

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»

Программа принята педагогическим
советом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»
протокол № 1 от «31» 08 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

С.Е. Дунаева

Приказ № 28 от «31» 08 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа
«Теннис-10S»

Уровень освоения программы: ознакомительный

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст детей: 5-8 лет

Срок реализации: 1 год

Педагог дополнительного образования

Козлова Ольга Владимировна

Москва, 2017 г.

РАЗДЕЛ 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Большой теннис – это индивидуальный вид спорта, требующий от игрока умения контролировать игровой процесс, принимать важные решения максимально быстро и реагировать на любое изменение игровой ситуации. Большой теннис – это игровой вид спорта, он очень интересен детям. Но для того, чтобы начать играть на "большом" теннисном корте следует пройти 3 этапа обучения, для достижения наивысших результатов.

Актуальность программы связана с развитием тенниса, требующий использования новых форм, методов и средств организации спортивной деятельности. Возрастающие физические и психологические нагрузки в спорте требуют введения новых, более совершенных методов, средств и приемов психологической подготовки спортсменов.

Программа направлена на создание условий для развития личности воспитанника. Формирование сознательного контроля обучающихся за техническим исполнением ударов, контроль за движением своего тела, осознания своих ошибок и самостоятельное исправление. В результате развиваются физические качества (сила, гибкость, быстрота, выносливость, ловкость), совершенствуются психические процессы, состояния и качества личности.

Направленность в подготовке следующая:

- постепенный переход от обучения техническим приемам и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения технических приемов;
- переход от общеподготовительных к специальным средствам;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- повышение интенсивности занятий;
- использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья.

Новизна программы:

Данная программа разработана Международной теннисной федерацией «Tennis 10s» позволяет сформировать здоровую структуру развития для игроков 10-ти лет и младше с помощью

трех разноцветных уровней тенниса, и с учетом материально-технической базы ДТДиМ и методических требований к работе спортивной секции в системе дополнительного образования.

Данная программа позволяет детям быстрее начать играть в теннис и чувствовать себя более уверенно, т.к.:

- Дети быстрее овладевают приёмами игры и начинают играть в теннис;
- Тренер обучает детей играть в теннис, а не отдельным набором навыков;
- У игроков есть мотивация оставаться в теннисе, т.к. они могут играть и совершенствоваться.

Самое важное – это то, что программа позволяет молодым и не опытным игрокам быстрее приобретать навыки, развивать тактическое мышление, а так же раньше начать играть соревновательные матчи.

Программой предусмотрено три уровня подготовки детей*:

- Красный (1 год, возраст 5-6 лет);
- Оранжевый(2 год, возраст 6-7 лет);
- Зелёный(3 год, возраст 8-10 лет);

С помощью этих уровней создается система ступенчатого развития, которая позволяет игрокам прогрессировать в соответствии со своим возрастом, способностями, уверенностью и ориентиром на соревнованиях. В процессе совершенствования изменяются размер корта, длина ракетки, скорость полета мяча и длительность розыгрышей до момента, когда игрок готов перейти на стандартный корт с использованием желтых мячей.

Группы «Красного», «Оранжевого» и «Зелёного» уровней подготовки формируются по мере освоения предыдущих уровней.

** Во всех группах на любом году обучения возможны возрастные изменения. Допускаются воспитанники младше возраста рекомендуемого программой, если по прохождению этапа ребенок показывает отличные результаты, а также сдает все приемно-переводные испытания на самые высокие баллы, он имеет право перейти на следующую ступень обучения, пропустив 1 год.*

Учитывая то, что в начале своего спортивного пути ребенок занимается в группе совместно с другими детьми, то юный спортсмен будет получать массу удовольствия от общения со своими друзьями в группе.

Цель: учебно-воспитательного процесса – воспитание целеустремлённого, физически развитого, обладающего крепким здоровьем, подготовленного к высокопроизводительному творческому труду, способного показать наилучшие спортивные результаты в меру своих индивидуальных возможностей молодого человека.

