Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества «Радость» г. Орска»

КОНСПЕКТ

ОТКРЫТОГО ЗАНЯТИЯ

по настольному теннису

(1-ый год обучения)

"Передвижение у стола. Техника подачи и приема мяча"

****

Автор-составитель

Денисова Арина Руслановна

Педагог дополнительного образования

**Орск, 2025**

 **Конспект открытого занятия**

**Тема занятия** "Передвижение у стола. Техника подачи и приема мяча"

по ДООП «\_\_\_\_\_» объединения «Настольный теннис»

раздел «Техническая подготовка»

**Возраст обучающихся:** 11-13 лет, 1 год обучения.

**Цель занятия:** Продолжить формирование техники передвижения у стола, техники подачи и приема мяча у обучающихся.

**Задачи:**

***образовательные:***

* + - * повторение техники передвижения у стола, подачи и приема мяча;
			* закрепить технику движения у стола, исходя из основной стойки теннисиста;
			* научиться определять прием подачи справа и слева с учетом позиции рук, ног и туловища;

***развивающие:***

* содействовать формированию культуры поведения в коллективе и на публике, формированию чувства ответственности;
* развивать координацию движения, гибкость, быстроту и скорость реакции, необходимых игроку;

***воспитательные:***

воспитывать волевые качества личности, чувство ответственности, товарищества и дисциплинированности.

**Тип занятия:** учебное занятие закрепления знаний и способов деятельности

**Методы:** практический, словесный, наглядный.

**УМК занятия:**

**Используемые педагогические технологии на занятии:** здоровьесберегающие, групповые, игровые технологии.

**Инвентарь:**

* ракетки для настольного тенниса, мячи, стол.

**Ход занятия:**

**Организационный этап**

*Построить детей в шеренгу*

**Педагог:** Внимание! «Равняйсь!», «Смирно!». Здравствуйте ребята! Как настроение? Какие вы сегодня бодрые, молодцы!

**Педагог:** Сегодня к нам на занятие пришли гости, это Семенова Анна Александровна – руководитель нашего клуба и Кулагина Маргарита Борисовна – методист.

**Педагог:** Сегодня мы повторим технику передвижения у стола, технику подачи и приема мяча.

**Педагог:** Ребята, а с чего мы начинаем наше занятие? *Ответы детей*

**Педагог:** Как правило, на занятии мы должны соблюдать технику безопасности. Кто сможет рассказать технику безопасности на занятии? *Ответы детей*

**Педагог:** Технику безопасности соблюдаем, друг друга не толкаем, инвентарь без разрешения не брать, если нужно выйти и т.д., спрашивайте разрешение.

**Этап повторения**

**Педагог:**Ребята, давайте вспомним что мы делали на прошлом занятии?

*Ответы детей:* Мы отрабатывали технику наката слева и справа.

**Педагог:** Хорошо. Все усвоили технику? А кто может показать ее?

**Подготовительный этап**

**Педагог:** Хорошо, технику безопасности рассказали, что следующее мы с вами будем выполнять? *Ответы детей*

**Педагог:** Правильно! Нам нужно выполнить разминку. Внимание! «Равняйсь!», «Смирно!», «Нале-во!», «Напра-во!», «Кругом!», «Нале-во!». «На первый, второй расчитайсь!», Первые номера 2 шага вперед, вторые на месте. На вытянутые руки разойтись!»

**ОРУ**

1 упражнение.

И. п. – о. с. руки на пояс.

1- наклон головы влево.

2 - наклон головы вправо.

3 - наклон головы вперед.

4 – наклон головы назад.

2 упражнение.

И. п. – о. с. руки на пояс.

1- 4 -круговые движения головой влево.

5- и. п.

6-10 - круговые движения вправо.

3 упражнение.

И. п. – о. с. правая рука вверху, левая внизу.

1- 4- рывки руками правой.

5- И. п.

6-10 – рывки руками левой.

4 упражнения.

И. п. – о. с. руки вытянуты вперед.

1 – 4 - мах двумя руками вперед.

5 – 9 – мах двумя руками назад.

5 упражнения.

И. п. – о. с. руки на пояс.

1 - наклон туловища влево.

2 – наклон туловища вправо.

3 – наклон туловища вперед.

4 – наклон туловища назад.

6 упражнение.

И. п. – о. с руки на пояс.

1 – 4 - круговые движения туловищем, влево.

5 – и. п.

6 -10 – тоже вправо.

7 упражнение.

И. п. – о. с. руки вытянуты вперед.

1 - мах правой ногой, к левой руке.

2 - и.п.

3- мах левой ногой, к правой руке.

4 – 6 – тоже

8 упражнение.

И.п. – присед на правую, левая вытянута в сторону.

1- перекаты с правой на левую.

2- 6 – тоже.

9 упражнение.

И.п. – о.с.

1- выпад правой.

2-3- пружинистые движения.

4 – выпрыгиванием выпад левой.

5-9 – тоже

10 упражнение.

И.п.- о.с.

1 - 3-прыжки на левой.

4 – 7 - прыжки на правой.

8 - 11 – прыжки на двух.

12 – прыжком на 360 градусов.

11 упражнение.

И.п. – о.с. кисти в замок.

1-4- круговые движения вперед.

5-9- круговые движения назад.

