**Аннотация к программе по настольному теннису**

**Цель** — привлечение максимального количества обучающихся к систематическим занятиям спортом, многолетняя подготовка спортивных резервов для настольного тенниса с гармоничным развитием физических и духовных сил спортсмена.

Данная программа сохраняет преемственность существующих подходов и принципов, содержит необходимые разделы, отвечающие современным требованиям на этапах многолетней спортивной подготовки.

            Программа по настольному теннису, разработана на основе ФГТ и учитывает:

1) содержание  следующих предметных областей:

- теорию и методику физической культуры и спорта;

- общую и специальную физическую подготовку;

- избранный вид спорта (настольный теннис);

- развитие творческого мышления.

2) учитывает особенности подготовки обучающихся по избранному виду спорта, в том числе:

- сочетание элементов искусства, науки и спорта;

- акцент на развитие творческого мышления обучающегося;

- большой объем соревновательной деятельности.

**Задачи:**

Образовательные:

— дать необходимые дополнительные знания в области настольного тенниса;

— научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;

— обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса;

— сообщение и закрепление специальных знаний по игре в настольный теннис.

Развивающие:

— способствовать развитию координации движений и основные физические качеств: силу, ловкость, быстроту реакции;

— способствовать развитию двигательных способностей посредством игры в теннис;

— формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные:

— способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

— воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;

— пропаганда здорового образа жизни;

— содействие в самоопределении, социальной адаптации;

— формирование духовно-нравственных качеств личности;

— формирование мировоззрения, внутренней культуры личности.

В  Программе выделено 3 этапа спортивной подготовки:

- спортивно-оздоровительный (СО). На данный этап зачисляются желающие заниматься настольным теннисом,  имеющие разрешение врача.

- этап начальной подготовки (НП). На данный этап зачисляются обучающиеся прошедшие индивидуальный отбор, имеющие разрешение врача. На этом этапе осуществляются физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники выбранного вида спорта — настольный теннис, выбор спортивной специализации;

 -тренировочный этап. Группы этапа комплектуются из числа одаренных и способных к спорту детей и подростков, прошедших начальную подготовку, выполнивших нормативные требования по общей физической, специальной подготовке, а также имеющие определенные показатели соревновательной деятельности: объема, разносторонности, стабильности и эффективности.

Программа рассчитана для обучающихся на 8 лет обучения, зачисление  с 7 лет.