

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРНО-МЕТАЛЛУРГИЧЕСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

**Принята  
Педагогическим советом  
(протокол от 27.06.2023 №6)**



**Утверждена  
приказом МБОУ ГМ СОШ  
от 28.06.2023 № 165**

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивное направление  
«Настольный теннис»**

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:  
Васильев А. В.

г. Нижний Тагил  
2023 г.

## **Пояснительная записка**

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### **Краткая аннотация:**

Программа «Настольный теннис» физкультурно-спортивной направленности является целостным интегрированным курсом, включает теоретические и практические занятия для получения учащимися знаний и навыков, необходимых для игры в настольный теннис.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса она является модульной.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» состоит из 3 разделов: «Ознакомительный», «Начальный», «Основной». Это позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

### **Актуальность программы**

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств - выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества учащегося: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подачи, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы. Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, настольный теннис как спортивная игра своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

**Педагогическая целесообразность** заключается в возможности решения проблемы занятости свободного времени детей, формирования физических качеств, пробуждения интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

**Цель программы:**

- сформировать интерес к игре в настольный теннис;
- создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

**Задачи программы:**

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта - спортивные игры (настольный теннис);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса. Развивающие
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся;
- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммунибельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика наркозависимости, табакокурения и алкоголизма.

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Программа разработана на 68 часов - по 2 часа 1 раз в неделю, сроком освоения 1 год. Возраст воспитанников 7-17 лет. Оптимальная наполняемость групп до 8 человек.

Программа состоит из 1 модуля, который имеет 3 раздела. Содержание и материалы программы дополнительного образования соответствуют «базовому» уровню сложности.

Методы обучения - словесные (рассказ, беседа, объяснение), наглядные (показ технических приёмов, просмотр слайдов, фильмов), практические (упражнения), аналитические (сравнение, сопоставление).

**Форма организации детей на занятии:** групповая, игровая, индивидуальная, в парах.

**Результативность обучения** по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Настольный теннис» определяется в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности.

**Текущий контроль** осуществляется в течение учебного года в виде сдачи нормативов по физической и технической подготовленности.

Критерии оценки знаний и умений:

- представление об игре «настольный теннис»: стойки теннисиста, хватки ракетки; видов ударов (подрезки, накаты, подачи); ведение счёта в игре, основные правила игры;
- знание технических приемов: набивание мяча ладонной стороной ракетки, набивание мяча тыльной стороной ракетки, набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки; игра накатами справа по диагонали; игра накатами слева по диагонали; сочетание наката справа и слева в правый угол стола, выполнение наката справа в правый и левый углы стола, откидка слева со всей левой половины стола, сочетание откидок справа и слева по всему столу, выполнение подачи справа накатом в правую половину стола, выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (Приложение 1);
- умение играть на счёт (по действующим правилам);
- умение играть в групповые игры: «Круговая», «Дворник», «Один против всех», «Круговая с тренером» и другие.

### Учебный план ДООП «Настольный теннис»

№ п.п.	Наименование раздела	Количество часов		
		Всего	теория	практика
1	«Ознакомительный»	22	4	18
2	«Начальный»	23	5	18
3	«Основной»	23	5	18
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	<b>14</b>	<b>54</b>

#### Раздел I «Ознакомительный» (22 ч.)

**Цель:** формирование знаний, умений и общая специальная физическая подготовка в игре «Настольный теннис»

**Задачи:**

- сформировать понятия об игре в «Настольный теннис», основным правилам, технике движения в игре, научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- Привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям настольным теннисом;

#### Учебный план раздела 1

№ п.п.	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	

1.	Инструктаж по технике безопасности. Краткий исторический обзор развития настольного тенниса в России.	1	1		Беседа Наблюдение
2.	Гигиена и врачебный контроль. Правила игры в настольный теннис	1	1	0	Беседа наблюдение
3.	Упражнения на подвижность	1	0	1	Беседа наблюдениеигра
4.	Упражнения на развитие координации движения. Удары по мячу накатом	1	0	1	Беседа наблюдениеигра
5.	Удары по мячу с полулета, подрезкой	4	1	3	Беседа наблюдениеигра
6.	Удар по мячу срезка, толчок.	7	1	6	Беседа наблюдениеигра
7.	Игра в одиночку от стенки и в паре	5	1	4	Беседа наблюдениеигра
8.	Подведение итогов	1	0	1	Устное тестирование, контрольная игра
	<b>Итого:</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>17</b>	

