**Аннотация**

**к дополнительной общеразвивающей программе «Настольный теннис»**

Данная рабочая программа разработнана на основе модифицированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис».

**Цель:** Обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся.

**Задачи:**

-обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

-развивать специальные физические данные: координационные (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность, реагирование на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей(скоростно-силовых, скоростных, выносливости, координации, силы и гибкости);

-способствовать укреплению здоровья;

-развивать двигательные способности;

-повышать общую физическую подготовку;

-воспитывать у детей устойчивый интерес и любовь к занятиям теннисом, физической культурой и спортом.

Данная рабочая программа рассчитана на 216 часов из расчета 6 часов в неделю. На изучение теоретических вопросов отводится 7 часов, для для практических работ 209 часов.

Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучя ребенка, профилактику асоциального поведения, целосность процесса психического и физического здоровья детей. Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств-координации движений, скоростно-силовых качеств, формирование 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 уровню обучающихся.

По окончанию обучения по данной рабочей программе обучающиеся должны знать:

-технику безопасности во время занятий;

-правила игры в настольный теннис;

-основы техники и тактики игры;

должны уметь:

-выполнять приемы подач разных видов,

-выполнять атакующие удары по диагонали, по линии;

-играть на счет разученными ударами.

Способами проверки результата по данной рабочей программе являются выполнение контрольных нормативов.