

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 47»  
г. Минусинска Красноярского края

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим Советом  
МОБУ «СОШ № 47»  
Протокол № 1 от 30.08. 2022

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора МОБУ «СОШ №47»  
№03-02-235 от «30» августа 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности  
«Настольный теннис»**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 7-14 лет  
Срок реализации –1 год

Составитель программы:  
педагог дополнительного образования  
Чувашев Максим Константинович

Минусинск, 2022 г.

## Содержание

### Раздел № 1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели, задачи, планируемые результаты.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.3.1. Учебный план.....	6
1.3.2. Содержание учебного плана.....	9

### Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	11
2.2. Условия реализации программы.....	11
2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение.....	11
2.2.2. Формы аттестации и оценочные материалы.....	12
2.2.3. Методические материалы.....	12
2.2.4. Список литературы.....	13

.....9

## Раздел № 1

### КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе «Положения об организации дополнительного образования в МОБУ «СОШ №47».

#### 1.1. Пояснительная записка

<b>Направленность программы</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Новизна программы</b>	<p>Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.</p> <p>Выбор спортивной игры – настольный теннис - определился популярностью ее в детской среде школы, доступностью, широкой распространенностью в поселке, учебно-материальной базой школы и ее социальных партнеров, естественно, подготовленностью самого учителя.</p> <p>Анализ детского (родительского) спроса на данную дополнительную образовательную программу «Настольный теннис» показал, что она востребована как среди учащихся 2-4 классов, так и у обучающихся среднего и старшего звена школы.</p> <p>Очень важно, что учащиеся, могли после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение.</p> <p>Данный вид спорта очень популярен в п.Зеленый Бор, г.Минусинске, поэтому у обучающихся есть возможность показать свои способности и умения на соревнованиях разного уровня.</p>
<b>Актуальность программы</b>	<p>Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.</p> <p>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 ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, учит занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.</p> <p>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.</p> <p>В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания</p>

	развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Настольный теннис», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.
<b>Отличительные особенности программы</b>	Выбор спортивной игры – настольный теннис определен ее популярностью в школе, поселке, городе проведением турниров среди школьников на муниципальном, районном и краевом уровне, традициями школы (призовые места), учебно-материальной базой и, естественно, подготовленностью самого учителя.
<b>Адресат программы</b>	Программа «Настольный теннис» предназначена для детей 7-14 лет, с возможностью посещения (подготовка к соревнованиям) более старших учащихся. Группа формируется до 25 человек. Набор детей свободный.
<b>Особенности организации образовательного процесса</b>	<p>Форма объединения: кружок настольный теннис</p> <p>Возрастная категория: обучающиеся 2-8 ых классов, 7-14 лет, с возможностью посещения (подготовка к соревнованиям) более старших учащихся.</p> <p>Количество групп: 2</p> <p>Наполняемость группы 1: 25 обучающихся</p> <p>Состав группы: постоянный.</p> <p>Особых условий приёма детей нет.</p>
<b>Объём и срок освоения программы</b>	Программа рассчитана на 1 год обучения
<b>Формы обучения</b>	Очная, с возможностью использования электронного обучения и дистанционных технологий. Учебное занятие
<b>Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий</b>	Занятия организуются 2 раза в неделю, продолжительность занятия 45 минут. Общее количество часов в неделю –4,5 часа. Место проведения занятий: спортивный зал школы, зал тенниса с/к «Факел».
<b>Промежуточная аттестация</b>	<p>Форма предъявления образовательного результата - соревнования по настольному теннису (возможны и другие формы - тесты, выполнение нормативов).</p> <p>Форма отслеживания и фиксация образовательного результата –протокол соревнований.</p>

## 1.2. Цели, задачи, планируемые результаты

**Цель программы** - раскрытие и реализация личностного потенциала и формирование у обучающихся компетентности «Совместная деятельность» посредством занятий настольным теннисом.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач**:

Задачи	Планируемые результаты
Образовательные	<ul style="list-style-type: none"> <li>дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис); научить правильно регулировать свою физическую нагрузку; обучить учащихся тактике настольного</li> </ul>

	тенниса.
Развивающие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;</li> <li>• развивать двигательные способности посредством игры в теннис;</li> <li>• формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга</li> </ul>
Воспитательные	<ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;</li> <li>• воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;</li> <li>• пропаганда здорового образа жизни, которая ведет к снижению преступности среди подростков, а также профилактика деструктивного поведения.</li> </ul>

