

Аннотация.

Дополнительная общеобразовательная (предпрофессиональная) программа «Настольный теннис» является спортивно-оздоровительной.

Занятия настольным теннисом рассматриваются, как одно из средств повышения роли физической культуры в воспитании школьников, укреплении их здоровья, увеличения объема двигательной активности обучающихся, развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности, привития навыков здорового образа жизни.

Основное достоинство настольного тенниса – это разнообразие движений, способствующих развитию координации. Кроме того, игровая деятельность способствует укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению обмена веществ и деятельности всех систем организма.

Занятия настольным теннисом помогают формировать настойчивость, смелость, решительность, уверенность в себе, находчивость, быстроту мышления, изобретательность, внимание, выдержку, волю к победе и другие ценные качества.

Паспорт дополнительной общеобразовательной (предпрофессиональной) программы.

Название программы	«Настольный теннис»
Автор составитель	Патрогин Денис Викторович
Вид программы	Предпрофессиональная
Направленность программы	Спортивно-оздоровительная
Срок реализации программы	3 года
Возраст обучающихся	8-18 лет
Цель программы	Обеспечение разностороннего физического развития, укрепление здоровья учащихся, воспитание гармоничной, социально-активной личности по средствам обучения игр в настольный теннис.