# Аннотация

**к дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «теннис»**

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «теннис» составлена в соответствии:

- с пунктом 21.1 статьи 6 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50 ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071);

- частью 4 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2021, № 18, ст. 3071);

- пунктом 11 Порядка разработки и утверждения примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 7 июля 2022 г. № 579 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 5 августа 2022 г., регистрационный № 69543);

- на основе примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «теннис», предназначенной для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по прыжкам на батуте с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «теннис», утвержденным приказом Минспорта России 21 декабря 2022 года № 1301.

Программа направлена на:

* создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
* формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта.

Образовательные задачи программы:

- формирование познавательного интереса к данному виду спорта;

- обучение детей базовой технике выполнения ударов в большом теннисе с использованием специального тренировочного инвентаря; а также с использованием простых динамических упражнений и упражнений, выполняемых в паре с напарником, или мини-группе, или самостоятельно у тренировочной стенки начального уровня сложности (постепенно переходя к использованию упражнений среднего и высокого уровня сложности);

- обучение специфическим движениям и перемещениям теннисиста с помощью видео-уроков и практических специальных групповых и индивидуальных упражнений, выполняемых в динамике, с использованием специальных тренировочных лестниц, низких барьеров и безопасных напольных мишеней;

- обучение умению самостоятельно и в мини-группах выполнять различные специальные (подводящие) упражнения различной степени сложности;

- обучение правилам игры и правилам судейства в данном виде спорта (теория и практика);

- обучение основам стратегии и тактики игры в теннис посредством просмотра и простого разбора теннисных матчей, а также проведения одиночных и парных учебно-тренировочных игр на уменьшенном корте (учебно-тренировочном корте или на хафкорте) в рамках образовательного учреждения.

Воспитательные задачи программы:

- формирование у учащихся навыков здорового образа жизни и потребности в физической активности;

- прививание навыков коллективного взаимодействия, культуры общения и поведения в социуме, уважительного и внимательного отношения друг к другу;

- формирование потребности в саморазвитии, самостоятельности и активности;

- формирование ответственности за свои действия и поступки;

- формирование целеустремленной личности.

Развивающие задачи программы:

- развитие физических качеств с учетом возрастных особенностей учащихся в данной группе (координации, ловкости, скорости, выносливости и внимательности);

- развитие умения концентрироваться на правильном выполнении поставленного задания;

- развитие умения тренироваться в коллективе и необходимости самостоятельно совершенствовать необходимые навыки и умения;

- развитие самодисциплины и мотивации к регулярным тренировкам для освоения данного вида спорта.

Спортивные задачи программы:

* направленность на достижение спортивных результатов, выполнение спортивных нормативов;
* повышение уровня теоретической, физической, психологической и технической подготовленности;
* направленность на повышение спортивной квалификации и продолжение спортивного образования обучающихся;
* создание условий и возможностей для сохранения спортивного долголетия.

|  |
| --- |
| ***Начальный этап подготовки (возраст обучающихся с 7 лет)*** |
| ***Ожидаемый результат*** |  - формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом; - получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «теннис»; - формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «теннис»; - повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств; - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях; - укрепление здоровья; - освоение основ техники по виду спорта «теннис»; - приобретение опыта выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «теннис»; - отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки. |
| ***Количество******часов*** | Группы НП-1 – 312 часа в год (6 часов в неделю)Группы НП-2, НП-3 – 416 часов в год (8 часов в неделю) |
| ***Режим занятий*** | Учебный-тренировочный год начинается с сентября по август. В группах НП-1 учебно-тренировочные занятия проводятся 3 раза в неделю по 1,5 часа, в группах НП-2,3 - 4 раза в неделю по 1,5 часа. Продолжительность одного занятия составляет 45 минут (часы академические). Наполняемость групп от 8 до 16 человек. |
| ***Структура программы*** | 1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.
2. Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:
	* Теоретическая подготовка;
	* Общая физическая подготовка;
	* Специальная физическая подготовка;
	* Техническая подготовка;
	* Участие в спортивных соревнованиях;
	* Тактическая подготовка;
	* Психологическая подготовка;
	* Контрольные мероприятия (тестирования и контроль);
	* Инструкторская практика;
	* Судейская практика;
	* Медицинские, медико-биологические мероприятия;
	* Восстановительные мероприятия.
3. Краткое содержание программного материала на учебно-тренировочный год
4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «теннис».
5. Планируемые результаты на учебно-тренировочный год.
 |
| ***Учебно-тренировочный этап подготовки (этап спортивной специализации) – 5 лет******(возраст обучающихся 9-12 лет)*** |
| ***Ожидаемый результат*** | - формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «теннис»; - формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «теннис»;- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности; - укрепление здоровья;- формирование спортивной мотивации. |
| ***Количество******часов*** | Группы УТ-1 – 624 часа в год (5 раз в неделю)Группы УТ-2, УТ-3 – 728 часов в год (6 раз в неделю)Группы УТ-4, УТ-5 – 832 часа в год (6 раз в неделю) |
| ***Режим занятий*** | Учебно-тренировочный год начинается с сентября по август. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки составляет не более 3 академических часов. Наполняемость групп от 6 до 12 человек. |
| ***Структура программы*** |  1 Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.  2.Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:* + Теоретическая подготовка;
	+ Общая физическая подготовка;
	+ Специальная физическая подготовка;
	+ Техническая подготовка;
	+ Участие в спортивных соревнованиях;
	+ Тактическая подготовка;
	+ Психологическая подготовка;
	+ Контрольные мероприятия (тестирования и контроль);
	+ Инструкторская практика;
	+ Судейская практика;
	+ Медицинские, медико-биологические мероприятия;