Задачи:

Воспитательные задачи:

1. Воспитание положительных черт характера (организованность, дисциплинированность, самостоятельность, активность);
2. Воспитание нравственных качеств (честность, справедливость, чувство товарищества, взаимопомощь, умение заниматься в коллективе, бережное отношение к физкультурному инвентарю, ответственное выполнение поручений);
3. Воспитание волевых качеств (смелость, решительность, настойчивость в преодолении трудностей, уверенность в своих силах, выдержка и др.).

Развивающие задачи:

1. оптимальное развитие физических качеств, присущих человеку;
2. укрепление и сохранение здоровья, а также закаливание организма;
3. совершенствование телосложения и гармоничное развитие физиологических функций;
4. многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности.

Обучающие задачи:

1. Обучить детей игре в большой теннис;
2. Умение вести счет во время игры;
3. Обучение стратегии и тактики игры.

Основные задачи, определяющие работу секции:

1. Физическое совершенствование и развитие двигательных качеств, в соответствии индивидуальных особенностей детей;
2. Воспитание положительных черт характера, нравственных и волевых качеств игрока;

3. Сохранение высокого уровня общей работоспособности;
4. Обучение технике и тактике игры в теннис.
5. Обучение правилам и основам игры в теннис.

С помощью данных уровней можно сформировать структурированную программу, включающую соревнования. Тренировки и матчи по этой системе обеспечивают подготовку к настоящей игре, а не просто предлагают изучение различных компонентов, которые совершенно не связаны с игровыми ситуациями.

Учащиеся, для которых программа актуальна:

Данная программа актуальна для детей в возрасте от 5 до 8 лет. Для успешной реализации программы, с учетом воспитательного состава группы, целесообразно количество детей в группе не более 15 человек, на каждом цвето-уровне обучения.

Формы и режим занятий.

Формы занятий классифицируются по признакам:

1. По педагогическим задачам:
 - теоретическое занятие;
 - обучающее занятие;
 - тренировочное занятие;
 - контрольное занятие;
 - восстановительное занятие;
2. По величинам нагрузки:
 - среднее (оптимальное) занятие;
 - умеренное занятие;
 - разгрузочное занятие;
3. По организации проведения:
 - фронтальное занятие;
 - групповое занятие;
 - самостоятельное занятие.

Занятия подразделяются на теоретические и практические и комбинированные занятия.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, по одному академическому часу (45 минут).

Срок реализации программы: 1 год на реализацию учебной программы, запланировано 72 учебных часа на весь период обучения.

Планируемые результаты:

На 1-ом году (красном уровне) обучения:

- использование красных (войлочных) мячей. Они больше по размеру, чем оранжевые, зеленые или стандартные желтые мячи. Красные мячи медленнее на 75 %, чем обычные;
- формирование ответственности за своей деятельностью во время занятий;
- обучения базовым техническим элементам;
- развитие физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, равновесие, прыгучесть, выносливость, внимание);
- основа красного уровня- хорошее выполнение простых вещей и осознание технических аспектов собственных ударов;
- формирование "точки удара", время реакции (РДО), техники передвижений по корту (простейшие элементы, доведенные до автоматизма), баланс во время выполнения ударов, формирование уверенности в своих ударах являются основными задачами на первый год.

На 2-ом году (оранжевый уровень) обучения подготовка детей ведется в следующих направлениях:

- общая и специальная физическая подготовка;
- использование красных мячей, параллельно с использованием оранжевых мячей (на 50% медленнее желтого мяча, отскок ниже)
- участие в мини-соревнования внутри группы(на усмотрение педагога);
- обучение тактическим элементам, теоретически и перенося их на розыгрыш, с помощью упражнений;
- продолжаем формировать уверенность воспитанников в своих ударах;
- закрепление ударов с отскока с добавлением более сложных элементов (направление мяча), выполнение подачи(использование простой кинетической цепочки);
- множество упражнений на удержание мяча и работы в парах, для формирования командного духа.

