

Настольный теннис

Продолжительность занятия: 1 час. Количество занятий в неделю: 1. Возраст обучающихся 10 – 17 лет. Стоимость в месяц: бесплатно. Педагог: учитель физической культуры 1 категории, Юрченко Александра Николаевна.

«Настольный теннис не забава, что для народа есть пинг-понг, а игры интеллектуалов, где вместо шпаг ракеток звон.»

Настольный теннис доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.



В основу программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные методические разработки по настольному теннису отечественных специалистов. Данная программа раскрывает учебно-методическую и технико-тактическую части игры в настольный теннис.

Цели программы:

- Укрепление здоровья
- Развитие физических способностей
- Воспитание моральных и волевых качеств
- Пропаганда здорового образа жизни
- Обучение технике и тактике игры в настольный теннис
- Развитие внимательности и реакции