



СПб ГБ ПОУ «Колледж «Звёздный»
Структурное подразделение
«Отделение дополнительного образования»

ОБЪЕДИНЕНИЕ «Основы настольного тенниса»



**Педагог дополнительного образования –
Кряжева Наталья Анатольевна**

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Игра в настольный теннис направлена на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение теннисного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

- обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса;
- научить регулировать свою физическую нагрузку.
- развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции;
- развивать двигательные способности посредством игры в настольный теннис;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропагандировать здоровый образ жизни.

ФОТОГРАФИИ ОБЪЕДИНЕНИЯ:



ПРИХОДИТЕ К НАМ!