### Планируемые результаты

Задачи	Планируемые результаты
<p>Формировать коммуникативную компетентность в сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми</p>	<p><b>Личностные:</b> умеют работать в группе и подчиняют свои интересы интересам команды.</p> <p><b>Метапредметные:</b> комментируют собственные действия, анализируют и дают оценку выполнению технических заданий, комбинаций, движений сверстниками в процессе тренировок и проведения соревнований.</p> <p><b>Предметные:</b> владеют основными правилами ведения игры, критериями успешного соперничества и взаимодействия в процессе игры в теннис.</p>
<p>Выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проявляют ответственное отношение к тренировкам;</li> <li>– стремятся к саморазвитию, к достижению лучших результатов;</li> <li>– умеют оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий в процессе тренировок.</li> </ul> <p><b>Метапредметные:</b> владеют широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, активно их используют во время тренировок и игры в теннис.</p> <p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполняют учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;</li> <li>– знают основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях теннисом и правила его</li> </ul>

предупреждения;  
– осуществляют судейство игры в теннис

### 1.3.1. Учебный план

Раздел	Содержание	Теория	Практика	Общее кол-во часов	Формы аттестации/контроля
<b>1. Техника: совершенствование, передвижения и координация</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Упражнения с ракеткой и мячом. Техника передвижения у стола, координация. Точность попадания. <u>Практический компонент:</u> Атака, контратака. Подача мяча.	15	15	30	Тестирование физических качеств
<b>2. Тактика: отработка технико-тактической комбинации</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Теоретические примеры. <u>Практический компонент:</u> Удары справа и слева. Срезка в ближнюю и дальнюю зону. Тактические приёмы. Возврат мяча срезкой слева влево.	11	17	28	Выполнение комбинации
<b>3. Индивидуальная подготовка</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Индивидуальный разбор упражнений. <u>Практический компонент:</u> Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма	8	12	20	Выполнение комбинации
<b>4. Игры на счёт</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Правила игры. <u>Практический компонент:</u> Практика. Игры на счёт: короткие и длинные партии.	8	29	37	Соревновательная деятельность
<b>5. Простые упражнения по элементам (без усложнений)</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Совершенствование подачи и их приёма. <u>Практический компонент:</u> Имитация ударов на столе. Упражнения на развитие скорости удара	6	10	16	Выполнение комбинации
<b>6. Контроль нормативов</b>	<u>Теоретический компонент:</u> Контроль нормативов	2	18	20	Тестирование физических

<b>физического развития</b>	технической подготовки. Тесты итоговые. <u>Практический компонент:</u> Сдача нормативов. Индивидуальная работа				качеств
<b>ИТОГО:</b>		<b>51</b>	<b>102</b>	<b>153</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного плана

#### **1 раздел. Теоретическая подготовка.**

**Теория.** История тенниса. Основные правила игры в теннис.

**Практика.** Применение основных правил в учебной игре, Судейство учебной игры.

**Входной контроль.**

#### **2 раздел. Общая и специальная физическая подготовка.**

**Теория.** Техника передвижения в теннисе

**Практика.** Стойки и перемещения бегом лицом и спиной вперед, приставными и с крестными шагами. Упражнения для развития быстро-ты развития гибкости , координации движений, скоростно-силовых , координационных способностей.

**Промежуточный контроль.**

#### **3 раздел. Техническая и тактическая подготовка**

**Теория.** Техника игры: Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций.

**Практика.** Тактические действия в нападении, тактические действия в защите

**Итоговый контроль**

### Календарный учебный график на первый год обучения

Номер занятия	Наименование темы	Количество часов	Дата	
			План	Факт
1	Инструктаж по технике безопасности.			
2	Правила распорядка.			
3	Правила распорядка.			
4	Упражнения с ракеткой и мячом			

	(набивание).			
5	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).			
6	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).			
7	Техника передвижений у стола, координация.			
8	Техника передвижений у стола, координация.			
9	Точность попадания, техника.			
10	Точность попадания, техника.			
11	Атака, контратака.			
12	Атака, контратака.			
13	Подача мяча			
14	Подача мяча			
15	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
16	Удар справа, удар слева.			
17	Удар справа, удар слева.			
18	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.			
19	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.			
20	Тактические приёмы и комбинации.			
21	Тактические приёмы и комбинации.			
22	Тактические приёмы и комбинации.			
23	Тактические приёмы и комбинации.			
24	Возврат мяча срезка слева влево.			
25	Возврат мяча срезка слева влево.			
26	Теоретические примеры.			
27	Теоретические примеры.			
28	Теоретические примеры.			

