

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри спортивних ігор
доцент Мітова О.О.

_____ 2019 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (теніс) I курс

Бакалавр

галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
спеціальність	014 Середня освіта
спеціалізація	014.11 Фізична культура
факультет	Фізичного виховання
вид дисципліни	Вибіркова

2019-2020 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 1 курсу (I, II семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 «Освіта/Педагогіка»**, спеціальності **014 «Середня освіта»**.

Розробник:

Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент
Полякова Антоніна Віталіївна, к.фіз.вих., доцент.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор** факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від 30 травня 2019 року

Завідувач кафедри _____ (Мітова О.О.)

«31» травня 2019 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, спеціалізація, ступень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань «Освіта/Педагогіка» Спеціальність 014 «Середня освіта».	Вибіркова
Модуль – 1	Спеціалізація/ОПП 014.11 Фізична культура	Рік підготовки:
Змістових модулів – 5		1-й
		Семестр
		I,II
Загальна кількість годин – 150 аудиторних – 96 самостійної роботи студента – 54	Ступінь вищої освіти «Бакалавр»	Лекції
		20 годин
		Практичні, семінарські
		76 годин
		Самостійна робота
		54 години
		Вид контролю:
Залік, іспит		

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання техніки гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту (тенісу)» студент повинен **знати**:

- про теніс як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про техніку гри у нападі і захисті;
- правила змагань з тенісу;
- засоби і методи навчання елементів техніки гри;
- методику суддівства змагань з тенісу;
- планування навчальної роботи з тенісу на уроках фізичної культури і роботу спортивної секції в школі;
- організацію занять тенісом на уроках фізичної культури і у неурочних формах роботи.

вміти:

- виконувати на рівні рухового вміння: елементи техніки гри у нападі і захисті;
- використовувати комплекс технічних прийомів у нападі і захисті;
- визначати стабільність і варіативність спортивної техніки;
- ставити конкретні завдання щодо досягнення бажаних результатів навчально-тренувального процесу;
- формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- визначити справність спортивного інвентарю та приладдя, що застосовуються на занятті;
- забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць та умов проведення занять та змагань;
- надавати першу медичну допомогу при різних видах травм;

- використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- розподілити процес навчання руховій дії на етапи і у відповідності до них визначати завдання навчання;
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення помилок та виправляти їх;
- візуально аналізувати основні кінематичні, динамічні та ритмічні характеристики, виконання рухової дії;
- навчати руховій дії паралельно з набуттям, уточненням і закріпленням знань та різнобічним розвитком фізичних якостей;
- складати календар змагань з виду спорту;
- розробити «Положення» про змагання;
- сформувати суддівську бригаду;
- сформувати оргкомітет з проведення змагань.

Загальні компетентності:

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;
- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

Фахові компетентності:

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;

- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;
- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;
- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовий модуль 1. «Загальні основи теорії обраного виду спорту».

Тема 1. «Історія розвитку тенісу, його виникнення в світі та на Україні».

Змістовий модуль 2. «Організація і проведення змагань».

Тема 2. «Правила гри в теніс. Методика суддівства».

Змістовий модуль 3. «Основи техніки обраного виду спорту».

Тема 3. «Техніка гри в теніс. Класифікація техніки гри».

Змістовий модуль 4. «Методика навчання техніко-тактичним діям в обраному виді спорту».

Тема 4. «Загальна характеристика методики навчання в тенісі».

Змістовий модуль 5. «Змагання і змагальна діяльність».

Тема 5. «Характеристика сторін підготовки тенісистів, їх заємозв'язок».

