

Утверждено:

Генерал-майор Новиков П.М. \_\_\_\_\_

22 февраля 2016 г

## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении открытого урока по теннису  
28 февраля 2016 года, г. Алматы

### 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- ❖ Популяризация и развитие тенниса в республике Казахстан
- ❖ Набор желающих в группы и для индивидуальных занятий
- ❖ Предположительно состав участников урока 14 + (новички)

### 2. МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ

Урок проводятся 28 февраля 2016 г. на теннисных кортах Спортивного Развлекательного Комплекса «Баганашил» по адресу: г. Алматы, ул. Санаторная 14

Количество кортов – 1. Покрытие – хард.

Длительность урока 60-90 минут

### 3. СИСТЕМА ПРОВЕДЕНИЯ

- 1) Ведение: история тенниса, корт, ракетки, струны, мячи, счёт, одежда, обувь. (15 минут)
- 2) Разминка (10 минут)
- 3) Основы тенниса (практическое занятие) справа, слева, подача, техника. (20 минут)
- 4) Специальные удары слета, смеш. (15 минут)
- 5) Заминка, стрейчинг (10 минут)
- 6) Информация по пользе занятий теннисом (5 минут)

### 4. РЕГИСТРАЦИЯ УЧАСТНИКОВ

Начало открытого урока: в 11.00 28 февраля 2016 г.

Всем участникам урока быть в 10.30

Телефоны для справок: тел: +7 727 2696716, +7 702 1104000, +7 701 233 33 89

Присутствующим на уроке, желательно иметь с собой спортивную форму и обувь. Ракетки и мячи предоставляются бесплатно.

Ответственный за проведение урока \_\_\_\_\_ Городецкий В.И.

Ответственный за фото: Атрушкевич Е.А.