**Аннотация к рабочей программе по теннису**

**этап учебно-тренировочный**

Рабочая программа по теннису для тренировочного этапа разработана в соответствии с Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р; Закона Республики Карелия от 20 декабря 2013 года № 1755-ЗРК «Об образовании»; государственной программы Республики Карелия «Развитие образования в Республике Карелия» на 2014-2020 годы, утвержденной постановлением Правительства Республики Карелия от 20 июня 2014 года № 196-П; Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»; приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»; приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»; письма Министерства спорта Российской Федерации от 12 мая 2014 года № ВМ-04-10/2554 «О направлении методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»; Приказа №293 от 13 августа 2015 года Министерства по делам молодежи, физической культуре и спорту Республики Карелия «Методические рекомендации по осуществлению деятельности организации, реализующих образовательные программы ,программы спортивной подготовке в области физической культуры и спорта», Санитарно-Эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, 2.4.4.3172-14,утвержденные постановлением №41 от 04.07.2014 г.

Программа разработана для обучающихся 9-18 лет, срок реализации программы 5 лет и более.

На тренировочный этап подготовки зачисляются только практически здоровые спортсмены, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки, при выполнении ими требований (контрольных нормативов) по общей физической и технико-тактической подготовке.

При составлении программы учитывались следующие методические положения:

1) строгая преемственность задач, средств и методов тренировки юных волейболистов;

2) неуклонное возрастание объема средств технико-тактической, общей и

специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется: из года в год увеличивается удельный вес объема технико-тактической подготовки и СФП (по отношению к общему объему тренировочных нагрузок) и соответственно уменьшается удельный вес ОФП;

3) непрерывное совершенствование спортивной техники и тактики;

4)неуклонное соблюдение принципа постепенности применения тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней тренировки юных спортсменов;

5) учет при планировании тренировочных и соревновательных нагрузок периодов полового созревания;

6) осуществление как одновременного развития физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки, так и преимущественного развития отдельных физических качеств в наиболее благоприятные возрастные периоды. (Табл. №1).

*****Цель программы*** – развитие, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у них здорового образа жизни, поддерживаемого на протяжении всего образовательного периода. Повышение уровня физической подготовки обучающихся и спортивных результатов.**

***Задачи программы*** *:*

1.Укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, содействие правильному физическому развитию;

2.Повышение уровня общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики игры в теннис;

3.Прочное овладение основами техники и тактики тенниса;

4.Приучение к соревновательным условиям;

5.Определение каждому занимающемуся игровой функции в команде и с учетом этого индивидуализация видов подготовки;

6.Обучение групповому взаимодействию, развитие его форм  
посредством игр и соревнований;

7.Развитию специальных физических способностей;

8.Обучение навыкам ведения дневника, системам записи игр и анализу полученных данных;

9.Приобретение навыков в организации и проведении соревнований по теннису, судейства, учебно-тренировочных занятий; выполнение разрядов;

*****Конечный результат программы***: совершенствование психических, эстетических, морально-волевых качеств, улучшение состояния здоровья обучающихся, создание базы знаний о здоровом образе жизни, развитие быстроты, ловкости, совершенствование технических и тактических приемов игры в теннис.**

***Выпускники:***

Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения обучающимися контрольных нормативов по общей физической и техникой, тактической и интегральной подготовке (промежуточная аттестация),теоретическая подготовка.

Обучающиеся, прошедшие тренировочный этап обучения (5 лет), выполнившие требования программы, прошедшие успешно итоговую аттестацию, считаются выпускниками образовательного учреждения и получают диплом об окончании ОУ.

**1.Продолжительность тренировочного этапа, минимальный возраст обучающихся для зачисления в группы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Год обучения | Возраст обучающихся  (лет) | Количество часов в неделю |
| Т- 1 г.о.  начальная специализация | 9(10) | 12 |
| Т- 2 г.о.  начальная специализация | 10 | 12 |
| Т- 3 г.о.  углубленная  специализация | 11 | 14 |
| Т-4 г.о.  углубленная  специализация | 12 | 14 |
| Т-5 г.о.  углубленная  специализация | 13 | 14 |

**2.Объемы максимальных тренировочных нагрузок**

Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (45 мин) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать на этапе тренировочном более 3-х часов.

**3.Материально-техническая база, инвентарь**

Материальная база – комплекс материальных и технических средств, необходимых и предназначенных для обеспечения спортивной подготовки спортсменов-волейболистов отделения волейбол в соответствии с программой спортивной подготовки.

Для успешной реализации настоящей программы имеется:

Материальная база – комплекс материальных и технических средств, необходимых и предназначенных для обеспечения спортивной подготовки спортсменов-волейболистов отделения волейбол в соответствии с программой спортивной подготовки.

Для успешной реализации настоящей программы имеется:

1.Теннисный корт

2.Раздевалки.

3. Инвентарь:

* мячи для тенниса;
* ракетки;
* сетка;
* гантели;
* набивные мячи;
* скакалки;
* гимнастические скамейки;
* гимнастическая стенка;
* резиновые амортизаторы;
* гантели различной массы;
* гимнастические маты;
* барьеры.