**Основной этап**

**Педагог:** Ребята, какая тема была озвучена мной в начале занятия? Что сегодня мы будем выполнять? А для чего мы с вами это будет делать?

*Ответы детей*

**Педагог:** Отлично! «Первые номера, 2 шага назад, в одну шеренгу стройся!»

«По порядку номеров рассчитайсь!»

**Задание 1.**

**Педагог:** Первый игрок встает к столу, второй собирает мячи, остальные сели на лавочку, внимательно смотрим, как нужно выполнять технику!

**Задание 2**.

**Педагог:** Сейчас мы повторим технику передвижения у стола.

**Педагог:** Ребята, кто сможет показать, как правильно выполняется приставной шаг, и какая правильная стойка теннисиста должна быть?

*Педагог показывает правильное выполнение техники*

**Педагог:** Выполняем приставной шаг, с схватыванием мяча ладонью.

Я кидаю мячи в разные стороны, ваша задача, выполнять технику передвижения у стола. Первый обучающиеся отыграл, следующий встает тот, кто собирал мячи.

*Спросить ребят, правильно ли игрок выполнял технику, указать на ошибки.*

**Задание 3.**

**Педагог:** Теперь повторим технику подачи мяча слева и справа. Каждый подает по 5 мячей мячей слева и справа.

*Педагог показывает неправильную подачу. Спросить детей правильно ли педагог выполняет технику.*

**Задание 4.**

**Педагог:** Выполняем имитацию движения руки при приеме мяча.

Приставной шаг с имитацией слева – 5 раз.

Приставной шаг с имитацией справа – 5 раз.

*Показать правильную технику выполнения.*

**Педагог:** Ребята, а сейчас мне бы хотелось рассказать вам о чемпионе России по настольному теннису в одиночном разряде Максиме Гребневе.

Максим Алексеевич Гребнев — российский игрок в настольный теннис, член национальной сборной России. Родился 9 января 2002 года в городе Подпорожье Ленинградской области.

Максима спросили на интервью: «с чего начался твой спортивный путь?»

– В семь лет моя мама привела меня в секцию настольного тенниса в городе Подпорожье, хотя, конечно же, были варианты и других спортивных направлений. Первым тренером была Светлана Моисеева, которая и привила любовь к этому виду спорта и помогла освоить начальную школу игры.

Позже, чтобы повысить уровень мастерства, я переехал в посёлок Сиверский Гатчинского района, где расположен Центр подготовки спортивного резерва «НИКА». Это самая сильная школа настольного тенниса Северо-Западного федерального округа. Я по сей день тренируюсь именно там. Мои тренера сейчас: Андрей и Александр Комовы, Татьяна Шевченко.

В 2016 году, в возрасте 14 лет, Максиму Гребневу присвоено спортивное звание «Мастер спорта России».

**Педагог:** Давайте просмотрим видео ролик с его игрой, рассмотрим его технику игры.

**Задание 5.**

**Педагог:** Следующее упражнение это - техника приема мяча. Выполняем прием мяча.

**Игровой этап**

**Педагог:** Ребята возьмите свои ракетки и мячики. Построились в одну шеренгу. Сейчас я засекаю время 30 сек. Каждый начинает набивать мяч, по команде марш!

Ваша задача как можно больше набить мяч на ракетке за 30 сек. времени.

**Контрольный этап**

**Педагог:** Давайте вспомним какие упражнения сегодня мы выполняли.

Какие упражнения были для вас сложными в выполнении?

Какие упражнения были для вас интересными?

Какие упражнения были для вас легкими?

Игра с изученными элементами.

*Ответы детей*

**Игра в настольный теннис с применениями изученными элементами.**

*Посмотреть правильно ли обучающиеся усвоили технику передвижения у стола, технику подачи и прием мяча.*

*Указать на ошибки.*

**Рефлексивный этап**

*Выявление результатов у каждого обучающегося. Указать на ошибки.*

**Педагог:** Ребята как вы думаете кто, был самым активным сегодня на занятии?

Кто быстрее реагировал на мои вопросы?

Надеюсь от сегодняшнего занятия все получили положительные эмоции?

*Ответы детей*

**Информационный этап.**

**Педагог:** На следующем занятии мы с вами отработаем совершенствование техники «наката» и применение в игре.

**Литература**

1. Альбуханова, К.А. Общие подходы к изучению личности [Электронный ресурс]/ К.А.Абульханова-Славская, А.Н.Славская, Е.А. Леванова, Т.В. Пушкарева // Педагогика и психология образования, 2018. —№ 4. — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/obschie-podhody-k-izucheniyu-lichnosti>

2. Дополнительное образование детей. Психолого-педагогическое сопровождение : учебник для среднего профессионального образования / Л. В. Байбородова [и др.] ; ответственный редактор Л. В. Байбородова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 363 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07619-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513405>.

3. Дополнительное образование детей: история и современность : учебное пособие для среднего профессионального образования / ответственный редактор А. В. Золотарева. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 277 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14037-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513265>.

4. Золотарева, А. В. Методика преподавания по программам дополнительного образования детей : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. В. Золотарева, Г. М. Криницкая, А. Л. Пикина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 315 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-89561-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513267>.

5. Педагогика в 2 т. Том 2. Теория и методика воспитания : учебник и практикум для вузов / М. И. Рожков, Л. В. Байбородова, О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк ; под редакцией М. И. Рожкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 252 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06489-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/515021.