**Аннотация**

**к дополнительной образовательной общеразвивающей**

**программе физкультурно-спортивной направленности**

**«Настольный теннис»**

Дополнительная общеразвивающая программа по настольному теннису (далее «Программа») **физкультурно-спортивной** направленности разработана для детей и подростков, обучающихся в спортивно-оздоровительных группах. В учебных группах осуществляется физкультурно-спортивная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности, и овладение основами техники настольного тенниса.

Отличительная особенность Программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям 6-9-летнего возраста, не получившим ранее практики занятий настольным теннисом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям настольный теннис, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

**Актуальность** программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта «настольный теннис» в нашей стране.

**Цель программы**: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством игры в настольный теннис. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

**Задачи:**

* привитие интереса к систематическим занятиям настольным теннисом;
* укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
* обеспечение общефизической подготовки;
* овладение основами игры в настольный теннис;
* привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
* выявление перспективных детей для последующего совершенствования спортивного мастерства в спортивных школах.

**Возраст обучающихся:** 7-9 лет.

**Срок реализации программы –** 3 года.

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» реализуется на базе МУ ДО «Борзинская СШ» г. Борзя.

**Режим занятий.**

Учебно-тренировочный процесс проходит в соответствии с годовым планом подготовки и рассчитан на **36 недель** тренировочных занятий. Недельный режим тренировочной нагрузки составляет **6 часов**.

**Режим занятий** - **3 занятия в неделю по 2 академическому часу.**

Продолжительность одного академического часа – **45 минут**.

Основными формами обучения являются учебно-тренировочные занятия, теоретические занятия, тренировки по индивидуальному плану, командные соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские игры.