На 3-ем году обучения (зеленый уровень) основные направления подготовки сохраняются с усложнением:

- использование оранжевого мяча, иногда возможно включение в тренировочный процесс зеленого мяча (на 25% медленнее желтого);
- обучение ударам позволяющим отбить мяч в любой по высоте точке, с определенным вращением и скоростью;

- умение играть из любого положения на корте
- увеличение соревновательного опыта (участие в товарищеских матчах);
- в тактическом плане, умение использовать больше информации при принятии решений, понимать геометрию корта, определять сильные и слабые стороны соперника, предвидеть действия соперника, начинать связывать удары в стратегический план;

Будут знать, будут уметь:

К концу 1 года обучения:

Уметь:

- играть большинство одиночных ударов справа/слева, стабильно перед собой, направляя их в нужное место(линия/диагональ);
- выполнение простейшей подачи, простой хваткой ракетки;
- плавный переход от замаха к выносу ракетки при ударах справа и слева (плавное и законченное движение);
- вращение плечами помогает выполнить удар (выход из удара)
- выполнение разножки;
- самостоятельное выполнение простейших упражнений на "лесенке";
- перенос веса тела при ударах и подаче;
- правильно подходить к мячу и возвращаться в центр.

Знать:

- названия составных частей ракетки и линий на корте;
- названия и вид выполнения ударов, знать их различия;
- представлять что такое диагональ, линия;
- систему счета и как определить выигрыш очка;
- название составных частей удара и уметь их показать.

К концу 2-ого года обучения:

Уметь:

- выполнять удары из разного положения на площадке;
- выполнять удар и переносом веса тела (используя и правую, и левую ногу для толчка);
- выполнение ударов из закрытых, полуоткрытых, открытых стоек (в движении);
- двигаться вперед и отыгрывать мячи находящиеся ближе к сетке;
- выполнять крученые удары справа/слева;

- выполнять подачу с определенной хваткой и с использованием кинетической цепочки;
- выполнять серию ударов слета, с отскока;
- встречать мяч в более высоком положении;
- выполнять более ритмичного и более скоординированного удара;
- выигрывать розыгрыши с использованием полного арсенала своих умений;
- выполнять серии ударов с партнёром (тренером) с учетом выхода из удара, с правильным и быстрым возвращением в исходную позицию;
- пользоваться своим весом в совершении ударов.

Знать:

- в какой момент следует атака в какой защита;
- как использовать пространство с помощью смены длины и ширины ударов для открытия площадки;
- систему счета, уметь судить;
- и уметь определять попал мяч в корт, при каких обстоятельствах и что объявлять (коридор, квадрат, сетка, аут, касание сетки);
- правила игры и кодекс игрока;
- о самых известных турнирах мировых теннисистов, уметь рассказать о них.

К концу 3-его года обучения:

Уметь:

- играть мяч на разной высоте, определенным вращением и скоростью, заставляя соперника двигаться;
- играть из всех положений на площадке;
- использовать скорость мяча соперника;
- балансировать и использовать свое тело для различных ударов;
- встречать мяч раньше;
- разыгрывать комбинации, используя весь арсенал своих умений;
- предвидеть действия соперника;
- использовать удары: резанный, драйв, реверс.
- подавать: плоскую, резанную, крученную подачу;
- связывать удары в стратегический план;
- анализировать свои ошибки и их исправлять;

- двигаться быстро, правильно в любых направлениях.

Знать:

- геометрию корта;
- как создавать пространство и выигрывать время;
- как определять сильные и слабые стороны соперника;
- как построить стратегию выигрыша;
- все позиции на корте;
- историю тенниса, системы соревнований и счета.

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Учебно-тематический план групп

1-го года обучения(72 часа).

Красный уровень.

Количество занимающихся в начальной группе «Красного» уровня подготовки – 15 человек в возрасте 5–6 лет, учебно-тренировочное занятие проводится 2 раза в неделю по 1 часу, учебная нагрузка – 2 часа в неделю.