Тема 6. «Сучасні тенденції розвитку тенісу в СНД, на Україні та за кордоном».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Денна форма навчання			
	усього	у тому числі		
Лекції		Практичні, семінарські	Самост. робота	
Модуль 1				
Змістовий модуль 1. «Загальні основи теорії обраного виду спорту».				
Тема 1.« Історія розвитку тенісу, його виникнення в світі та на Україні».	30	4	16	10
Разом за змістовим модулем 1	30	4	16	10
Змістовий модуль 2. «Організація і проведення змагань».				
Тема 2. «Правила гри в теніс. Методика суддівства».	30	2	12	16
Разом за змістовим модулем 2	30	2	12	16
Змістовий модуль 3. «Основи техніки обраного виду спорту».				
Тема 3. «Техніка гри в теніс. Класифікація техніки гри».	30	4	20	6
Разом за змістовим модулем 3	30	4	20	6
Змістовий модуль 4. «Методика навчання техніко-тактичним діям в обраному виді спорту».				
Тема 4. «Загальна характеристика методики навчання в тенісі».	30	4	10	16
Разом за змістовим модулем 4	30	4	10	16

Змістовий модуль 5. «Змагання і змагальна діяльність».				
Тема 5. «Характеристика сторін підготовки тенісистів, їх взаємозв'язок».	16	2	10	4
Тема 6. «Сучасні тенденції розвитку тенісу в СНД, на Україні та за кордоном».	14	4	8	2
Разом за змістовим модулем 5	30	6	18	6
Усього годин	150	20	76	54

5. Теми семінарських занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема № 1. «Історія розвитку тенісу, його виникнення в світі та на Україні» - проведення модульної роботи.	2
2	Тема № 2. «Правила гри в теніс. Методика суддівства» - проведення модульної роботи.	2
3	Тема № 3. «Техніка гри в теніс. Класифікація техніки гри» - проведення модульної роботи.	2
4	Тема № 4. «Загальна характеристика методики навчання в тенісі» - проведення модульної роботи.	2
5	Тема № 5. «Характеристика сторін підготовки тенісистів, їх взаємозв'язок» - проведення модульної роботи.	2
6.	Тема № 6. «Сучасні тенденції розвитку тенісу в СНД, на Україні та за кордоном» - проведення модульної роботи.	2
	Всього:	12

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Історія розвитку тенісу, його виникнення в світі та на Україні».	14
2.	Тема № 2. «Правила гри в теніс. Методика суддівства».	10
3.	Тема № 3. «Техніка гри в теніс. Класифікація техніки гри».	18
4.	Тема № 4. «Загальна характеристика методики навчання в тенісі».	8
5.	Тема № 5. «Характеристика сторін підготовки тенісистів, їх взаємозв'язок».	8
6.	Тема № 6. «Сучасні тенденції розвитку тенісу в СНД, на Україні та за кордоном».	6
	Всього:	64

8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
	Змістовий модуль 1. «Загальні основи теорії обраного виду спорту».	10
1.	Тема 1. «Історія розвитку тенісу, його виникнення в світі та на Україні». «Історія розвитку тенісу в світі». «Відомості про розвиток тенісу в Україні».	6 4
	Змістовий модуль 2. «Організація і проведення змагань».	16
2.	Тема 2. «Правила гри в теніс. Методика суддівства». «Перегляд турнірів з тенісу».	16
	Змістовий модуль 3. «Основи техніки обраного виду спорту».	6
3.	Тема 3. «Техніка гри в теніс. Класифікація техніки гри».	

	«Сійки та пересування тенісистів».	4
	«Нападаючий та атакуючий удари».	2
	Змістовий модуль 4. «Методика навчання техніко-тактичним діям в обраному виді спорту».	16
4.	Тема 4. «Загальна характеристика методики навчання в тенісі». «Перегляд тренувань спортсменів високого класу».	16
	Змістовий модуль 5. «Змагання і змагальна діяльність».	6
5.	Тема 5. «Характеристика сторін підготовки тенісистів, їх взаємозв'язок». «Вивчення та аналіз науково-методичної літератури по проблемам підвищення технічної майстерності гравців».	4
	Тема 6. «Сучасні тенденції розвитку тенісу на Україні та за кордоном». «Аналіз підсумків чемпіонатів світу, Європи та Олімпійських ігор».	2
Всього:		54

