

## **Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «Настольный теннис»**

Курс внеурочной деятельности «Настольный теннис» направлен на формирование здорового образа жизни. Ориентирован на детей, проявляющих интерес к предмету физическая культура. Предлагаемый курс поможет школьникам накопить знания о здоровом образе жизни, спортивной этике и спортивного поведения, учащиеся научатся играть в настольный теннис.

Авторы программы внеурочная деятельность учащихся «Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре» В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, 2014г. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательных учреждений.

В процессе обучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия настольным теннисом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Благодаря спортивной направленности программы, учащиеся, успешно освоившие программу, смогут участвовать в школьных, районных и областных соревнованиях по настольному теннису. Благодаря этому учащиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Игра в настольный теннис направлена на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Возможность индивидуального и дифференцированного подхода к занимающимся настольным теннисом позволяет охватить большое число учащихся с разными физическими способностями.

Сроки реализации программы – 2года (2019-2021г.г.)

Курс внеурочной деятельности «Настольный теннис» предназначен для учащихся 5-6 классов, рассчитан на 34 часов, что составляет 68 часов.

5 класс – 34 часа

6 класс – 34 часа