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Проведение мини-турниров на знание основ
2.	Теоретическая подготовка	5	5		
3.	Общая физическая подготовка	10	1	9	Выполнение физических упражнений
4.	Техническая подготовка	10	2	8	Выполнение заданий поставленных на тренировке
5.	Теннисное ОФП	16	2	14	
6.	Тактическая и психологическая подготовка	9	2	7	
7.	Подвижные игры	12	4	8	
8.	Техника безопасности	1	1		

9.	Спортивная гигиена	1	1		
10.	Медицинский контроль	1	1		Проверка справок
11.	Зачетно - переводное занятие	6		6	
	ИТОГО:	72	20	52	

СОДЕРЖАНИЕ

Основные темы занятия.

№1. Вводное занятие. Ознакомление с программой. Постановка целей и задач.

№2. Теоретическая подготовка:

Занятия по теоретической подготовке проводятся в форме бесед тренера с демонстрацией отдельных ударов. С теоретическими основами техники и тактики тенниса целесообразно знакомить детей на примере показательной игры старших спортсменов, а при обучении использовать такой инвентарь, как фишки и конусы, игра по направлениям.

Некоторый перечень тем для бесед:

- 1.История тенниса
- 2.Правила поведения игроков на корте
- 3.Правила введения счета

№3. Общая физическая подготовка.

- Строевые упражнения;

Построение в шеренгу;

Выполнение команд;

Расчеты групп;

- Общеразвивающие упражнения без предметов:

Для мышц рук плечевого пояса;

Для мышц туловища;

Для мышц ног;

Для мышц всего тела;

Упражнения для формирования правильной осанки.

- Общеразвивающие упражнения с предметами:

С короткой скакалкой;

С гимнастической палкой;

С набивными мячами.

- Легкоатлетические упражнения:

Различные виды ходьбы в сочетании с бегом, в присяде, с подскоками, приставными и скрестными шагами;
Различные эстафеты на короткие дистанции;
Прыжки в высоту, длину, с места;
Метание утяжеленного мяча;

№4. Техническая подготовка.

- Формирование представления о точке удара, положении ракетки и игрока в момент контакта с мячом (справа и слева, катание мяча, по отскочившему мячу, использование "удочки")
- Различные хватки ракетки для разных ударов
- Выполнение отдельных ударов с относительно фиксированной постановкой ног
- Выполнение серии отдельных ударов справа и слева в определенной и произвольной последовательности

№5. Теннисное ОФП.

Упражнения, основанные на элементах тенниса для освоения техники передвижения:

- Бег «змейкой», «зигзагом», приставными между мячами лежащими на одной линии;
- Прыжки через «коридор»;
- «Челночный» бег;
- Отработка стартового положения;
- Упражнения с лесенкой;
- Разнообразные упражнения основанные на развитие реакции и внимания.

№6. Тактическая и психологическая подготовка.

- Выработка навыков выполнения простейших тактических действий;
- Направление мяча согласно тактических задач;
- Развитие навыка умения держать мяч в игре
- Формирование устойчивого интереса к занятиям спортом
- Создание условий, при которых ребенок вынужден преодолевать чувство страха, волнения и неприятных ощущений, с учетом индивидуальных особенностей детей.

№7. Подвижные игры.

Эстафета «Поезд»

Эстафета «Кто вперед»

«Поймай палку»

«Рывок за мячом»

Эстафеты с ведением мяча теннисной ракеткой.

№8. Техника безопасности.

Правила поведения во время групповых тренировок.

№9. Спортивная гигиена.

- Наличие полотенца на тренировке;
- Наличие воды;
- Наличие сменной одежды;

№10. Медицинский контроль.

Его основная цель- выявить отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям тенниса, определить состояние здоровья и общий уровень физического развития.

№11. Зачетно-переводное занятие. (Приложение №1)

Испытания по физической подготовке;

Испытания по технической подготовке;

Испытания по психологической подготовке;

Условия для перевода в оранжевый уровень

1. Свободное владение мячом и ракеткой (набивания, выполнения простейших упражнений с мячом);
2. Стабильная игра с корзиной, направления мяча в площадку, отдельными ударами справа и слева(использование правильных нужной стойки для удара, подхода к мячу, выполнение разножки, стабильная точка удара);
3. Выполнение простейшей подачи;
4. Выполнение физических нормативов
5. Знание простейших правил тенниса (определение попадания мяча, аут/сетка) и ведения счета.

