

## Аннотация на рабочую программу «Настольный теннис»

Программа по настольному теннису для МБОУ гимназии №7 разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Программа «Настольный теннис» предназначена для проведения занятий в спортивной секции, является модификацией программы «Настольный теннис», допущенной государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту, издательство «Советский спорт», 2004г. Авторы Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев, О.В. Матыцин.

Программа рассчитана на 1 год обучения, занятия по 2 часа в неделю (84 академических часов с учетом работы в каникулярное время). Возраст детей - 11-16 лет.

**Направленность программы – физкультурно-спортивная.**

**Цель программы:** Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий настольным теннисом.

**ЗАДАЧИ:**

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 коммуникабельность, 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.

Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровой, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Программа предусматривает следующие направления работы (этапы):

- спортивно – оздоровительное, начально – подготовительное;
- учебно – тренировочное, соревновательное;
- спортивное совершенствование, соревновательное.

Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за учащимися и собеседование. Это позволяет определить степень самостоятельности учащихся и их интереса к занятиям, уровень культуры и мастерства. Используются методы анкетирования, опроса, тестирования, анализа полученных данных.

Подведение итогов по теме проходит в виде сдачи нормативов или оценки качества выполнения того или иного упражнения.

**Формы контроля:** зачетные игры, турниры, лично-командное первенство, вышестоящие соревнования, выполнение нормативов.