**МБУ ДО ЦДТ «Ирбис» г.о. Самара**

**Автор – Потапенкова Е.М., методист**

**«Спорт – норма жизни»**

В МБУ ДО ЦДТ «Ирбис» г.о. Самара реализуется программа «Настольный теннис», которая рассчитана на несколько лет. По этой программе занимаются дети в возрасте от 7 до 17 лет.  
Основная цель программы: формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, привитие интереса к настольному теннису, обучение азам техники и тактики игры в настольный теннис.  
На формирование и развитие детского коллектива  влияют следующие педагогические приемы:

* организация знакомства с первых занятий становятся основой для формирования взаимоотношений в детском объединении. Проводится небольшая игра - знакомство, во время которой каждый из присутствующих (включая педагога) рассказывает всем немного о себе.
* также с первых занятий начинается разработка вместе с ребятами правил поведения и взаимодействия в детском объединении. Такие правила в дальнейшем будут обязательно соблюдаться без дополнительных напоминаний педагога.
* проходит выбор старшего (помощника тренера), который будет помогать педагогу в организационных вопросах – проверке присутствующих на занятиях, выяснение причин отсутствия, передача информации.   Выбор старшего должен быть принят всеми учащимися коллектива, как добровольное решение, а не как желание педагога. Поэтому необходимо провести предварительную подготовительную работу с детьми, в ходе которой педагог и ребята обсудят необходимость выбора старшего.
* постепенно вводится система временных или постоянных поручений всем учащимся объединения. Такие поручения (несложные для исполнения) помогут каждому ребенку ощутить себя членом коллектива.

   В качестве таких несложных поручений выступают проверка готовности всех ребят к занятию (наличие сменной обуви и формы, ракеток и шариков), установка сеток на столах и т.д.

* еще одним способом объединения учащихся в единый коллектив может стать организация различных мероприятий. Проведение соревнований между учащимися других организаций, или проведение соревнований между родителями.
* очень сплачивают детский коллектив различные формы выездных мероприятий: профильный лагерь, лагерь дневного пребывания, летние площадки. Здесь каждый из детей на виду, от каждого зависит состояние всего коллектива, а вклад каждого определяет успех для всех.

Все обучающиеся в рамках реализации программ должны освоить следующие навыки:

1. Овладеть терминологией настольного тенниса и применять ее на занятиях.

2. Уметь построить группу и подать основные команды на месте и в движении.

3. Уметь определить и исправить ошибку в выполнении техники приема у товарища по группе.

4. Уметь организовать и провести индивидуальную работу с младшими товарищами по совершенствованию техники.

Обучение «Настольному теннису» имеет некоторые особенности. Более творческий подход, отсутствие жёстких рамок, комфортная психологическая атмосфера. Ребёнок, приходя в дополнительное образование, хочет не только научиться какому-нибудь делу, но и найти друзей, общаться с «понимающим» педагогом. Играть на теннисном столе доставляет детям много позитивных эмоций. В процессе занятий приходится индивидуально каждому ребенку показать, каким должен быть угол наклона ракетки, чтобы мячик летел низко над сеткой; куда должен смотреть носик ракетки, чтобы мячик попал на стол; как вести руку.

Первое освоение простых ударов происходит с помощью большого количества мячей. Поначалу подачи должны быть удобными для удара мяча. Потом постепенно усложняются. Когда ребенок научился подавать подачу и совершать удар, он играет с педагогом на столе на удержание мяча. Между собой дети еще не могут играть на удержание мяча, не хватает соответствующих навыков. Только с педагогом у них получается. А это очень важно, чтобы игра получилась!

Систематические занятия физической культурой и спортом помогают обучающемуся развиваться гармонично, сохранять высокую работоспособность. Дети с удовольствием посещают тренировки, стремятся совершенствовать свое спортивное мастерство по Настольному теннису и обрести побольше друзей.