ОБЛАСТНАЯ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНАЯ НЕТИПОВАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ»

Рассмотрена и принята на заседании
педагогического совета
от «26» 04 2022 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБН ОО «ДТДМ»
_____ Т.В. Галушкина
Приказ № 170д от «28» 04 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

физкультурно-спортивной направленности

«ПЕРВЫЙ УДАР»

(платные образовательные услуги)

Уровень программы – стартовый

Объединение «Теннис»

Срок реализации программы: **01.06.2022 г.- 31.08.2022 г.**
Возраст обучающихся - **6-12 лет**

Автор-разработчик:
педагог дополнительного образования
Самсонов В.А.

г. Ульяновск, 2022 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка 1 стр.

1.2. Содержание программы 6 стр.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план 6 стр.

2.2. Календарный учебный график 7 стр.

2.3.Условия реализации программы 7 стр.

2.4. Формы аттестации и оценочные материалы 8 стр.

2.5. Методические материалы 8 стр.

2.6. Воспитательный компонент программы 9 стр.

2.7. Список литературы 11 стр.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первый удар» (далее – программа) разработана для предоставления платных образовательных услуг обучающимся от 6 до 12 лет в условиях ОГБН ОО «ДТДМ» в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.16, ст.17, ст.75, ст.79) (далее – ФЗ № 273).
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Устав и локальные нормативные акты ОГБН ОО «ДТДМ».

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы – стартовый.

Организация отдыха, оздоровления, занятости детей и подростков в летний период является неотъемлемой частью социальной политики государства. Это «зона» особого внимания к ребенку, его социальная защита, время оздоровления.

Программа разработана для овладения детьми начальных навыков спортивной игры - большой теннис.

Задача педагога оказать профессиональную помощь обучающимся в проявлении своей индивидуальности, развития любви и желания освоить эту игру.

В отличие от тренировок некоторых видов спорта, занятия большим теннисом, несмотря на сложность, приносят немало радости, чувство удовлетворения, укрепляют здоровье. Это позволяет улучшить физическое развитие детей и физическую подготовленность, выявить обучающихся со стойким интересом к теннису.

Тренировка носит комплексный характер: включает в себя занятия техникой, тактикой, физической и психологической подготовкой.

Актуальность программы. Программа разработана в связи с запросом родителей подрастающего поколения на развитие психологической и физической адаптации обучающихся в социуме, потребностью воспитания всесторонне развитой личности, а также укрепления здоровья, удовлетворения потребности обучающихся в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Игра в большой теннис пользуется популярностью у людей различного возраста и способствует всестороннему развитию личности. Эмоциональный заряд от игры в теннис на площадке через сетку настолько высок, что благоприятно влияет на психическое состояние обучающихся, повышает уверенность в себе, а также усиливает коммуникативную активность и внимательность к другим.

Целесообразность программы заключается в том, что теннис - это прекрасное средство разностороннего физического развития (и эстетического воспитания). Сила, выносливость, ловкость плюс красота и здоровье - вот формула большого тенниса.

Адресат программы: обучающиеся от 6 до 12 лет.

Объем программы: реализуется в летний период, 2 часа в неделю, количество часов – 8.

Срок реализации программы - 01.06.2022 г.- 31.08.2022 г. (4 учебных недели).

Формы организации образовательного процесса и виды занятий.

Форма обучения - очная.

При очном обучении занятия проводятся в большом спортивном зале или на теннисном корте.

При очном обучении в рамках программы предусмотрены групповые формы работы. Занятия по программе включают теоретические, практические занятия и контроль. Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций в непринужденной обстановке. Практические занятия проводятся в форме тренировочных занятий, выполнения упражнений, соревновательных игр. Контроль проводятся в виде непринужденной беседы, опросов, тестов, соревновательных игр и т.п.

Руководит группами педагог дополнительного образования, имеющий спортивную подготовку по данному вида спорта и соответствующее образование.

При проведении занятий особое внимание обращается на охрану труда и технику безопасности.

Занятия проходят с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся. Деятельность обучающихся осуществляется в одновозрастных и разновозрастных группах.

Зачисление в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей) без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам, и медицинской справки (медицинского заключения) с заключением об отсутствии у поступающего в объединение «Теннис» медицинских противопоказаний для занятий.

Режим занятий. Настоящая программа рассчитана на летний период, при кратности учебных занятий – 2 раза в неделю.

Продолжительность и число занятий: 1х45 мин., 2 раза в неделю при очном обучении.