## Содержание раздела 1

### **Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. Краткий исторический обзор развития настольного тенниса в России.**

Инструктаж по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности и подпись в журнале по ТБ. Правила поведения в спортивном зале и во время занятий. Спортивная обувь, одежда для занятий настольным теннисом. Устный рассказ о развитии настольного тенниса в России, наглядный материал и видео презентация.

**Практическая работа.** Устный опрос воспитанников о предоставленной информации.

### **Тема 2. Гигиена и врачебный контроль. Правила игры в настольный теннис.**

Гигиена спортсмена. Уход за одеждой, обувью и спортивным инвентарем. Справка от педиатра о физическом состоянии воспитанника с указанием группы здоровья (основная, первая, специальная). Простудные заболевания у спортсменов: причины и профилактика. Правила игры. Введения счета. Парные игры. Обязанности и права игроков. Терминология.

**Практическая работа.** Письменное тестирование на знание правил игры и терминологии.

### **Тема 3. Упражнения на подвижность.**

Упражнение на подвижность суставов: Вращение головой, повороты туловища вправо-влево, наклон туловища вперед-назад, вправо-влево, круговые и волнообразное вращения кистей рук. Прыжки на одной ноге потом на второй на обеих, прыжки на скакалке.

***Практическая работа.*** Беседа в коллективе о проделанных упражнениях.

### **Тема 4. Упражнения на развитие координации движения. Удары по мячу накатом.**

Упражнения на развитие координации движений, силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, бег по спортивном зале. Занятия с мячом индивидуально и в паре за теннисным столом.

***Практическая работа.*** Учебная игра с педагогом с умением введения счета.

### **Тема 5. Удары по мячу с полулета, подрезкой**

Разминка, эстафеты. Упражнения с предметами: скакалкой, набивным мячом, гантелями, ракеткой и теннисным мячом. Игра в паре с ведением счета.

***Практическая работа.*** Учебная игра с педагогом с применением новых полученных знаний.

### **Тема 6. Удар по мячу срезка, толчок.**

Виды приема мяча: хватка ракетки, толчок, срезка, подача, накат, подрезка, Передвижение у стола.

***Практическая работа.*** Учебная игра.

### **Тема 7. Игра в одиночку от стенки и в паре.**

Игра от стенки. Игра в паре. Применение полученных знаний умений навыков в игре.

***Практическая работа.*** Учебная игра в паре и разбор ошибок в ходе игры самими воспитанниками.

### **Тема 8. Подведение итогов.**

Проведение соревнований, практических занятий, учебных занятий.

### **Планируемые результаты**

*Учащийся должен знать:*

- что занятия настольным теннисом способствуют укреплению здоровья
- правила ТБ, охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни
- правила игры в «Настольный теннис»
- историю развития настольного тенниса в России

*Учащийся должен уметь:*

- провести специальную разминку для теннисистов

- овладеть основами техники настольного тенниса
- свободно обращаться с ракеткой и мячом уверенно ловить мяч руками с отскока и слета.

## Раздел 2 «Начальный» (23ч.)

**Цель:** Формирование основ техники игры в «настольный теннис», создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся.

### **Задачи:**

- привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям настольным теннисом;
- формирование стойкого интереса к тренировочным занятиям настольным теннисом.
- воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.

