

Аннотация к дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программе по настольному теннису

Статус программы: Составители программы: методист Бригарная С.С., тренер-преподаватель МБУ ДО «ДЮСШ» п. Архара Витюгина С.А.

Направленность – физкультурно-спортивная.

Цель программы – формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей в виде спорта «настольный теннис», удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

Режим занятий – занятия в группе начальной подготовки организуются 3 раза в неделю по 2 часа, всего в год 216 часов; в учебно-тренировочной группе организуются 3 раза по 3 часа, всего в год 324 часа.

Форма организации процесса обучения – очная.

Краткое содержание: содержание программы направлено на вовлечение детей и подростков в систематические занятия настольным теннисом, на укрепление здоровья, на разностороннюю физическую подготовленность, освоение жизненно важных двигательных навыков и качеств, знакомство с базовой техникой настольного тенниса.

Программа включает в себя теоретические занятия, общефизическую подготовку, обучение технике и тактике игры в настольный теннис, контрольно - переводные нормативы, участия в соревнованиях.

В программе содержатся нормы и требования к результатам освоения учебной программы по настольному теннису - это:

1. Овладение всеми знаниями и умениями в соответствии с программным материалом.
2. Успешную сдачу контрольных, переводных и приёмных нормативов по ОФП.
3. Выполнение юношеских разрядов, соответственно году обучения.
4. Приобретение навыков в организации и проведении соревнований по настольному теннису, судейства, выполнение нормативов по видам подготовки.
5. Формирование высокого уровня морально-волевых качеств и определенной системы ценностных ориентаций.
6. Готовность дальнейшего совершенствования спортивного мастерства в других учебных заведениях по данному виду спорта.

Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;

- контроль нормативных требований по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке.
- контрольное тестирование проводится один раз в год (май);
- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда в конце каждого учебного полугодия.

Ожидаемый результат: в результате освоения программы на этапе начальной подготовки обучающиеся будут знать основы техники по виду спорта настольный теннис, узнают комплекс физических упражнений, укрепят свое здоровье, разовьют такие качества как выносливость, быстрота, силовые и координационные возможности, воспитают личностные качества и нравственные чувства (коллективизм, взаимопомощь). На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) повысят уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки, приобретут опыт и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта настольный теннис, сформируют спортивную мотивацию, укрепят свое здоровье.