

Аннотация к дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта по теннису

Наименование программы:

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта по теннису

Утверждена: приказ по МБУ ДО ДЮСШ «Юность» № 53-О от 01.09.2016 г.

Вид программы: дополнительная общеобразовательная программа «Дополнительная общеразвивающая программа».

Нормативно-правовое обеспечение:

- Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам (приказ Минспорта России от 12.09.2013 № 730)

Направленность программы: на всестороннее физическое воспитание детей, укрепление здоровья, совершенствования двигательных и морально - волевых качеств с ориентацией на дальнейшие занятия физической культурой и спортом в ДЮСШ.

Цель программы: Мотивация к здоровому образу жизни обучающихся посредством освоения основ большого тенниса, умение сохранить и совершенствовать свое здоровье, снимать утомление, вызванное учебной деятельностью, а также содействовать самореализации и самосовершенствованию, развитию физических, интеллектуальных и нравственных качеств личности, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, душевной и физической гармонии.

Задачами реализации Программы :

- Сформировать знания о большом теннисе.
- Укрепить здоровье школьников, содействовать гармоничному, физическому развитию, выработать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.
- Сформировать понятия о значимости большого тенниса в укреплении своего здоровья, ведении здорового образа жизни.
- Усовершенствовать навыки базовых ударов в большом теннисе.
- Сформировать основные физические качества и способности.
- Воспитать дисциплинированность и культуру поведения во время проведения коллективных занятий.
- Обогащение двигательного опыта за счет овладения различными ударами в теннисе и перемещениями по площадке во время игры на площадке.
- Совершенствование функциональных возможностей организма.
- Повышение работоспособности и совершенствование основных.

Возраст обучающихся: от 6-18 лет.

Продолжительность реализации программы: весь период

Образовательный процесс по дополнительной общеразвивающей программе «Теннис» предусматривает 276 часов в год (3 раза в неделю по 1 часу) для учащихся от 6-8 лет и (3 раза в неделю по 2 часа) для учащихся от 8- 18 лет - предусматривает теоретическую, общефизическую и специальную подготовку.

Виды подготовки:

Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Технико-тактическая подготовка

Другие виды спорта, подвижные игры, восстановительные мероприятия

Режим занятий:

Тренировочный процесс по **теннису** ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 46 недель.

Формы организации процесса обучения:

Являются систематические тренировки и участие в различных спортивных мероприятиях и показательных выступлениях.

Ожидаемый результат:

Основной ожидаемый результат – укрепление здоровья обучающихся, активное участие обучающихся в показательных выступлениях, соревнованиях в школе, открытых уроках, мастер - классах школы, а также выездных соревнованиях по большому теннису. В ходе всего курса обучающиеся создают график своих достижений.

Учебно- спортивный отдел МБУ ДО ДЮСШ «Юность»