## Учебный план раздела 2

№ п.п.	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основные положения теннисиста.	3	1	2	Беседа Наблюдение Игра
2.	Способы перемещения	3	1	2	Беседа Наблюдение Игра
3.	Правила безопасности игры. Правила соревнований.	3	1	2	Беседа наблюдениеигра
4.	Выбор ракетки и способы держания.	3	1	2	Беседа наблюдениеигра
5.	Разновидности хватки «пером»	3	1	2	Беседа наблюдениеигра
6.	Удары по мячу накатом и с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	5	1	4	Беседа наблюдениеигра

7.	Игра в ближней и дальней зонах.	2	0	2	Беседа наблюдение игра
8.	Подведение итогов	1	1	0	Устное тестирование, контрольная игра
<b>Итого:</b>		<b>23</b>	<b>7</b>	<b>16</b>	

## Содержание раздела 2

### Тема 1. Основные положения теннисиста

Исходное положение. Выбор места. Основная стойка и позиция. Многократное повторение основной стойки в простых условиях и упражнениях.

**Практическая работа.** Многократное повторение основной стойки в простых условиях и упражнениях.

### Тема 2. Способы перемещения.

Шаги. Прыжки. Выпады. Броски. Одношажные и двушажные перемещения. Имитация передвижений влево-вправо-вперед-назад с выполнением ударных действий. Одиночные передвижения и удары, серийные передвижения и удары.

**Практическая работа.** Бег на дистанцию 60 м. Бег по «восьмерке». Бег боком вокруг стола. Перенос мячей. Завершающий удар на дальность отскока мяча.

### Тема 3. Правила безопасности игры. Правила соревнований.

Повторный инструктаж по ТБ, охране труда и противопожарной безопасности, правила поведения в спортзале и на занятиях. Простудные заболевания у спортсменов: причины и профилактика. Ведения счета в игре, знакомство с протоколом. Работа со счетчиками во время проведения матча. Изучение условий предстоящих соревнований и разработка индивидуальных заданий каждому теннисисту.

**Практическая работа.** Устный опрос о правилах игры и простудных заболеваний. Учебная игра с педагогом на знания правил соревнований. Соревнования между группами.

### Тема 4. Выбор ракетки и способы держания. Разновидности хватки.

Выбор ракетки по весу. Овладение правильной хваткой ракетки. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».

**Практическая работа.** Беседа с воспитанниками, демонстрация правильной хватки, учебная игра в паре.

### Тема 5. Разновидности хватки «пером»

«Малые клещи», «большие клещи»



**Практическая работа.** Учебная игра, соревнования между группами.

**Тема 6. Удары по мячу накатом и с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.**

Поддачи: чередование и выполнение серии различных подач. Отражение подач и ударов: «накатами», «подрезками», подставками. Игра двумя мячами «накатом»слева и справа

**Практическая работа.** Учебная игра. Удары справа и слева ракеткой по мячу утренеровочной стенки, удары по мячу, выбрасываемому партнером.

**Тема 7. Игра в ближней и дальней зонах.**

Игра со своего стола с коротких и длинных мячей, групповые игры; «Круговая», «Дворник», «Один против всех», «круговая – с тренером» и другие.

**Практическая работа.** Учебная игра со всеми ранее изученными правилами настольный теннис и после разбор ошибок.

**Тема 8. Подведение итогов**

Проведение соревнований, практических занятий, учебных занятий, письменное тестирование.

**Планируемые результаты**

*Учащийся должен знать:*

- что занятия настольным теннисом способствуют укреплению здоровья
- правила ТБ, охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни
- правила игры в «Настольный теннис»

*Учащийся должен уметь:*

- провести специальную разминку для теннисистов
- выполнять имитацию ударов срезкой справа и слева с правильным балансом
- полностью овладеть правилами судейства в теннисе
- проводить судейство в группе

### **Раздел 3 «Основной» (23ч.)**

**Цель:** Формирование основ тактики игры в «настольный теннис» и всестороннее физическое и личностное развитие.

**Задачи:**

- Обучение основным приемам игры и тактическим действиям
- Привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами настольного тенниса.
- Формирование учебно-тренировочном процессе работу по патриотизму, нравственных качеств (честности, активности, коллективизма, доброжелательности, инициативности, ответственности, целеустремленности, коммуникабельности) в сочетании с волевыми качествами (настойчивостью, смелостью, упорством, терпеливостью, самообладанием).

