

## Аннотация к рабочей программе «Настольный теннис»

Данная рабочая программа разработана на основе модифицированной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис», утверждённой приказом ГБОУ СОШ с.Кротково № 82-од от «31» августа 2020 г.. Программа предназначена для воспитанников СП «Детский сад Берёзка» и Исаковского филиала ГБОУ СОШ с.Кротково. Автор программы тренер-преподаватель Андреев А.Б.

**Педагогическая целесообразность** определена тем, что ориентируется на приобщение обучающихся к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений в повседневной деятельности, улучшение образовательного результата, создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку, а развитие специальных физических качеств помогает развить морфофункциональные системы организма обучающихся.

**Цель программы:** создание условий для физического воспитания и физического развития детей посредством обучения игры в настольный теннис.

### **Задачи программы:**

*воспитательные:*

- формировать интерес к расширению и углублению знаний по истории развития настольного тенниса;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям настольный теннисом в свободное время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни;

*развивающие:*

- развить технико-тактические навыки и умения;
- развить обще и специальные физические качества;
- расширить функциональные возможности организма;

*обучающие:*

- формировать элементарные представления в области физической культуры и спорта;
- формировать элементарные представления в области анатомии, физиологии и гигиены человека;
- создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки.

Данная рабочая программа рассчитана на 68 часов из расчёта 2 часа в неделю. На изучение теоретических вопросов отводится 6 часов, для практических работ 62 часа.

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.

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств - координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка.

В организации образовательного процесса предусматриваются различные формы проведения занятий, которые помогают сделать учебно-воспитательную деятельность более интенсивной. Это беседы, задания игровой направленности, соревнования, самостоятельная работа.

Основная форма организации детей на занятии: групповая.

### **Требования к результатам освоения дисциплины**

Данный вид спорта способствует формированию следующих общекультурных компетенций:

- способность самостоятельно, методически правильно использовать методы физического воспитания и укрепления здоровья, готовность к достижению должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- способность к интеллектуальному, культурному, нравственному, физическому и профессиональному саморазвитию, стремление к повышению своей квалификации и мастерства.

### **Ожидаемые результаты:**

*Должны знать:*

1. Состояние и развитие настольного тенниса в России;
2. Правила техники безопасности; гигиену, закаливание, режим тренировочных занятий и отдыха. Питание, самоконтроль. Оказание первой помощи при травмах.
3. Правила игры;
4. Терминологию настольного тенниса.

*Должны уметь:*

1. Выполнять удары по мячу на столе, подачу, прием подачи, атакующие удары;
2. Анализировать и оценивать игровую ситуацию;
3. Обладать тактикой нападения и защиты;
4. Судить соревнования по настольному теннису.
5. Выполнять подачи разными ударами, играть различными вариантами (по длине полета мяча, по направлениям полета мяча, сочетание накатов справа и слева) ;
6. Применять индивидуальные действия, как в нападении, так и в защите;
7. Самостоятельно применять все виды перемещения