

# НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Настольный теннис имеет несколько целей и преимуществ:

1. **Физическое развитие:** игра в настольный теннис требует быстрых движений, реакции и координации, что помогает развивать физическую выносливость и моторику гимназистов.
2. **Улучшение психологических навыков:** игра в настольный теннис требует концентрации, выносливости и стратегического мышления. Это помогает развивать навыки планирования, принятия решений и контроля эмоций.
3. **Социальное взаимодействие:** игра в настольный теннис в Гимназии предоставляет возможность детям работать в команде, учиться уважать правила и справедливо соревноваться друг с другом.
4. **Развитие навыков управления временем:** игра в настольный теннис в школе помогает гимназистам учиться эффективно управлять своим временем и распределять его между учёбой и спортом.
5. **Развлечение и отдых:** игра в настольный теннис предлагает возможность расслабиться и развлечься после уроков, предоставляя ребятам паузу от учебы и позволяя зарядиться энергией.

В целом, настольный теннис в Гимназии способствует не только развитию физического здоровья и спортивных навыков, но и общему развитию личности гимназиста.