№ п.п.	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Тактика одиночных игр. Игра в защите.	3	0	3	Беседа Наблюдение Игра
	Основные тактические комбинации.	3	0	3	Беседа Наблюдение Игра
	Короткая подача. Длинная подача	4	1	3	Беседа наблюдение игра
	Подача накатом, удары слева и справа срезкой	5	1	4	Беседа наблюдение игра
	Удары накатом с подрезанного мяча.	5	1	4	Беседа наблюдение игра
	Удары накатом по короткому мячу	2	1	2	Беседа наблюдение игра
	Подведение итогов.	1	1	0	Беседа наблюдение игра
	<b>Итого:</b>	<b>23</b>	<b>5</b>	<b>18</b>	

### Содержание раздела 3

#### 1. Тактика одиночных игр. Игра в защите.

Тактика игры в различных зонах. Выбор позиции. Сочетание подач с атакующими и защитными ударами. Комбинация в одиночных и парных играх.

**Практическая работа.** Учебная игра со всеми ранее изученными правилами и после разбор ошибок.

#### Тема 2. Основные тактические комбинации.

Игра атакующего против защитника. Игра защитника против атакующего. Игра атакующего против атакующего.

**Практическая работа.** Учебная игра в паре и с педагогом и после разбор ошибок.

#### Тема 3. Короткая подача. Длинная подача.

Завершающий удар в центр стола, вблизи сетки, на край стола. Контрудары.

**Практическая работа.** Учебная игра и отработка всех навыков и приемов.

#### Тема 4. Подача накатом, удары слева и справа срезкой.

Выполнение подач разными ударами. Игра накатом – различные варианты по длине полета мяча, по направлениям полета мяча, сочетание накатов справа и слева.

**Практическая работа.** Учебная игра в паре и с педагогом.

#### Тема 5. Удары накатом с подрезанного мяча.

Игра срезкой и подрезкой – различные варианты по длине полета мяча, по направлениям полета мяча, сочетание накатов справа и слева.

**Практическая работа.** Учебная игра.

### **Тема 6. Удары накато́м по короткому мячу.**

Игра с наката слева по диагонали. Игра с наката справа по диагонали.

**Практическая работа.** Учебная игра, соревнования в группах.

### **Тема 7. Подведение итогов.**

Участие в соревнованиях различного уровня, практические занятия, учебные занятия, письменное тестирование.

## **Планируемые результаты**

*Учащийся должен знать:*

- что занятия настольным теннисом способствуют укреплению здоровья
- влияние физических упражнений на строение и функции организма
- правила ТБ, охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни

- правила игры в «Настольный теннис»

*Учащийся должен уметь:*

- свободно обращаться с ракеткой и мячом, уверенно ловить мяч руками с отскока и с лета, катать мячи руками и ракеткой по различным направлениям (линия, диагональ), останавливать ракеткой катящийся мяч, уверенно выполнять «чеканку» (отбивания мяча от пола), подбивать мяч на ладонной и тыльной сторонах ракетки, контролируя при движении высоту и вертикальное направление отскока мяча;
- выполнять имитацию ударов срезкой справа и слева с правильным балансом, показывать расположение точки контакта, делать окончание удара с поднятым локтем на уровне плеч;
- выполнять серии розыгрышей ударами срезкой друг с другом в паре только справа или только слева с акцентом на: а) технику исполнения, б) удержание мяча в игре;
- перемещаться в стороны от центра стола на 2-3 шага и играть с чередованием ударов срезкой справа – слева;
- уверенно выполнять удары срезкой в средней точке полета мяча в правильной стойке;
- иметь представление о правилах игры и способе начисления очка при игре на счет;
- активно сотрудничать с другими детьми на занятии, проявлять положительные эмоции при двигательной активности

*Демонстрировать:*

- технические и тактические действия игры настольный теннис, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» разработана с учётом имеющихся материалов по учебной, физкультурно-оздоровительной, методической литературе для детей и подростков. Кроме того, при обучении детей используются тематические электронные ресурсы, видеозаписи.

Объяснение (рассказ), показ упражнения (технического или тактического приёма), разучивание (повторения упражнения, анализ выполненных движений).

Методика выполнения упражнений для развития физических качеств: быстроты, ловкости, силы и выносливости.

