

2. Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Юный теннисист»

№	Модуль	Часы	Промежуточная аттестация
1	Модуль 1-го года обучения	207	9
Итого:		216 ч.	
2	Модуль 2-го года обучения	207	9
Итого:		216 ч.	

2.1. Учебный план модуля 1 года обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	всего	теория	практика	Форма аттестации, контроля
1.	Вводное занятие	6	4	2	Опрос, тестирование
2.	Основы тенниса	14	6	8	
3.	Специальные подготовительные упражнения с мячом	66	2	64	Педагогическое наблюдение, Практическое тестирование
4.	Специальные упражнения с мячом и ракеткой. Удары. Поддача.	70	2	68	Педагогическое наблюдение, Практическое тестирование
5.	Общая физическая подготовка	36	2	34	Педагогическое наблюдение, Практическое тестирование
6.	Мероприятия воспитательного характера	3	-	3	Педагогическое наблюдение
7.	Контрольные игры и соревнования	12	-	12	Педагогическое наблюдение
8.	Промежуточная аттестация	9	2	7	Тесты, нормативы, контрольные испытания
Итого:		216	18	198	

2.2. Учебный план модуля 2 года обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	всего	теория	практика	Форма аттестации, контроля
1.	Вводное занятие	6	4	2	Опрос, тестирование
2.	Основы тенниса	14	6	8	
3.	Подход к мячу.	54	2	52	Педагогическое

	Передвижение к исходной позиции.				наблюдение, Практическое тестирование
4.	Специальные упражнения с мячом и ракеткой. Выполнение удара. Выход из удара. Удары с лета.	86	2	84	Педагогическое наблюдение, Практическое тестирование
5.	Подготовка к старту и движение к мячу. Работа ног. Общая физическая подготовка.	35	2	33	Педагогическое наблюдение, Практическое тестирование
6.	Мероприятия воспитательного характера	3	-	3	Педагогическое наблюдение
7.	Контрольные игры и соревнования	9	-	9	Педагогическое наблюдение
8.	Промежуточная и аттестация	9	2	7	Тесты, нормативы, контрольные испытания
Итого:		216	18	198	