Группы формируются с учетом психофизиологических особенностей обучающихся, в группе не более 12 человек.

Зачисление в объединение осуществляется на основании договора об оказании платных образовательных услуг без предъявления требований к знаниям, умениям, навыкам

Цели и задачи программы

Цель - развитие двигательной активности, укрепление здоровья детей через систематические занятия, оздоровительные физические упражнения и освоение спортивной игры - большой теннис.

Задачи

Образовательные:

- знакомить с теоретическими знаниями о здоровье человека, физической культуре, спорте, теннисе;
- обучать основным техническим действиям и тактическим комбинациям.

Развивающие:

- развивать физические умения и навыки, необходимые для здорового полноценного физического развития;
- развивать самостоятельность, самоорганизованность, умение организовать собственную тренировку;
- развитие навыков коммуникативного общения, сотрудничества и взаимопонимания.

Воспитательные:

- воспитывать целеустремленность, настойчивость, дисциплину, трудолюбие;
- воспитать устойчивый интерес и любовь к занятиям теннисом, физической культурой и спортом.

Планируемые результаты программы

Предметные результаты:
- основные сведения о здоровье человека, физической культуре, спорте, об истории тенниса;
- умение выполнять упражнения с мячом, бить по мячу справа и слева;
- иметь представление о соревновательном процессе в теннисе.

Личностные результаты:
- целеустремленность, настойчивость, дисциплина, трудолюбие;
- устойчивый интерес и любовь к занятиям теннисом, физической культурой и спортом.

Метапредметные результаты:
- физические умения и навыки, необходимые для здорового полноценного физического развития;
- самостоятельность, самоорганизованность, умение организовать собственную тренировку;
- навыки коммуникативного общения, сотрудничества и взаимопонимания.

1.2. Содержание Программы

Раздел №1 «Основы теннисной игры»

Отработка движений на площадке, одновременная работа рук и ног. Упражнения Школы мяча, знакомство с теннисным мячом.

Серии упражнений с мячом.

Упражнения на развитие координации движений.

Тренировка с ракеткой и мячом.

Раздел №2 «Развивающие игры и упражнения»

Игра через сетку с применением различных приемов.

Игра через сетку с подачей и применением всех известных приемов.

Отработка взаимодействия игроков в парной игре.

Обучение парной игре, игра через сетку парами.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план

№ п/п	Разделы	Количество часов (теория/практика)	Формы контроля
1.	**Основы теннисной игры**	4	Выполнение упражнений на корте
2.	**Развивающие игры и упражнения**	4	Участие в играх, выполнение упражнений
	ИТОГО	**8**	

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Дата проведения (число, месяц)	Форма контроля
1	Упражнения на развитие мышц ног и рук. Упражнения на развитие координации движений	1	Выполнение упражнений		наблюдение
2	Упражнения с мячом на концентрацию движения. Упражнения с ракеткой и мячом, обучение движению с ракеткой по площадке	1	Выполнение упражнений		наблюдение
3	Отработка ударов справа мячом об стенку. Отработка ударов слева мячом об стенку	1	Выполнение упражнений		наблюдение
4	Отработка ударов справа и слева, слева об стенку, упражнения на отработку прицельности ударов	1	Выполнение упражнений		наблюдение
5	Отработка ударов справа мячом через сетку. Отработка ударов слева мячом через сетку	1	Выполнение упражнений		наблюдение
6	Отработка игры через сетку по линии	1	Выполнение упражнений		наблюдение
7	Отработка игры через сетку кроссом	1	Выполнение упражнений		наблюдение
8	Учебная игра	1	Выполнение упражнений		наблюдение

2.3.Условия реализации Программы.

Материально-техническое обеспечение

При очном обучении:

- спортивный зал;
- ракетка;
- теннисный мяч;
- спортивная одежда и обувь;

- скакалки, мячи и т.д.

Кадровое обеспечение программы.

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий спортивную подготовку по данному вида спорта и соответствующее образование.

2.4. Формы аттестации /контроля и оценочные материалы

Итоговая аттестация проводится по окончании изучения всей программы в форме учебной игры.

Оценочные материалы. Способом проверки результата обучения являются повседневное систематическое наблюдение за обучающимися и собеседование.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение программы, развитие спортивных достижений, участие в турнирах, играх и т.п.

Косвенными критериями служат: заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге – воспитание физически здоровых людей.

2.5. Методические материалы

Изучение теоретического материала осуществляется:

- отдельные теоретические занятия;
- в форме 5-10-минутных бесед.

