


ЗАТВЕРДЖУЮ

Президент Української Асоціації

Настільного Тенісу

 Д. Писар

21.04.2021

Програма підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників закладів освіти

Курс «Нова фізична культура: Настільний теніс»

Загальні положення

«Нова фізична культура: Настільний теніс» — це практичний мінікурс, спрямований допомогти вчителям фізичної культури опанувати особливості викладання одного з сучасних популярних видів спорту.

У першому модулі слухачі ознайомляться з історією розвитку настільного тенісу, основними поняттями та правилами гри. Довідаються про різновиди інвентарю для настільного тенісу, стилі гри та типи хватки ракетки. Спікери курсу нададуть практичні поради, як навчити дітей правильно тримати ракетку і опанувати фундаментальні рухи в настільному тенісі.

Другий модуль присвячений актуальним методичним питанням: як створити ефективну програму занять з настільного тенісу? Як розвивати фізичні якості гравців? Який комплекс вправ слід давати учням перед вивченням базових елементів настільного тенісу? Як підвищити рівень технічної підготовки гравців? Як організувати заняття з настільного тенісу в умовах обмеженості ресурсів?

Цей курс покликаний допомогти викладачеві фізичної культури опанувати необхідний інструментарій, який зробить заняття з настільного тенісу в школі корисними, цікавими й ефективними.

Цільова аудиторія

- Вчителі фізичної культури, що прагнуть підвищити рівень педагогічної майстерності;
- тренери-початківці, які хочуть удосконалити базові знання;
- викладачі загальноосвітніх предметів, що мають на меті сформувати у школярів дбайливе ставлення до власного здоров'я;
- батьки, що дбають про фізичний розвиток своїх дітей;
- усі, хто зацікавлений у популяризації спорту серед молоді.

Тематичний розподіл

Вступ

Модуль 1. Настільний теніс: історія, базові поняття та інвентар

1.1. Історія розвитку настільного тенісу

1.2. Основні поняття в настільному тенісі та правила гри

- 1.3. Різновиди інвентарю і стилю гри в настільному тенісі
- 1.4. Хватка ракетки та її різновиди
- 1.5. Фундаментальні рухи в настільному тенісі

Модуль 2. Настільний теніс у школі: програма занять і техніка гри

- 2.1. Як створити ефективну програму занять з настільного тенісу
- 2.2. Розвиток фізичних якостей гравців у настільному тенісі
- 2.3. Попередні вправи для вивчення базових елементів
- 2.4. Основи технічної підготовки
- 2.5. Як організувати заняття у школі, невеликому залі, при малій кількості обладнання: практичні поради

Мета курсу

Допомогти освітянам і всім охочим більше дізнатись про настільний теніс, його викладання у закладах освіти, впровадження спорту до всіх сфер нашого життя.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться

Загальні: реалізація компетентнісної парадигми навчання, критичне та системне мислення, знання і розуміння сучасних тенденцій розвитку освіти, здатність логічно обґрунтовувати позицію, здатність співпрацювати з іншими людьми.

Фахові: професійно-педагогічна, інформаційно-комунікаційна, інноваційно-дослідницька, методична, компетентності з інформальної освіти.

Обсяг курсу

5 годин

Форма навчання

Онлайн-курс, опановується дистанційно

Форма підтвердження результатів навчання

Сертифікат про успішне завершення навчання із зазначенням кількості годин. Автентичність сертифіката можна перевірити за посиланням на ньому.

Напрямок навчання

Професійний розвиток педагогічних і науково-педагогічних працівників щодо удосконалення методичного і технологічного рівнів викладання фізичної культури, її інтеграції з іншими дисциплінами, розвитку навичок ефективного планування освітнього процесу, впровадження новітніх технологій у навчанні для подальшого розвитку української освіти.

Навчальна програма

Назва модуля	Кількість годин
--------------	-----------------

	Всього	у тому числі		
		Лекції	Тестування	Самостійна робота
Вступ	0,1	0,1	-	-
Модуль 1. Настільний теніс: історія, базові поняття, стилі гри та інвентар	2,4	0,6	0,1	1,7
Модуль 2. Настільний теніс у школі: програма занять та техніка гри	2,5	0,6	0,1	1,8
Всього	5	1,3	0,2	3,5

Автори програми

Дмитро Писар

Президент Української Асоціації Настільного Тенісу (кінець 2020 - початок 2021 рр.). З 2019 по 2020 р. – керівник PR-групи в Федерації Настільного Тенісу України. Чемпіон України, призер клубного чемпіонату Туреччини та Німеччини; майстер спорту України з настільного тенісу; активний діяч у сфері популяризації настільного тенісу в Україні.

Світлана Цьома

Керівниця клубу настільного тенісу «Енергія» Будинку дитячої та юнацької творчості Смілянської міської ради Черкаської області; призерка чемпіонату України з настільного тенісу серед ветеранів. «Кращий спортсмен-ветеран» і «Кращий організатор року» з 2014 по 2019 рік за результатами міської церемонії нагородження «Герої спортивного року». У 2018 р. нагороджена грамотою Міського голови за розвиток творчих здібностей учнівської молоді та підготовку стипендіатів міського голови і грамотою Управління освіти, молоді та спорту Смілянської міської ради за якісну підготовку учнів з настільного тенісу у XXIV обласних комплексних заходах з видів спорту серед школярів.

Юрій Гусак

Суддя Національної категорії, Головний суддя серії турнірів з настільного тенісу «Setka Cup», багаторазовий головний суддя Чемпіонатів України різних вікових категорій, суддя багатьох міжнародних матчів за участю професійних клубів і збірних команд України. Підготував та організував участь 10 суддів на Чемпіонат Європи серед ветеранів (м. Будапешт, 2019 рік). Був суддею фінального матчу в категорії «Чоловіки 40-49 років» на цьому ж чемпіонаті.

Денис Калачевський

Керівник відділу по організації серії турнірів з настільного тенісу «Setka Cup»; переможець і багаторазовий призер чемпіонату України; тренер з двадцятирічним досвідом; перша ракетка Українського рейтингу у 2015 році; учасник Чемпіонату світу у 2018 році.

Яків Грабарчук

Тренер-викладач дитячо-юнацької групи в «Спортивний клуб Гатне»; громадський діяч, волонтер. Сприяє розвитку молодіжного спорту в містах Вишневе та Гатне. 2014-2017 рр. — вчитель фізичного виховання у Вишнівській загальноосвітній школі I-III ступенів.

Марія Войтехова

Тренерка-викладачка в СК «Хорт», майстриня спорту України, дворазова переможниця Кубка України з настільного тенісу у 2018 році. Бере активну участь у популяризації та розвитку настільного тенісу в Запорізькій області.

Юрій Бондаренко

Вчитель фізичної культури київського ліцею №171 «Лідер», тренер з настільного тенісу клубу «Брейкс»; спікер міських практичних семінарів і майстер-класів «Впровадження інноваційних підходів у викладанні модуля «Настільний теніс»».

Реалізація програми

Громадська організація «Прометеус».

Програму розроблено відповідно до сучасної державної освітньої політики, Концепції Нової української школи та стратегії реформування освіти в Україні, Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників (Постанова КМУ від 21 серпня 2019 р. №800 зі змінами та доповненнями від 27 грудня 2019 р. №1133).