмйг Южз а Ю ж п ,

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками п ж Ю п Южт им м щг лг йж Ъ лЮЮгп мж гсайъ Ю щнмйглж ,

Значительные ошибки ы м Южт им м щг лг щсц Ю млм мбм жпЮдглж

п аи а щв ждглжз лм йж ь лЮЮЮп м щнмйглж м имйж гп глщз
нмиЮЮЮйть лждг н гвйЮЮЮкбм,

Грубые ошибки ым Южг им м щг жтиЮЮ г лжа в ждглж йж ь лЮ
иЮЮп мж гсайть Ю щнмйглж ан Юлглж ,

Методика оценки успеваемости по основам знаний:

фглж ЮслЮж а Юж п лЮма ж щ Юьбйа жта жнмйлм а слЮжз
Юбакгл ж м Юлмп ьж жймдглж акглж а Юж п жнмйтьсм ЮьслЮж
н жжглж гйьлми имли г лщк пйа Юк жн Юж гпижж сЮ ж к лЮ мйьлщк
гллжтмк ,

Отметка «5» щп Юй г п сЮм г им м мк а Южзп вгкмпп ж аг
бйа мимг нмлжж Южг пач лмп жк Юг жЮЮймбж лмгбм жсйЮЮ , Жпнмйьса н жжг щ
жс н Южжж п мбм мнщ Ю

Отметка «4» п Юж п сЮм г им м мк пмвг д Юьп лг мйьц жг лг м лмп ж
жлгслЮж гйьлщг мц ж иж ,

Отметка «3» а Южгп нмйа Ю сЮм г им м мк мпа п аг ймбж гпиЮ
нмпйгвм Югйьлмп ьжжг п н м гйщ к Юг жЮг лг вмйдлмз Юбакгл Южжж
акглж жпнмйьсм ЮьслЮж п мгк мнщ г ,

Методика оценки техники владения двигательными действиями (умениями, навыками):

Отметка «5» - в жЮЮгйьлмг вгзп жг щнмйгллмн Южйьлм сЮЮлщк
пнмпм мк м лм лЮйгд Югк гкнг йгбимж г им ,

Отметка «4» - в жЮЮгйьлмг вгзп жг щнмйгллмн Южйьлм лмлгвмп Юм лм
йгбимж г им лЮйь вЮ п лгим м Юпим Юлмп ьв ждглжз ,

Отметка «3» - в жЮЮгйьлмг вгзп жг щнмйгллм мшм лмк н Южйьлм лм
вмнач глЮвлЮб а Южйжлгпимйьимкгйиж мц ж ми н ж гвц ж илга г гллмка
жйжлЮ дгллмка щнмйгллж ,

Методика оценивания способов (умений) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность:

Отметка «5» - а Ю жзп вгкмпп ж аг Юлмм Юлщг ан Юлгглз пк мк ж Юг имз, жыма а Ю жзп кмдг пЮмп м гйылмм Южсм Юькгп мсЮ жз нмвм Юьжп гл Юьжн жгглз ьгбм имли г лщ апйм ж имл мйж м Юь мв щнмйгллж сЮЮжз жмфглз ьгбм,

Отметка «4» - жгъ п лгслЮж гйылщг мц ж ижжйжлг м лмп ж мпач гп йглжжпЮмп м гйылмв тжсиайъ а лм-мсвм м ж гйылмв вг гйылмп ж

Отметка «3» - а Ю жзп вмнапиЮ б а щг мц ж иж нмв м гжвгкмпп Южж ан Юлгглз жнщ щ Ю сЮ авлглз м ЮжсЮжжкгп сЮ жз нмв м г жп гл Ю п авмк имл мйж аг мв жжмбж щнмйгллж сЮЮж ,

7. Перечень учебно-методического обеспечения

1. кгйжп , , м гкгллщз лЮ мйылщз гллжп, К,8 ж /760 б,
2. Ю аим Юб, Ю мйылщз гллжп, К /77. б,
3. Юбайм , , Мж Южп , , плм щлЮ мйылмбм гллжпЮК,8 ж /76. ,
4. , , Им Ю нм ж лщг жб щ , К мпи Ю/766 б,
5. Ж Юм В.С. гллжп лЮ мйг, К /75. б,
6. жж гпиЮ иайъ а Ю Юм ЮгйылЮ н мб ЮкЮвй а Ю ж п лЮЮылмбм ж п гвлгбм н мтгпжмЮылмбм м Юм Юж , , м бм мв8 ждгбм мвпижз бак Юж Юлщз фгл 0. . 1 б,

