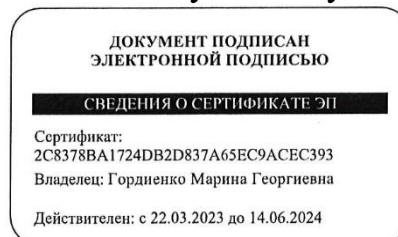


**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО  
НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ»  
(ГБУ ДО КК «СШОР по настольному теннису»)**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Директор ГБУ ДО КК «СШОР по  
настольному теннису»**



\_\_\_\_\_ М.Г. Гордиенко  
«23» марта 2024 г

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**для обучающихся на этапе совершенствования спортивного  
мастерства на 2024 год**

**Краснодар**

**2024 год**

Рабочая программа для обучающихся на этапе совершенствование спортивного мастерства разработана в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», утвержденного приказом Министерства спорта России от 31 октября 2022 г. № 884.

Целью рабочей программы для обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства является повышение функциональных возможностей организма обучающихся, совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки, обеспечение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов на соревнованиях различного уровня, поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья обучающихся.

Настольный теннис это массовый, увлекательный и зрелищный вид спорта. Доступная, простая и одновременно азартная, игра постепенно из развлечения превратилась в сложный атлетический вид спорта с разнообразной техникой, богатой тактическими вариантами, сложными игровыми комбинациями, требующий высокой общефизической, специальной физической и психологической подготовки.

Рабочая программа для обучающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства включает пояснительную записку, сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапе совершенствования спортивного мастерства, объемы спортивной подготовки, виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации этапа совершенствования спортивного мастерства, годовой учебно-тренировочный план, включающий период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса, план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, план мероприятий инструкторской практики, план применения мероприятий судейской практики, план медицинских, медико-биологических мероприятий, нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта "настольный теннис, рекомендации по планированию общей физической и специальной физической подготовки, программный материал учебно-тренировочных занятий, включающий примерный план конспект учебно-тренировочного занятия и учебно-тематический план, требования к обеспечению спортивной экипировкой.

Результатами освоения этапа совершенствования спортивного мастерства, обучающимися является:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;

- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта "настольный теннис";
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- закрепить и углубить знания антидопинговых правил;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда "кандидат в мастера спорта" не реже одного раза в два года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, в том числе межрегиональных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.