

<p>Тип программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа</p>	<p><i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис»</i></p>
<p>Направленность: физкультурно-спортивная</p>	<p>Цель: привитие потребности к систематическим занятиям спортом; развитие личности; воспитание физических, морально-этических и волевых качеств; создание прочной основы для воспитания здорового человека посредством формирования основ здорового образа жизни; содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию; расширение двигательных возможностей максимально возможного числа детей через занятия общепедагогической подготовкой; знакомство с основами настольного тенниса.</p>
<p>Тип реализации: стартовый</p>	<p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – развивать мотивацию личности ребенка к активному образу жизни и систематическим занятиям настольным теннисом; – укреплять здоровье обучающихся; – сформировать жизненно важные умения и навыки, через обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами настольного тенниса; – повысить уровень развития физических качеств: силы, гибкости, скорости, выносливости, координационных возможностей в соответствии с сенситивными периодами и функциональные возможности организма; – воспитать волевые, моральные, этические и эстетические качества обучающихся. – сформировать представление о физической культуре ее истории и современном развитии, значении в жизни человека, роли в укреплении и сохранении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности; – сформировать представление о виде спорта «настольный теннис» и истории его развития; – сформировать представление о строении и функциях организма, сформировать гигиенические знания и навыки, знания о врачебном контроле и самоконтроле; – ознакомить с основами техники выполнения базовых упражнений; – способствовать участию в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях.
<p>Срок реализации: 1 год</p>	
<p>Возраст детей: 7-18 лет</p>	