29	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
30	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
31	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
32	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
33	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
34	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
35	Индивидуальный разбор упражнений.			
36	Индивидуальный разбор упражнений.			
37	Индивидуальный разбор упражнений.			
38	Индивидуальный разбор упражнений.			
39	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
40	Правила игры (теория).			
41	Правила игры (теория).			
42	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
43	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
44	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
45	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
46	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
47	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
48	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
49	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
50	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			

51	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
52	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
53	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
54	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
55	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
56	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
57	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
58	Имитация ударов на столе.			
59	Имитация ударов на столе.			
60	Упражнения на развитие скорости удара.			
61	Упражнения на развитие скорости удара.			
62	Упражнения на развитие скорости удара.			
63	Совершенствование подач и их приёма.			
64	Совершенствование подач и их приёма.			
65	Промежуточная аттестация.			
66	Сдача нормативов.			
67	<b>Итоговое занятие</b> Сдача нормативов.			
68	Сдача нормативов.			
	<b>ИТОГО:</b>			

**Календарный учебный график  
на второй год обучения**

Номер занятия	Наименование темы	Количество часов	Дата	
			План	План

1	Инструктаж по технике безопасности.			
2	Правила распорядка.			
3	Правила распорядка.			
4	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).			
5	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).			
6	Упражнения с ракеткой и мячом (набивание).			
7	Техника передвижений у стола, координация.			
8	Техника передвижений у стола, координация.			
9	Точность попадания, техника.			
10	Точность попадания, техника.			
11	Атака, контратака.			
12	Атака, контратака.			
13	Подача мяча			
14	Подача мяча			
15	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
16	Удар справа, удар слева.			
17	Удар справа, удар слева.			
18	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.			
19	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.			
20	Тактические приёмы и комбинации.			
21	Тактические приёмы и комбинации.			
22	Тактические приёмы и комбинации.			
23	Тактические приёмы и комбинации.			
24	Возврат мяча срезка слева влево.			

25	Возврат мяча срезка слева влево.			
26	Теоретические примеры.			
27	Теоретические примеры.			
28	Теоретические примеры.			
29	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
30	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
31	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
32	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
33	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
34	Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.			
35	Индивидуальный разбор упражнений.			
36	Индивидуальный разбор упражнений.			
37	Индивидуальный разбор упражнений.			
38	Индивидуальный разбор упражнений.			
39	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
40	Правила игры (теория).			
41	Правила игры (теория).			
42	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
43	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
44	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
45	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
46	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
47	Практика (игры на счёт: короткие и			

	длинные партии).			
48	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
49	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
50	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
51	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
52	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
53	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
54	Практика (игры на счёт: короткие и длинные партии).			
55	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
56	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
57	Итоговое занятие. Текущий контроль успеваемости			
58	Имитация ударов на столе.			
59	Имитация ударов на столе.			
60	Упражнения на развитие скорости удара.			
61	Упражнения на развитие скорости удара.			
62	Упражнения на развитие скорости удара.			
63	Совершенствование подач и их приёма.			
64	Совершенствование подач и их приёма.			
65	Промежуточная аттестация.			
66	Сдача нормативов.			
67	Сдача нормативов. Тесты игровые.			
68	Сдача нормативов. Тесты игровые.			
	<b>ИТОГО:</b>			

## КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения аттестации
2022-2023	01.09.2022	31.05	34	152	4,5 ч. в неделю	май

## 2.2 Условия реализации программы

### 2.2.2 Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение

<b>Материально-техническое обеспечение</b>	Мячи теннисные Теннисные столы (через социальных партнеров) Теннисные ракетки
<b>Информационное обеспечение</b>	Сеть творческих учителей <a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> <a href="http://www.bibliotekar.ru">http://www.bibliotekar.ru</a> библиотека <a href="http://ru.savefrom.net/">http://ru.savefrom.net/</a> для скачивания видео с интернета <a href="http://www.openclass.ru/sub/">http://www.openclass.ru/sub/</a> Физическая культура Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры. <a href="http://www.uchportal.ru">http://www.uchportal.ru</a> Учительский портал.
<b>Кадровое обеспечение</b>	Образовательный процесс обеспечивает педагог ДО МОБУ «СОШ № 47»

### 2.2.2 Формы аттестации и оценочные материалы

#### Критерии текущего контроля успеваемости, проводимых в форме наблюдения

**Низкий уровень** – учащийся имеет знания о правилах игры, владеет простейшими основами техники настольного тенниса, умеет проводить специальную разминку теннисиста, знаком с правилами проведения соревнований по данному виду спорта.