### Календарный учебный график

№ п/п	Содержание деятельности	Примерное кол-во учебных недель	Примерная дата начала и окончания учебных периодов
1	Набор детей в объединение	2	с 1 по 11 сентября
2	Реализация рабочей программы	32	с 12 сентября по 30 декабря
	Количество часов в неделю	1	с 9 января по 30 мая
3	Осенние каникулы	1	с 31 октября по 6 ноября
4	Новогодние каникулы	1	с 1 по 8 января
5	Осенние каникулы	1	с 27 марта по 2 апреля

### Материально-техническое обеспечение

Спортивная форма, кроссовки; набор для настольного тенниса; стол для настольного тенниса.

### Кадровое обеспечение

Реализацию данной программы обеспечивает педагог дополнительного образования с педагогическим образованием и стажем работы с обучающимися начального, среднего и старшего школьного возраста.

### Ожидаемый результат.

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в настольный теннис. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

### Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

В процессе освоения настоящей программы предусмотрено осуществление следующих видов контроля:

Текущий контроль проводится в конце каждого занятия в следующих формах:

- Собеседование.
- Фронтальный опрос.
- Создание ситуаций проявления качеств, умений, навыков.
- Анализ отзывов о выполненной работе.

Промежуточный мониторинг осуществляется в конце полугодия в следующих формах:

- Участие в дружеских матчах.
- Сдача нормативов на уровень – средний и выше.

Итоговый мониторинг проводится в конце учебного года по завершению освоения программы и может проводиться в формах:

- Сдача нормативов.
- Участие в межмуниципальных соревнованиях.

## **Список литературы**

### ***Список литературы для педагога:***

1. Барчукова Г.В. Теория и методика настольного тенниса / Г.В. Барчукова, В. М.Богушас, О. В. Матышин. - М.: Академия, 2016. – 528 с.
2. Команов В.В. Настольный теннис глазами тренера. Практика и методика / В.В.Команов. - М.: Информпечать, 2012. – 190 с.
3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.
4. Серова Л.К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе: учебное пособие / Л.К. Серова. – М.: Спорт, 2016. – 96 с.
5. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2003. – 480 с.
6. Худец Р. Настольный теннис. Техника с Владимиром Самсоновым / Р. Худец. - М.: Виста Спорт, 2017. – 272 с.

### ***Список литературы для учащихся:***

1. Байгулов Ю.П. Настольный теннис: вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. - М.: Физкультура и спорт, 2000. – 254 с.
2. Мизин А.Н. Физическая культура: настольный теннис / А.Н. Мизин, Г.В.Барчукова. - М.: ТВТ Дивизион, 2015. – 312 с.
3. Милоданова Ю.А. Обучение настольному теннису за 5 шагов / Ю.А. Милоданова, В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов. – М.: Спорт, 2015. – 128 с.
4. Рябинина С.К. Физическая культура в вузе. Настольный теннис / С.К. Рябинина. - Красноярск: СФУ, 2012. – 150 с.
5. Фримерман Э.Я. Настольный теннис / Э.Я. Фримерман. - М.: Олимпия Пресс, 2005. – 80 с.

### **Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе:**

- 1) [www.consultant.ru](http://www.consultant.ru) (КонсультантПлюс):
  - Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
  - Приказ Минобрнауки РФ от 9 ноября №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
  - Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»
  - Приказ Минспорта РФ от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»
  - Письмо Минспорта РФ от 12.05.2014 №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в РФ»
  - Приказ Минспорта России от 12.09.2013 №730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»
  - Приказ Минздравсоцразвития РФ от 09.08.2010 №613н «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий»
  - Приказ Минспорта РФ от 18.06.13 №399 «Об утверждении Федерального

стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис».

2) <http://www.minsport.gov.ru/sport/> (Минспорта РФ):

-Всероссийский реестр видов спорта.

//<http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/priznanie-vidov-spor/>

-Единая всероссийская спортивная классификация 2014-2017гг

//<http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska/5507/>

-Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, положения о всероссийских соревнованиях.

//<http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinyy-kalendarnyy-p/>

3) <http://bmsi.ru> (Библиотека международной спортивной информации)

4) Добрая дорога детства: интернет портал// <http://www.dddgazeta.ru/>