

УТВЕРЖДАЮ

И. о. директора АПНИ

А.Ф. Высота

2023 год

ПОЛОЖЕНИЕ

о работе кружка « Настольный теннис »

1. Общие положения

1.1. Обучение по программе «Настольный теннис» имеет физкультурно-спортивную направленность. Данная программа предназначена для развития настольным теннисом, позволяет регулировать физические и психические нагрузки на организм в зависимости от физического развития и состояния здоровья, что дает возможность индивидуального подхода.

2. Цели

2.1. Оздоровление и развитие потребности в здоровом образе жизни через занятия настольным теннисом.

3. Задачи

Обучающие:

- 3.1 Способствовать формированию навыков игры в настольный теннис
- 3.2 Формировать интерес к настольному теннису
- 3.3 Выработать потребность в систематическом занятии физкультурой и спортом.

Воспитательные:

- 3.4 Способствовать воспитанию морально-волевых качеств личности
- 3.5 Способствовать потребности в здоровом образе жизни

Развивающие:

- 3.6 Развить у инвалидов координацию и ловкостные качества
- 3.7 Повысить возможности функциональных систем организма

4. Методы проведения занятий

- словесный: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядный: иллюстрация примерами, демонстрация позиций на доске;
- практический: упражнение, тренинг, решение шашечных концовок, задач, этюдов, соревнования, работа над ошибками.

5. Форма проведения занятий

- Групповые занятия, беседы, тренировочные занятия
- Посещение и проведение соревнований по настольному теннису
- Просмотр наглядных фотоматериалов

Проверка результатов обучения осуществляется во время занятий посредством:

- наблюдения педагога за практической работой обучающихся;
- участие в соревнованиях различного уровня.

6. Ожидаемый результат обучения

- уметь владеть техникой ударов «накат», «подрезка», атакующих ударов, «топ-спин»
- уметь владеть техникой подачи
- знать правила соревнований по настольному теннису
- уметь вести счет в игровых партиях
- приобрести интерес к занятиям настольным теннисом, систематическим занятиям физкультурой и спортом
- развить силовые качества и повысить возможности функциональных систем организма