10. Методи навчання

1. Метод словесний;
2. Метод наочний;
3. Метод спостереження;
4. Метод практичних вправ;
5. Метод повторний;
6. Метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. Метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Модульна робота: письмові завдання по темам № 1-6.
3. Тестування рухливих умінь і навичок.
4. Навчальна практика: проведення уроку по навчання окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Рік виникнення тенісу.
2. Засновник тенісу.
3. Коли почали активно друкувати книги з тенісу?
4. Рік заснування першої федерації тенісу.
5. Рік заснування міжнародної федерації тенісу.
6. Що таке турніри Великого Шолому?
7. Назвати країни де проводяться турніри Великого Шолому.
8. Який із турнірів Великого Шолому проводився найпершим?
9. Рік включення тенісу до програми Олімпійських ігор.
10. Назвіть перших олімпійських чемпіонів у різних розрядах.
11. Розмір тенісного корту.
12. Розмір корту до лінії подачі.
13. Розмір коридору.

14. Розмір «червоного», «помаранчевого», «зеленого» корту.
15. Вага м'яча.
16. Вага «червоного» м'яча.
17. Вага «помаранчевого» м'яча.
18. Вага «зеленого» м'яча.
19. Висота сітки.
20. Відстань на якій ставляться підпорки сітки.
21. Висота сітки біля підпорки.
22. Висота сітки для міні-тенісу.
23. Тривалість тенісних матчів.
24. Правила одиночної та парної гри.
25. Особливості організації змагань для дітей 5-6, 7-8 років.
26. Правила участі в змаганнях дітей до 10 років.
27. Техніка пересування гравців.
28. Способи хватки ракетки.
29. Фази ударів.
30. Характеристика ударів справа з відскоку.
31. Характеристика ударів зліва з відскоку.
32. Характеристика ударів з льоту.
33. Характеристика подачі.
34. Характеристика прийому подачі.
35. Характеристика теоретичної підготовки тенісистів.
36. Характеристика фізичної підготовки тенісистів.
37. Характеристика технічної підготовки тенісистів.
38. Характеристика тактичної підготовки тенісистів.
39. Характеристика психологічної підготовки тенісистів.
40. Характеристика інтегральної підготовки тенісистів.
41. Характеристика змагальної підготовки тенісистів.
42. Назвіть завдання «червоного» («помаранчевого», «зеленого») рівня навчання.
43. Складіть план-схему річного циклу підготовки для дітей першого року навчання.
44. Наведіть співвідношення обсягів занять з фізичної та техніко-тактичної підготовки на «червоному» («помаранчевому», «зеленому») рівні тенісу.
45. Охарактеризуйте обладнання, що застосовується на 1-му, 2-му, 3-му році навчання в спортивній школі, клубі.
46. Наведіть приклади розміщення «червоних» та «помаранчевих» кортів на стандартному тенісному майданчику.
47. Наведіть послідовність навчання основних прийомів гри на першому році навчання.
48. Визначте комплекс тренувальних вправ з фізичної підготовки для застосування на «червоному» («помаранчевому», «зеленому») рівні.
49. Визначте комплекс тренувальних вправ з техніко-тактичної підготовки для застосування на «червоному» («помаранчевому», «зеленому») рівні.
50. Визначте комплекс тренувальних вправ з психологічної підготовки для застосування на «червоному» («помаранчевому», «зеленому») рівні.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота (1 семестр)			
Змістовий модуль № 1	Змістовий модуль № 2	Змістовий модуль № 3	Сума
Тема 1	Тема 2	Тема 3	60-100
60-100	60-100	60-100	

Поточне тестування та самостійна робота (2 семестр)			
Змістовий модуль № 4	Змістовий модуль № 5	Іспит	Сума
Тема 4	Тема 5-6	20-40	60-100
40-60	40-60		

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	Відмінно	зараховано
82 – 89	B	Добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D	Задовільно	
60 – 63	E		
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12.2 Форми контролю

№	Види контролю	Сума
Тема №1.		
1.	Презентація та доповідь на обрану тему з історії розвитку тенісу	30-50
2.	Опитування	30-50
	Максимальна сума балів	60-100
Тема №2.		
1.	Розробити комплекс ЗРВ на місці (напис.)	30-50
2.	Опитування	30-50
	Максимальна сума балів	60-100
Тема №3.		
1.	Розробити комплекс ЗРВ в русі (напис.)	30-50
2.	Опитування	30-50
	Максимальна сума балів	60-100
Тема №4.		
1.	Розробити комплекс вправ, спрямованих на оволодіння технічним прийомом	20-30
2.	Опитування	20-30
	Максимальна сума балів	40-60
Тема №5-6		
1.	Розробити положення про змагання	20-30
2.	Опитування	20-30
	Максимальна сума балів	40-60

Критерії оцінки доповіді:

50 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи та сучасної літератури.