**Учебно-тематический план групп
2-ого года обучения (72 часа)**

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Проведение мини-турниров на знание основ
2.	Теоретическая подготовка	6	6		
3.	Общая	9	1	8	

	физическая подготовка				Выполнение поставленных контрольных задач поставленных в процессе тренировочного процесса
4.	Техническая подготовка	14	2	12	
5.	Теннисное ОФП	13	2	11	
6.	Тактическая и психологическая подготовка	10	2	8	
7.	Подвижные игры	10	4	6	
8.	Техника безопасности	1	1		
9.	Спортивная гигиена	1	1		
10.	Медицинский контроль	1	1		
11.	Зачетно - переводное занятие	6		6	Контроль и проверка справок
	ИТОГО:	72	20	52	

СОДЕРЖАНИЕ

Методическое обеспечение программы.

Включает в себя:

1. Внутригрупповые соревнования в индивидуальном и командном разряде.
2. Посещение профессиональных турниров
3. Просмотр учебно-методических видеофильмов о теннисе.
4. Занятия по изучению истории тенниса
5. Изучение основных правил поведения игрока во время матча
6. Ознакомление с правилами соревнований и ведением счета.

Примерный план-конспект тренировки.

1. Сбор, переключки, построение.

Построение в одну шеренгу, проверка внешнего вида, наличие ракеток, воды. Определение поставленных задач на тренировку, напоминание результатов и задач предыдущей тренировки. При наличии вопросов у учеников по тренировке, дать развернутый ответ.

2. Разминка

Подготовка детей к тренировке. Пробежка, растяжка, выполнение упражнений для разминки отдельных групп мышц.

3. Основная часть тренировки.

Включает в себя непосредственно изучение новых движений, освоение техники ударов, передвижению, игры на корте, повторение и закрепление пройденного материала и устранения ошибок (если таковые имеются).

4. Проведение подвижной игры

Заранее подготовленная игра в соответствии с количеством детей и их возрастом. Состоит из построения, рассказа содержания игры, правил и виды наказаний за нарушение правил.

5. Заминка, растяжка.

Заключительная часть тренировки. Пробежка, растяжка, построение и обсуждение результатов по прошедшей тренировке.

Условия для перевода в зеленый уровень

1. Свободное владение мячом и ракеткой (набивания, выполнения простейших упражнений с мячом);
2. Стабильная игра с корзиной, направления мяча в площадку, отдельными ударами справа и слева (использование правильных нужной стойки для удара, подхода к мячу, выполнение разножки, стабильная точка удара);
3. Выполнение простейшей подачи;
4. Выполнение физических нормативов
5. Знание простейших правил тенниса (определение попадания мяча, аут/сетка) и ведения счета.

Учебно-тематический план групп 3-ого года обучения (72 часа)

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1		Проведение мини-турниров на знание основ
2.	Теоретическая подготовка	6	6		
3.	Общая физическая подготовка	9	1	8	Выполнение поставленных контрольных
4.	Техническая	14	2	12	

	подготовка				задач поставленных в процессе тренировочного процесса
5.	Теннисное ОФП	13	2	11	
6.	Тактическая и психологическая подготовка	10	2	8	
7.	Подвижные игры	10	4	6	
8.	Техника безопасности	1	1		Контроль и проверка справок
9.	Спортивная гигиена	1	1		
10.	Медицинский контроль	1	1		
11.	Зачетно - переводное занятие	6		6	
	ИТОГО:	72	20	52	

Содержание:

Основные темы занятия.

№1. Вводное занятие. Ознакомление с программой. Постановка целей и задач.

№2. Теоретическая подготовка:

Занятия по теоретической подготовке проводятся в форме бесед тренера с демонстрацией отдельных ударов. С теоретическими основами техники и тактики тенниса целесообразно знакомить детей на примере показательной игры старших спортсменов, а при обучении использовать такой инвентарь, как фишки и конусы, игра по направлениям.

Некоторый перечень тем для бесед:

1. История тенниса
2. Правила поведения игроков на корте
3. Правила введения счета

№3. Общая физическая подготовка.

