

Описание дополнительной общеобразовательной программы
«Азбука настольного тенниса»

1	Вид программы	Дополнительная
2	Направленность	Физкультурно-спортивная
3	Основы разработки	<i>Модифицированная</i> на основе программы «Настольный теннис», (Авторы Г.В. Барчукова, В.А. Воробьев, О.В. Матыцин) допущенной государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту.
4	Срок реализации	3 года, 152 часа, 4 часа в неделю
5	Возраст детей	7-18 лет.
6	Дата утверждения	01.09.2014 г.
7	Цель программы	Развитие физического здоровья и личности, умеющей думать, принимать быстрые и адекватные решения, способной добиваться поставленной цели, через до профессиональную, подготовку игры в настольный теннис.
8	Задачи программы	<p>Дать ребятам систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, спорте, настольном теннисе.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Выработать у детей необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития и укрепления здоровья. - Дать базовые знания, умения и навыки игры в настольный теннис. Выработать у воспитанников навыки самостоятельных занятий настольным теннисом, умение организовать собственную тренировку. - Научить технике и тактике настольного тенниса, совместному разбору игр, выработать навыки судейства в настольном теннисе. - Развить умения выделять главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя. - Воспитать у детей устойчивый интерес и любовь к занятиям настольным теннисом, физической культурой и спортом. - Воспитание силы воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса. Стремление к победе.
9э	Ожидаемый результат, Система оценивания результатов обучения	<p>Освоят элементарные приемы игры в НТ; первичные навыки самопомощи;</p> <p>Будут выработаны первичные навыки игры в НТ, развиваются технические приемы игры.</p> <p>Освоят и закрепят различные навыки и приемы игры в теннис (продвижения от основных движений к более сложным приемам игры в НТ).</p> <p>Развиты умения и навыки самостоятельных занятий теннисом и физическими упражнениями;</p> <p>Овладеют приемами доврачебной помощи и самопомощи при различных неопасных, простых травмах.</p> <p>Формой подведения итогов реализации программы являются внутренние соревнования 2 раза в год по возрастным группам. Для оценки результатов применяется и традиционная методика оценки спортивных результатов. Для оценки изменений физической формы детей каждые полгода воспитанники сдают контрольные нормативы по различным показателям, отражающим их уровень физической подготовленности. Сравнение происходит каждые полгода по нескольким показателям: бег (30м.), прыжки в длину, метание мяча, подтягивание, отжимания и пр.</p>