Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис»

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что при ее реализации решается проблема занятости свободного времени детей, пробуждается их интерес к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Настольный теннис - индивидуально-игровой вид спорта, который характеризуется направленностью на развитие двигательных качеств, координации. Теннис позволяет развить у учащихся такие качества как выносливость, сила, способность быстро находить и принимать правильные решения в разных ситуациях, правильно и быстро отвечать действиями на действия своего соперника. Программа предусматривает подготовку воспитанников к соревнованиям, удовлетворение потребности детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечение физического, психического и нравственного здоровья.

Отличительные особенности программы. В ходе разработки программы были проанализированы и использованы современные тенденции развития настольного тенниса, передовой опыт обучения и тренировки игроков в настольный теннис, результаты современных научных исследований по вопросам подготовки спортсменов, практические рекомендации спортивной медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики, физиологии, гигиены, психологии.

Возможность индивидуального и дифференцированного подхода к занимающимся настольным теннисом позволяет охватить большое число обучающихся с разными физическими способностями.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей возрасте от 7 лет до 18 лет. Набор учащихся в группы свободный, зачисление проводится при наличии заявления от родителей учащегося и медицинской справки.

Объем и срок освоения программы. Общее количество часов по программе – 252. Академический час равен 45 минутам. Между занятиями перерыв 10 минут.

Форма обучения – очная. Обучение проводится в форме учебно-тренировочных и теоретических занятий, работы по индивидуальным планам, медико-восстановительных мероприятий, тестирования развития общефизической и специальной подготовки занимающихся, медицинского контроля, участий в соревнованиях, судейской и инструкторской практики, антидопинговые мероприятия.

Медицинский контроль здоровья учащихся осуществляется на основании справок от врача. Перед соревнованиями учащиеся проходят периодические медосмотры.

Система профилактико-восстановительных мероприятий носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического и медико-биологического воздействия.

Особенности организации образовательного процесса. Содержание программы включает в себя: приобретение начальной физической подготовки, привыкание к режиму тренировок и развитие заинтересованности учащихся к занятиям настольным теннисом. Большее внимание уделяется, обшей физической подготовке, которая осуществляется в подготовительных и подводящих упражнениях.

Наполняемость учебных групп: 20 – 25 человек.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа: 252 часов в год

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА Р.П. МОКШАН, Кубарь Сергей Анатольевич, Директор
12.01.2023 13:22 (MSK), Сертификат 50016554413394181B5BB51E6055021D