

Аннотация

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно - спортивной направленности «Настольный теннис»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» предназначена для получения обучающимися первоначальных навыков игры в настольный теннис. Программа направлена на создание условий для развития личности ребёнка, удовлетворения индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культуры и спортом, профилактику асоциального поведения, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» соответствует основному общему, среднему (полному) общему уровням образования и имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

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.

Новизна программы и ее отличие от уже существующих в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» предназначена для обучения школьников в возрасте от 11 до 15 лет. Занятия по программе проводятся для детей разного возраста. Обучающиеся набираются по желанию.

Сроки реализации программы. Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Продолжительность первого года обучения составляет 144 учебных часа.

Уровень сложности: стартовый.

Форма реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Настольный теннис» - занятия проводятся в виде выполнения нормативов, участия в соревнованиях.

Форма обучения: очная.

Форма проведения учебных занятий: групповые и индивидуальные тренировочные занятия, беседы, спортивно-оздоровительные мероприятия и соревнования, контрольные тесты.

Объём программы и режим занятий: (144 часа), 4 часа в неделю – 2 занятия по 2 академических часа. Продолжительность академического часа составляет 45 минут. Перерыв между академическими часами составляет 10 минут.

Целью данной программы является создание условий для развития физических качеств, оздоровления и укрепления здоровья

учащихся посредством занятий настольным теннисом.

Задачи:

Образовательные: изучить историю возникновения и развития тенниса; познакомить с правилами игры в теннис; обучить технике и тактике игры в настольный теннис.

Развивающие: развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции; развить общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам; развить интерес к настольному теннису как форме познавательного и развивающего досуга.

Воспитательные: формировать интерес к настольному теннису; формировать культуру здорового и безопасного образа жизни; воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, умение работать в команде.

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.