

Педагог дополнительного образования: Маркин Максимилиан Иванович, дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис», 2023г.изд.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Актуальность программы заключается в том, что настольный теннис - вид олимпийской программы, занимающий одно из первых мест в мире по масштабам распространения. В этом причина его огромной социальной значимости, а успешность выступления в нем предполагает наличие высокой заинтересованности.

Деятельности учащихся в настольном теннисе присущи подвижность, координационно-техническая сложность, скоростно-взрывной характер усилий, точность, большой диапазон наступательных ударов, осуществляемых по всей широте и глубине игрового пространства. Соревновательный характер игры, самостоятельность действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Уровень программы, объем и сроки реализации:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» **базового уровня**.

Объём программы: - 144 часа

Срок освоения программы: 1 год

Формы обучения: очная.

Формы занятий: Групповая форма занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (или 4 раза по 1 часу согласно возрасту и требованиям СанПин).