

**Аннотация
к программе дополнительного образования
Настольный теннис**

Возраст детей: 14-18 лет.

Направление программы: физкультурно-спортивное.

Ф.И.О. педагога дополнительного образования: Новикова Наталья Михайловна

Образование: высшее

Краткая аннотация программы:

Программа рассчитана на 1 год.

Цель: воспитание личности, умеющей думать, физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

Задачи:

- Содействие гармоничному физическому и психическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья обучающихся.
- Воспитание всех физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, выносливости.
- Воспитание силы воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса.
- Обучение технике и тактике настольного тенниса.
- Развитие умения выделять главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя.
- Профилактика вредных привычек и правонарушений.

Основной формой обучения является – учебно-тренировочное занятие.

Виды деятельности – спортивно-оздоровительная, игровая, беседы о ЗОЖ.