**Средний уровень** – учащийся имеет более глубокие знания о правилах игры и спорных ситуациях, хорошо владеет арсеналом технических приёмов и применяет их на практике, знаком с основами судейства в настольном теннисе, умеет составлять график соревнований в личном зачёте и определять победителя.

**Высокий уровень** – учащийся имеет глубокие знания о правилах игры в настольный теннис, владеет такими техническими приемами как: накат справа и слева по диагонали, накат справа и слева поочередно, накат справа и слева в один угол стола, топ – пин из разных положений. Учащийся умеет проводить и судить соревнования в группах младшего возраста.

#### Оценочные материалы для промежуточной аттестации, проводимой в форме сдачи нормативов и спарринг - тренировки.

##### Упражнения для сдачи нормативов

Набивание мяча (кол-во раз)	Юноши: 20 – 25	Девушки: 15 – 20
Подрезка (кол – во секунд без потери мяча)	Юноши: 30 – 35 с	Девушки: 25 – 30 с.
Накат (кол – во раз в серии)	Юноши: 15-20	Девушки: 10 – 15
Подача (кол – во раз, 10)	Юноши: 9 попаданий	Девушки: 7 попаданий

попыток)		
----------	--	--

Спарринг игра – это вид игры в настольном теннисе, при котором ваш партнёр – игрок заменяет соперника во время тренировки. Для спарринга лучше выбирать игрока более высокой квалификации. Такая тренировка дает возможность увидеть уровень исполнения технических элементов, к которому стоит стремиться.

**Критерии оценки результатов:**

- Высокий уровень - ученик самостоятельно и правильно справился с заданием;
- Средний уровень - для правильного выполнения задания ученику требуется несколько самостоятельных попыток или подсказка педагога;
- Низкий уровень - ученик не выполнил задание даже после подсказки педагога.

**2.2.3. Методические материалы**

Педагогические технологии	Игровая технология, коллективный способ обучения, информационно-коммуникационные технологии
Методы обучения	<p><b>Специфические методы физического воспитания:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) методы строго регламентированного упражнения;</li> <li>2) игровой метод (использование упражнений в игровой форме);</li> <li>3) соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме).</li> </ol> <p><b>Общепедагогические методы</b> Общепедагогические методы включают в себя:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) словесные методы;</li> <li>2) методы наглядного воздействия</li> </ol>

Алгоритм учебного занятия	<p>Организационный этап</p> <p>Организация учащихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил безопасной работы в зале (площадке).</p> <p>1. Основной этап</p> <p>Разминка (упражнения ОФП). Постановка целей занятия. Отработка упражнений СФП. Отработка технических, тактических приемов игры в настольный теннис Изучение и отработка нового. Коррекция ошибок. Игровые моменты (учебная игра).</p> <p>2. Завершающий этап</p> <p>Автоматизация умственных действий по изученному материалу. Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия.</p>
---------------------------	--



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

1. Авторы: Виленский М.А., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю., Соколкина В.А., Баландин Г.А., Назарова Н.Н., Казакова Т.Н., Алёшина Н.С., Гребенщикова З.В., Крайнов А.Н.

Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией Виленского М.Я.

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

2. Авторы: доктор педагогических наук Лях В.И., кандидат педагогических наук Зданевич А.А.

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией Ляха В.И., Зданевича А.А.

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

3. Авторы: доктор педагогических наук Лях В.И., кандидат педагогических наук Зданевич А.А.

Физическая культура 10 – 11 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией Ляха В.И.

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011.

### **Список литературы для детей:**

1. Г.Б. Барчукова, В.А. Воробьев. Настольный теннис: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2004год.

2. Байгулов Ю.П.. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 1979год.

3. Матыцин О.В.. Настольный теннис. Неизвестное об известном. М.: РГАФК,1995 год

### **Список литературы для родителей:**

1. Амелин А.Н. Современный настольный теннис. М.: Ф и С, 1982год.

2. Байгулов О.Б. Основы настольного тенниса. М.: Ф и С, 1979год.

3. Матыц О.В. ин. Настольный теннис. Неизвестное об известном. М.:РГАФК,1995год