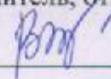


муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Большетерновская средняя школа»
Чернышковского муниципального района Волгоградской области
(МКОУ «Большетерновская СШ»)
404470, ул. им Г.Ф. Горбункова, д.40, х. Большетерновой, Чернышковский район, Волгоградская область,
телефон: 8 (84474) 6-67-32 E – mail: ternovovsoh@mail.ru
ИНН/КПП 3433006752/343301001 ОГРН 1023405968508

Согласовано
Учитель, ответственный ВР

В.М. Плуготоренко

Утверждено
Директор школы

Власов А.В.

**План работы
по внеурочной деятельности
по физкультурно-спортивной направленности
«Настольный теннис»**

Составитель:
Левченко В. Н.
Учитель физической культуры

Пояснительная записка

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинирует, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремлённость, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Цели и задачи.

Игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствования многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель – углублённое изучение спортивной игры настольный теннис.

Основные задачи:

Укрепление здоровья;

Содействие правильному физическому развитию;

Приобретение необходимых теоретических знаний;

Овладение основными приёмами и тактиками игры;

Воспитание воли, настойчивость, смелости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по настольному теннису;

Подготовка учащихся к соревнованиям по настольному теннису.

Список детей: Бурняшев М. Левченко В. Саминина Д. Миронова В.

Миронова П.

Татаров Максим

Малова К.

Степура В.

Щербатых С.

Малов Е.

Неведров В.

Юлов В. Миронова В.

Галкин А.

Мусаева А.

№	Тема занятий	Количество часов
1	Техника безопасности на занятиях настольный теннис	3
2	Хват ракетки стойка игрока	3
3	Техника удара откидкой	3
4	Техника подачи	3
5	Техника подачи	3
6	Техника топ спин, удар подрезкой	3
7	Удар откидкой слева	3
8	Удар откидкой справа	3
9	Учебная игра	3
10	Учебная игра	3
11	Учебная игра	3
12	Учебная игра	3