 - Восстановительные мероприятия.3.Краткое содержание программного материала на учебно-тренировочный год 4.Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «теннис»5.Планируемые результаты на учебно-тренировочный год. |
| ***Этап совершенствования спортивного мастерства (не ограничен)******(возраст обучающихся с 13 лет)*** |
| ***Ожидаемый результат*** | * повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности;
* обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;
* сохранение здоровья;
* повышение функциональных возможностей организма;

- поддержание высокого уровня спортивной мотивации. |
| ***Количество часов*** | Группы ССМ –1040 часов в год (20 часов в неделю) |
| ***Режим занятий*** | Учебно-тренировочный год начинается с сентября по август. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки составляет не более 3 академических часов. Наполняемость групп от 2 до 4 человек. |
| ***Структура программы*** | 1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.

2.Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:* + Теоретическая подготовка;
	+ Общая физическая подготовка;
	+ Специальная физическая подготовка;
	+ Техническая подготовка;
	+ Участие в спортивных соревнованиях;
	+ Тактическая подготовка;
	+ Психологическая подготовка;
	+ Контрольные мероприятия (тестирования и контроль);
	+ Инструкторская практика;
	+ Судейская практика;
	+ Медицинские, медико-биологические мероприятия;

- Восстановительные мероприятия.3.Краткое содержание программного материала на учебно-тренировочный год 4.Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «теннис»5.Планируемые результаты на учебно-тренировочный год. |
| ***Этап высшего спортивного мастерства (не ограничен)******(возраст обучающихся с 14 лет)*** |
| ***Ожидаемый результат*** | - повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «теннис»; - обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных спортивных результатов в условиях соревновательной деятельности; - сохранение здоровья.Лицу, успешно освоившему программу спортивной подготовки, выдается соответствующий документ (справка), образец которого устанавливается спортивной организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки. |
| ***Количество часов*** | Группы ВСМ –1248 часа в год (24 часа в неделю) |
| ***Режим занятий*** | Учебно-тренировочный год начинается с сентября по август. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки составляет не более 3 академических часов. Наполняемость групп от 1 до 2 человек. |
| ***Структура программы*** | 1. Годовой план-график распределения учебно-тренировочных часов.

2.Тематическое планирование учебного материала на учебный год с указанием количества часов:* + Теоретическая подготовка;
	+ Общая физическая подготовка;
	+ Специальная физическая подготовка;
	+ Техническая подготовка;
	+ Участие в спортивных соревнованиях;
	+ Тактическая подготовка;
	+ Психологическая подготовка;
	+ Контрольные мероприятия (тестирования и контроль);
	+ Инструкторская практика;
	+ Судейская практика;
	+ Медицинские, медико-биологические мероприятия;

- Восстановительные мероприятия.3.Краткое содержание программного материала на учебно-тренировочный год 4.Нормативы общей физической и специальной физической подготовки уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «теннис»5.Планируемые результаты на учебно-тренировочный год. |