

## Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

**Статус программы:** Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Уставом и локальными актами МАУ ФОК «Чайка»

**Направленность** – физкультурно-спортивная.

**Цель программы** – приобретение к здоровому образу жизни, привитие интереса к систематическим занятиям настольным теннисом и физической, а также формирование моральных и волевых качеств через занятия избранным видом спорта.

**Контингент обучающихся:** в спортивно-оздоровительную группу первого года обучения зачисляются все желающие дети с 7 до 18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом.

**Продолжительность реализации программы:** 3 года

**Режим занятий:** В группах 1-го, 2 –го и 3-го года обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (228 часов). Общее количество часов по программе – 684 часов.

**Форма организации процесса обучения:** теоретические и групповые практические занятия, тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных и гендерных особенностей, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях, учебно-тренировочные занятия в оздоровительно-спортивном лагере, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

**Планируемые результаты**

По окончании обучения обучающиеся должны:

**знать**

- основные требования к занятиям в избранном виде спорта;
- историю развития избранного вида спорта (настольный теннис);
- гигиенические требования к занимающимся и местам проведения занятий и соревнований;

– влияние физических упражнений на функциональные возможности организма;

- основы техники и тактики;
- способы проведения соревнований.

**уметь**

- усваивать программный материал;
- выполнять зачетные требования по ОФП, СФП и технико-тактической подготовке;
- владеть основами техники и тактики настольного тенниса;
- владеть основными навыками восстановительных мероприятий;
- принимать участие в соревнованиях;
- осознавать, находить, творчески преобразовывать, усваивать, применять, вырабатывать способы формирования умений;
- использовать знания, умения, навыки на практике.