



Программа направлена на укрепление здоровья обучающихся, вырабатывание у них таких качеств, как ловкость, глазомер, быстроту мышления, реакции и координации.

Насто вный теннис не включен в ш сольную программу, он предназначен для проведения спортивных секций в системе дополнительного образования Программа рассчитана на 4 года обучения для детей в возрасте с 7 лет.

Направленность программы:

поэтапное изучение и освоение материала по теоретической, технической и специальной физической подготовке детей при игре в настольный теннис.











Словесные методы обучения (беседа, объяснение)

Наглядные методы (Показ видеоматериалов, исполнение педагогом упражнений и их отдельных элементов, проведение «Мастер-классов»)

Практические методы (спарринги)





В результате изучения <u>теоретического</u> материала обучающиеся должны <u>знать:</u>

Основные правила соревнований по н/теннису;

Методику судейства одиночных и парных игр.

## Уметь:

- выполнять технические приемы и тактические действия в ходе игры;



- осуществлять судейство одиночных и парных игр







- Физические показатели (ОФП);
- Итоговое проведение соревнования внутри секции;
- Участия в соревнованиях по теннису.





