

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО 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.

**ОПИСАНИЕ
Дополнительной образовательной программы
спортивной подготовки по виду спорта
«настольный теннис»**

г. Краснодар
2024 год

1. Описание вида спорта «настольный теннис»

Настольный теннис популярный и широко распространённый в мире вид спорта, претерпевший длительную эволюцию, уходящую корнями в начало 19 века. В Англии появилась игра для развлечения знатных граждан, отдельно напоминающая игру в настольный теннис. Её участники круглыми дощечками без ручек, а затем с ручками, перекидывали друг другу мячик.

В отличие от большинства игр он не требует сложной организации мест занятий и дорогостоящего инвентаря. Играть в настольный теннис может любой желающий, что очень важно в психологическом отношении.

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.

Важной предпосылкой такого прогресса является постоянное совершенствование спортивного инвентаря. Несмотря на простоту и доступность для широких масс населения, настольный теннис – достаточно технически и физически сложный вид спорта. Вместе с тем занятия настольным теннисом позволяет регулировать физические и психические нагрузки на организм человека в зависимости от возраста, физического развития и состояния здоровья.

Возможность индивидуального, дифференцированного подхода к обучающимся настольным теннисом не только сделала его популярным, но и позволила включить в Паралимпийские игры инвалидов и чемпионаты мира среди ветеранов.

Благодаря массовости, популярности и подлинно спортивному характеру, настольный теннис в ноябре 1977 года был признан Международным олимпийским комитетом олимпийским видом спорта, а в 1988 году дебютировал в XXII летних Олимпийских играх в Сеуле. В семье игровых видов спорта настольный теннис – один из медалеемких олимпийских видов спорта: на олимпийских турнирах разыгрываются 4 комплекта медалей (в мужских и женских одиночных разрядах и мужском и женском парных разрядах).

2. Описание дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис»

2.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "настольный теннис" (далее - Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «настольный теннис» (одиночный разряд, парный разряд, смешанный парный разряд, командные соревнования) с учетом совокупности

минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта "настольный теннис", утвержденным приказом Министерства спорта России от 31 октября 2022 г. № 884 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис» (далее - ФССП) и с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "настольный теннис", утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 13 февраля 2024 года № 137.

2.2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис».

2.3. Программа направлена на:

- физическое воспитание и физическое развитие личности;
- формирование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта;
- физическое совершенствование;
- формирование культуры и здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья детей и подростков, развитие основных физических качеств: общей выносливости, ловкости, гибкости;
- выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков;
- создание условий для прохождения спортивной подготовки;
- совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования;
- подготовка спортивного резерва в сборные команды, в том числе спортивные сборные команды Российской Федерации.

2.4. Программа имеет следующую структуру и содержание:

2.4.1. Общие положения, включающие:

- 1) название дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с указанием вида спорта (спортивной дисциплины);
- 2) цели Программы;
- 3) характеристику Программы.

2.4.2. Характеристику дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, включающую:

- 1) сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки;
- 2) объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки;
- 3) виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- учебно-тренировочные занятия;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности;

- годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки;

- календарный план воспитательной работы;
- план мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;

- планы инструкторской и судейской практики;

- планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

2.4.3. Систему контроля, содержащую:

- 1) требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях;

- 2) оценку результатов освоения Программы;

- 3) контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной классификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки.

2.4.4. Рабочую программу по виду спорта (спортивной дисциплине) включает, состоящую из программного материала для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки и учебно-тематического плана.

2.4.5. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам, с указанием вида спорта, спортивной дисциплины.

2.4.6. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки включающие материально-технические условия реализации Программы, кадровые условия реализации Программы и информационно-методические условия реализации Программы.