При проведении бесед рекомендуется использовать наглядные пособия, учебные фильмы. Для успешного решения образовательных, воспитательных и развивающих задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команда, указание.

Наглядный метод: применяются главным образом в виде показа упражнения. Этот метод помогает создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры. Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей обучающихся.

Ведущие принципы

1. Принципы личностно-ориентированного взаимодействия педагога и обучающихся.
2. Принципы наглядности.
3. Принципы индивидуализации – учёт особенностей детей и организация индивидуального подхода к каждому обучающемуся.

2.6.Воспитательный компонент программы

Основным направлением воспитательной работы в рамках программы является физическое воспитание и формирование здорового образа жизни.
В рамках данного объединения воспитательный компонент программы предусматривает реализацию всех инвариантных модулей «Программы воспитания ОГБН ОО «ДТДМ» для выполнения общей воспитательной цели: «личностное развитие обучающихся».

Модуль	Реализация модуля в рамках программы
1. Учебное занятие	Реализация воспитательного потенциала учебного занятия предполагает создание условий для развития физической и познавательной активности обучающихся, их творческой самореализации. Для очного обучения применяются теоретические и практические занятия. Теоретические занятия проводятся в форме бесед, лекций в непринужденной обстановке. Практические занятия при очном обучении проводятся в форме выполнения практических упражнений, игр, эстафет, турниров.
2. Детское объединение	Форма организации обучающихся: детское творческое объединение. В рамках модуля реализуется поддержка и развитие детского творческого объединения через различные формы работы: - индивидуальные (беседы, консультации, индивидуальная работа) - групповые (спортивные игры, эстафеты, турниры) - коллективные (подготовка к тематическим спортивным мероприятиям, турнирам)
3. Воспитательная среда	Для реализации воспитательного потенциала модуля создана совокупность условий: - учебно-методические разработки педагога по вопросам воспитания (развивающие игры) -сложившиеся ценности, традиции объединения; - предметно-материальный компонент: в учебном помещении (спортивном зале) для занятий создана комфортная среда для воспитания обучающихся, их общения и взаимодействия. Спортивный зал оснащен необходимым для проведения учебных занятий
4. Моя семья - моя опора (работа с родителями)	При реализации программы предусмотрены как индивидуальные, так и групповые формы работы с родителями (законными представителями) обучающихся. Проводятся: -родительские собрания -открытые занятия -консультации для родителей групповые и индивидуальные.

	Родители активно привлекаются к подготовке и проведению спортивных мероприятий, сами также не редко являются участниками спортивно-массовых мероприятий (например, семейный турнир по теннису). Данная работа обеспечивает согласованность действий семьи и работу педагогов объединения для обеспечения достижения целей воспитания.
5. Наставничество и тьюторство	В объединении предусмотрены как индивидуальные, так и групповые формы работы: -консультации для одаренных обучающихся - консультации для обучающихся, показавших низкий уровень подготовки по результатам диагностики -совместные дела
6. Самоопределение	Программа формирует у ребенка рефлексивную позицию по отношению к самому себе и способность удержания разнопозиционности — это условие развития у него способности к самоопределению. Проводятся беседы по формированию представлений о профессиях в спорте
7. «Наше здоровье в наших руках» (профилактика)	Профилактическая работа – значимый пункт работы педагога в объединении. В процессе освоения программы предусмотрена работа по профилактике травматизма (проводятся беседы по правилам поведения на занятиях). В целях профилактики отрицательного влияния негативной внешней среды создаются ситуации успеха, идет работа повышению самооценки обучающихся (это поощрение за хорошо выполненные упражнения, проведение игр)

2.7. Список литературы

Для педагога:

1.Барстоу Дж. Уроки тенниса. – Л.: Ленинградский издатель,1984.

2.Кондратьева Г.А., Шокин А.И. Теннис в спортивных школах. – М.: Агриус, 2010.

3.Новиков А.В., Кукушкин В.В. Большой шлем или Четыре теннисных туза. – М.: Советский спорт, 2010.

Для обучающихся и родителей:

1.Лейвер Р. Как побеждать в теннисе – М., 2008.

2.Лот Ж.-П. Теннис за три дня.– М.: Просвещение, 2009.

3.Машка Олдржих, Шафаржик В. Начальная школа тенниса. – М.: ВИСПО, 2008.

4.Белиц-Гейман С.П. Теннис для родителей и детей.–М.: Просвещение, 2009.