- Строевые упражнения;
- Построение в шеренгу;
- Выполнение команд;
- Расчеты групп;
- Общеразвивающие упражнения без предметов:
- Для мышц рук плечевого пояса;

Для мышц туловища;

Для мышц ног;

Для мышц всего тела;

Упражнения для формирования правильной осанки.

- Общеразвивающие упражнения с предметами:

С короткой скакалкой;

С гимнастической палкой;

С набивными мячами.

- Легкоатлетические упражнения:

Различные виды ходьбы в сочетании с бегом, в присяде, с подскоками, приставными и скрестными шагами;

Различные эстафеты на короткие дистанции;

Прыжки в высоту, длину, с места;

Метание утяжеленного мяча;

№4. Техническая подготовка.

- Формирование представления о точке удара, положении ракетки и игрока в момент контакта с мячом (справа и слева, катание мяча, по отскочившему мячу, использование "удочки")
- Различные хватки ракетки для разных ударов
- Выполнение отдельных ударов с относительно фиксированной постановкой ног
- Выполнение серии отдельных ударов справа и слева в определенной и произвольной последовательности

№5. Теннисное ОФП.

Упражнения, основанные на элементах тенниса для освоения техники передвижения:

- Бег «змейкой», «зигзагом», приставными между мячами лежащими на одной линии;
- Прыжки через «коридор»;
- «Челночный» бег;
- Отработка стартового положения;
- Упражнения с лесенкой;
- Разнообразные упражнения основанные на развитие реакции и внимания.

№6. Тактическая и психологическая подготовка.

- Выработка навыков выполнения простейших тактических действий;

Уровни обучения	Текущий контроль, сроки	Форма текущего контроля	Оценочные баллы текущего контроля	Итоговый контроль	Форма итогового контроля	Оценочные баллы итогового контроля
-----------------	-------------------------	-------------------------	-----------------------------------	-------------------	--------------------------	------------------------------------

- Направление мяча согласно тактических задач;
- Развитие навыка умения держать мяч в игре
- Формирование устойчивого интереса к занятиям спортом
- Создание условий, при которых ребенок вынужден преодолевать чувство страха, волнения и неприятных ощущений, с учетом индивидуальных особенностей детей.

№7. Подвижные игры.

Эстафета «Поезд»

Эстафета «Кто вперед»

«Поймай палку»

«Рывок за мячом»

Эстафеты с ведением мяча теннисной ракеткой.

№8. Техника безопасности.

Правила поведения во время групповых тренировок.

№9. Спортивная гигиена.

- Наличие полотенца на тренировке;
- Наличие воды;
- Наличие сменной одежды;

№10. Медицинский контроль.

Его основная цель - выявить отсутствие медицинских противопоказаний к занятиям тенниса, определить состояние здоровья и общий уровень физического развития.

№11. Зачетно-переводное занятие. (Приложение №1)

Испытания по физической подготовке;

Испытания по технической подготовке;

Испытания по психологической подготовке;

РАЗДЕЛ 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Механизм отслеживания результатов реализации программы:

Для подведения итогов используется текущий и итоговый контроль. Выражаются эти оба контроля в открытых уроках и в выполнении детьми заданий, зарабатывание оценочных баллов на них.

Красный уровень 5-6 лет	Во время занятия (Открытый урок), ноябрь-декабрь	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Отл. – 5 Хор. – 4 Удовл.- 3 Плохо- 2 Не зачет-1	Во время занятия (Открытый урок), март-апрель	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Суммируются с баллами текущего контроля. Отл. – 10 Хор. – 8 Удовл.- 6 Плохо- 4 Не зачет-2
Оранжевый уровень 6-7 лет	Во время занятия (Открытый урок), ноябрь-декабрь	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Отл.– 5 Хор. – 4 Удовл.- 3 Плохо- 2 Не зачет-1	Во время занятия (Открытый урок), март-апрель	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Суммируются с баллами текущего контроля. Отл. – 10 Хор. – 8 Удовл.- 6 Плохо- 4 Не зачет-2
Зеленый уровень 7-8 лет	Во время занятия (Открытый урок), ноябрь-декабрь	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Отл. – 5 Хор. – 4 Удовл.- 3 Плохо- 2 Не зачет-1	Во время занятия (Открытый урок), март-апрель	Выполнение поставленной задачи во время занятия, план упражнений которые следует выполнить прописываются в план-конспекте открытого занятия. (Уровень заданий зависит от динамики развития группы в общем)	Суммируются с баллами текущего контроля. Отл. – 10 Хор. – 8 Удовл.- 6 Плохо- 4 Не зачет-2

