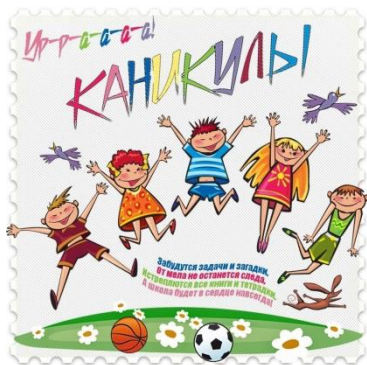


СПОРТИВНЫЙ ЧАС.

РАБОТА ТВОРЧЕСКИХ ОБЪЕДИНЕНИЙ «ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА» и «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС» в профильном лагере «ОЛИМП»



Дополнительное образование в лагере – один из немногих способов совместить отдых ребенка и организовать досуг, обеспечивающий личностное развитие, интерес к обучению. Для достижения этой цели разрабатываются программы самых разных направленностей.

В нашем лагере реализуются краткосрочные дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы «Общая физическая подготовка» («ОФП») и «Настольный теннис» физкультурно-спортивной направленности.

Настольный теннис – один из популярнейших видов спорта. Играющий в настольный теннис становится ловким, быстрым, выносливым, обладает прекрасной координацией движений. Эта игра совершенствует не только быстроту движений, но и быстроту реакций. Она способствует развитию оперативного мышления и внимания. Настольный теннис как вид спорта полезен тем, что воспитывает целеустремленность, настойчивость, инициативность, хладнокровие, выдержку, самообладание. А такие качества необходимы человеку не только в спорте.

Занятия по ОФП – это основа любого вида спорта. Одна из основных тенденций развития современного общества - это сохранение и укрепление здоровья человека. Для выполнения данного требования необходима популяризация различных видов спорта, здорового образа жизни. Занятия в объединении по общей физической подготовке являются хорошей школой физической культуры, укрепления здоровья, формирования моральных и волевых качеств, навыков общественного поведения.

Каждое занятие построено таким образом, что учащийся получает определенный комплекс знаний и практических умений по базовой теме и может включиться в работу на любом этапе реализации программы, так как занятия носят автономный характер и имеют логическую завершенность. В программный материал включены подвижные игры. В процессе обучения реализуются инновационные технологии по физической культуре, которые направлены на развитие у учащихся жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие таких физических качеств как сила, ловкость, выносливость, гибкость, быстрота.

Вся работа видна в видео.