# 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. |