Итоги освоения содержания программы, согласно Положению об аттестации обучающихся учебных групп, объединений и коллективов ГБОУДО ДТДиМ «Восточный», оформляются в протоколах. Могут вручаться грамоты и свидетельства.

РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ: ФОРМЫ

1. Учебно-тренировочное занятие – основная форма работы секции;
2. Проведение индивидуальных и командных соревнований внутри секции;
3. Общая физическая подготовка;
4. Участие в традиционных соревнованиях ДТДиМ и других;
5. Участие в показательных выступлениях на праздниках в рамках ДТДиМ;
6. Посещение и просмотр профессиональных турниров по большому теннису;
7. Ежегодное обследование состояния здоровья;
8. В секции практикуются различные формы работы с родителями юных спортсменов:
 - помощь родителей в изготовлении и ремонте инвентаря;
 - помощь родителей в организации соревнований, показательных выступлений;
 - открытые и показательные учебно-тренировочные занятия;
 - помощь родителей при проверке выполнения детьми домашних заданий;

ОСНОВНЫЕ СРЕДСТВА РАБОТЫ

1. Теоретическая подготовка (беседы по спортивной тематике);
2. Техническая подготовка;
3. Тактическая подготовка(беседы и показ видео-матчей);
4. Физическая подготовка;
5. Психологическая подготовка;
6. Методика обучения технике передвижения;
7. Подвижные игры.

Темы занятий, основные блоки подготовки и упражнений приведены в той последовательности, в которой их целесообразно изучать или осваивать.

Работа с родителями

- Обязательное знакомство родителей с тренером, для последующего контакта и помощи в организации проведения учебного и соревновательного процесса.
- Ознакомление родителей с трудностями, возникающими в процессе подготовки, с дополнительными нагрузками, с учебным процессом

- Родители должны стать надежными союзниками тренера на всех этапах обучения.

Материально-технические условия реализации программы:

Помещение: занятия проходят в спортивном зале ДТДиМ

«Восточный», используется пол корта;

Оборудование: приобретается лично для каждого обучающегося его родителями, из этого ракетка соответствующего размера и мячи;

Оборудование на группу: корзина теннисных мячей, скакалки, большие мячи, обручи, фишки, сетка.

Учебно-информационное обеспечение программы:

Нормативно-правовые акты и документы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (СанПиН 2.4.4.3172-14);
6. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году»;
7. Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308 «О внесении изменений в приказ Департамента образования г. Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922»;
8. Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»;
9. Приказ Департамента образования города Москвы от 30.08.2016 г. № 1035 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»

Список литературы:

1. «Теннис» (учебник для ВУЗов физ.культ.) Ш.А. Тарпищев, А.П. Скородумова.
2. «Теннис» С.П. Белиц-Гейман.
3. «Организационно – методические основы подготовки юных теннисистов» Т.С. Иванова.
4. «Искусство игры в теннис» Скип Синглтон.
5. «Психология успешной игры» У.Тимоти Гэллуэй.
6. «Tennis 10s» учебное пособие, разработанное ITF (Международной Теннисной Федерацией).

Список литературы для родителей и детей:

1. «Как добиться успеха» А.П. Скородумова.
2. «Искусство игры в теннис» Скип Синглтон.
3. «Как воспитать теннисную звезду» Л.Д. Преображенской.
4. Журналы «Tennis weekend»
5. Теннис. Сборник материалов для судей, спортсменов и организаторов соревнований.2012 Витин Б.Н.