**Работа спортивной секции «Настольный теннис»**

**Руководитель: Янькина Светлана Николаевна**

**Пояснительная записка**

 Программа «Настольный теннис» предназначена для проведения спортивных секций в системе дополнительного образования общеобразовательных и начальных профессиональных образовательных учреждений и является модификацией программы «Настольный теннис», допущенной государственным комитетом РФ по физической культуре и спорту, издательство «Советский спорт», 2004г. Авторы Г.В. Барчукова, В.А. Воробьёв, О.В. Матыцин. 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 с учетом новых правил игры.

Программа рассчитана на 2 года обучения детей в возрасте от 11 до 17 лет и составлена с учетом индивидуальных особенностей детей и стилевых особенностей современной игры. Особенности организации занятий, календаря спортивных мероприятий, а также материально-технической базы могут вносить коррективы в работу по программе.

**Цель:**

Воспитание личности, умеющей думать, физически здоровой, способной в кратчайшие сроки добиваться поставленной цели, самореализующейся в условиях современного общества.

**Задачи:**

1. образовательные:

* обучение технике и тактике настольного тенниса;
* развитие умения выделять главное, анализировать происходящее и

вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя.

2. воспитательные:

* воспитание всех физических качеств: быстроты, ловкости, гибкости, выносливости;
* воспитание силы воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса;

3. развивающие:

* содействие гармоничному физическому и психическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья обучающихся;

Программа предусматривает следующие этапы подготовки игрока по настольному теннису:

 1 год занятий – спортивно-оздоровительный, начально-подготовительный;

 2 год занятий - учебно-тренировочный, соревновательный;

 3 год занятий – спортивного совершенствования, соревновательный.