Педагог дополнительного образования: Маркин Максимилиан Иванович, дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис», 2026г.изд.

Дополнительная общеразвивающая программа “Настольный теннис” имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Одним из популярных и доступных для учащихся видом спорта является настольный теннис. Занятия настольным теннисом в связи с их эмоциональностью, зрелищностью, доступностью можно считать универсальным средством физической культуры. Физическая культура и спорт являются одним из средств и методов всестороннего гармонического развития человека, укрепления его здоровья.

Программа ориентирована на создание условий для ранней профориентации обучающихся и оказание им поддержки в реализации собственных возможностей. На занятиях учащиеся имеют возможность получить общие представления о данном виде спорта, а также других видах, связанных со спортом.

Актуальность программы заключается в том, что настольный теннис - вид олимпийской программы, занимающий одно из первых мест в мире по масштабам распространения. В этом причина его огромной социальной значимости, а успешность выступления в нем предполагает наличие высокой заинтересованности.

Адресат программы: В творческое объединение «Настольный теннис» принимаются все желающие девочки и мальчики от 7 до 17 лет, по заявлению родителей и имеющие справки о состоянии здоровья, допускается дополнительный набор учащихся на вакантные места в группе в течение года.

Наполняемость групп до15 человек. Группы формируются разновозрастные, с учётом удобного времени для посещения занятий.

Уровень программы, объем и сроки реализации:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» **базового уровня.**

Объём программы: 1-й год 140 часов, 2-й год 228 часов;

Срок освоения программы: 2 года

Формы обучения: очная

Форма занятий: Групповая форма занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Режим занятий: 1 год обучения - занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (или 4 раза по 1 часу);

2 год обучения - 3 раза в неделю по два часа.

Длительность занятий 45 минут, перерыв 10-15 минут (согласно возрасту и требованиям СанПин).