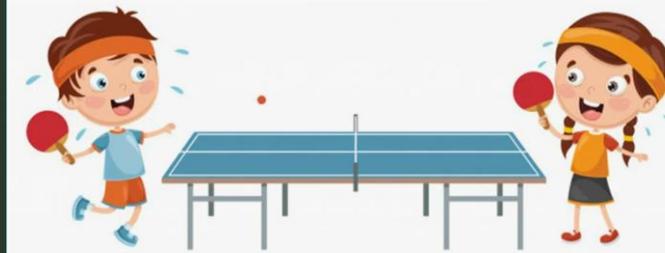


ГБДОУ детский сад №62 Приморского района  
Санкт-Петербурга

# Польза настольного тенниса для детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ

Ахтырский Елисей Алексеевич,  
инструктор по физической культуре Санкт-Петербурга



# Настольный теннис

- Настольный теннис (также при обозначении этого вида спорта употребляется название пинг-понг) – спортивная игра, которая основана на перекидывании специального мяча ракетками на игровом столе с сеткой, регламентируемая определёнными правилами. Целью игроков является достижение ситуации, когда мяч не будет правильно отбит противником.

# Актуальность

Актуальность настольного тенниса для детей 5–7 лет с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) :

- Всестороннее развитие организма. Занятия способствуют увеличению подвижности суставов, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
- Развитие психомоторных механизмов. Игра положительно влияет на быструю и адекватную ориентировку в сложной двигательной деятельности, развитие реакции выбора, концентрацию и внимание, объём поля зрения, оперативность мышления и моторную выносливость.
- Расширение диапазона привычных двигательных действий. Это способствует активному участию в занятиях и развитию коммуникативных способностей, без которых невозможно игровое взаимодействие.
- Тренировка прямостояния и опоростойчивости. Положение у игрового стола в вертикализирующей позе тренирует прямостояние и опоростойчивость для детей с нижним парапарезом.
- Развитие мелкой моторики. Действия с шариком и ракеткой увеличивают объём активных движений по суставам верхних конечностей, тренируют такие функции кисти, как хват, удержание, противопоставление большого пальца.

# Ключевые положения

Некоторые ключевые положения обучения настольному теннису детей 5–7 лет с ОВЗ:

- Индивидуальный подход. Формы, методы и средства обучения выбирают с учётом индивидуальных образовательных потребностей каждого ребёнка.
- Практическая деятельность. Обучение хвату ракетки, различным видам набивания мяча, положению и перемещениям у стола, выполнению базовых ударов (толчок, откидка справа, подача).
- Теоретическая информация. Изучение правил игры, разметки стола, основ тактики, исторических основ настольного тенниса, его соревновательной системы.
- Развитие координационной сферы. Многообразие технических приёмов и игровых положений, необходимость быстрого анализа ситуации и моментальной ответной реакции развивают координационные способности ребёнка с ОВЗ.
- Общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций.
- Развитие личностных качеств. Соревновательный элемент в настольном теннисе способствует развитию личности ребёнка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремлённость и бойцовские качества.

# Действия

Для организации обучения настольному теннису были предприняты шаги:

- Изучение существующей практики работы с детьми с ОВЗ;
- Анализ ресурсов ДОО;
- Подготовка адаптированной программы;
- Изучение специальных методов обучения и воспитания, возможности использования дидактических материалов и технических средств в зависимости от вида нарушения здоровья;
- Оценка возможностей проведения групповых и/или индивидуальных адаптированных занятий по настольному теннису с учетом психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья детей с ОВЗ; учет показаний и противопоказаний врачей к занятиям физическими упражнениями;
- Выявление вариативности проведения занятий с детьми с ОВЗ: учет особенностей развития и возможностей детей.



Занятие



Логотип

# Результат

Результаты обучения настольному теннису детей 5–7 лет с ОВЗ включают:

Предметные результаты:

- овладение навыками выполнения разнообразных физических упражнений и технических действий в настольном теннисе;
- освоение двигательных умений и навыков, умение применять их при решении практических задач;
- развитие умения передвигаться и выполнять сложно-координационные движения, длительно сохранять правильную осанку;
- формирование представления о роли физической культуры и спорта вообще и занятий настольным теннисом в частности в современной жизни человека;
- овладение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности настольного тенниса.

# Результат

Результаты обучения настольному теннису для детей 5–7 лет с ОВЗ включают:

Метапредметные результаты:

- овладение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений с мячом и ракеткой;
- овладение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по настольному теннису.

# Результат

Результаты обучения настольному теннису для детей 5–7 лет с ОВЗ включают:

Личностные результаты:

- развитие выносливости, скоростно-силовых способностей, реакции и антиципации (предугадывания), быстроты мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрации и распределении внимания;
- общее укрепление и оздоровление организма: стимулирование работы сердечно-сосудистой системы, укрепление крупных мышц рук, плеч, ног;
- формирование навыков сотрудничества и взаимопонимания;
- развитие личностных качеств, таких как лидерство, целеустремлённость и уверенность в себе, умение ставить и решать двигательные задачи.

# Диссеминация

**ГБДОУ №62 "Золотая рыбка"**

Видео: Настольный теннис для детей в классе.

**Веселый настольный теннис для средних, старших и подготовительных групп.**

30 ❤️ 1 💬 6 ➦ 17 сен

**Анастасия Золотницкая**  
Записаться на настольный теннис можно по ссылке:  
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScL9v0z6YIwv...>  
**Настольный теннис на 2024-2025 учебном году**  
[docs.google.com](https://docs.google.com)  
17 сен в 11:27 Ответить Поделиться

**Подписаны 10 друзей**  
Рената, Александра, Юлия и ещё 7 друзей

**Подписчики 339**  
Мария, Юлия, Александра, Рената, Катя, Надежда, Светлана, Татьяна

**Контакты 1**  
Анастасия Золотницкая

Более 400 просмотров

# Будем рады ответить на ваши вопросы!



197227,  
Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, УЛ.  
ГАККЕЛЕВСКАЯ, Д.33, К.2  
E-MAIL: DSAD62SPB@MAIL.RU  
[info.gbdou62prim@obr.gov.spb.ru](mailto:info.gbdou62prim@obr.gov.spb.ru)  
+7911-294-17-51

<https://www.ds62spb.ru/>

Запись по ссылке: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScL9v0z6YlwvImXd-SKb4i3zwK2tEAVcvG0WyII2RYGtdKmZA/viewform>