40 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи, але без використання останніх публікацій по темі.

30 балів – під час доповіді не використовувалась мультимедійна система та останні публікації по темі.

Критерії оцінки опитування для тем №1-3:

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Критерії оцінки опитування для тем №4-5:

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Критерії оцінки розроблених комплексів вправ для тем №2-3:

50 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підібрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Критерії оцінки розроблених комплексів вправ для теми №4:

30 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підібрано дозировку виконання вправ.

25 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

20 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Іспит. Критерії оцінки:

40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.

36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.

33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.

25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.

22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.

21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.

20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

14. Рекомендована література

14.1. Додаткова :

1. Алексеев А.В. Психологическая подготовка в теннисе. н/Д: Феникс, 2005. 120 с.
2. Боллетьеры Н. Теннисная академия [пер. с англ.]. М. : Эксмо, 2003. 448 с.
3. Борисова О.В. Сучасний професійний спорт та шляхи його розвитку в Україні (на матеріалі тенісу) : дис. здобуття наук. ступеня доктора наук фіз. вих.. : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» Київ, 2012. 40 с.

4. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімп. літ. 2007. 271 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010. 336 с.
6. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев Ш.А. Академия тенниса. М.: Дедалус, 2002. 240с.
7. Гороховский В., Романовский В. Большой теннис: для всех и для каждого. Ростов н/Д : Феникс, 2004. 347 с.
8. Ибраимова М.В., Полищук Л.В., Доган Бариш. Актуальные проблемы подготовки юных теннисистов в Украине. Тезисы международного научного конгресса „Олімпійський спорт і спорт для всіх”. Київ 2010. С.168.
9. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: учебное пособие. М.:Физическая культура, 2007. 128 с.
10. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Особливості контрольних випробувань юних тенісистів 6-7 років на початковому етапі навчання. *Фізична культура, спорт та здоров'я* : Матеріали XIV Міжнародної конференції (Харків, 10-12 грудня 2014 р) [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2014. С. 81-84 (266).
11. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В., Поліщук Л.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка. Навчальний посібник. К: Експрес, 2013. 204с.
12. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, вид-во НПУ ім. Драгоманова. Вип. 13 (40-13), Серія 15, 2013. С.103-109.
13. Ібраїмова М.В. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К.: РНМК, 2012. 158с.
14. Климович Л.С. 100 уроков тенниса. М.:АСТ: Астрель, 2009. 218 с.
15. Климович Л.С. Теннис – это не сложно. М. : РУСАКИ, 2004. 164 с.
16. Креспо М., Рейд М. Подготовка юных теннисистов. Учебно-методическое пособие для тренеров. Валенсия: изд-во МФТ, 2013. 320с.

14.2. Додаткова :

1. Лазарчук О.В., Полякова А.В. Фізична підготовка юних тенісистів. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2010. 20с.
2. Мітова О.О., Полякова А.В. Основні поняття та термінологія настільного тенісу. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р.
3. Мітова О.О., Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А.. Змагальна підготовка та проведення змагань з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 33 с.
4. Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А. Фізична підготовка тенісистів з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 29 с.
5. Сав С. Теннис: техника и тактические приемы. 186 упражнений. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 368с.
6. Тарпищев Ш.А., Губа В.П., Самойлов В.А. Особенности подготовки юных теннисистов. М.: Физкультура и спорт, 2006. 192с.
7. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. М., 2006. 494 с.
8. Ханюкова О.В., Мітова О.О. Організація навчально-тренувального процесу на початковому етапі занять тенісом. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2013. 41 с.
9. Ханюкова О.В. Рівень розвитку спеціальних фізичних здібностей юних тенісистів. *Вісник Запорізького національного університету*. Запоріжжя, 2011. №2 (6). С. 173-177.
10. Ханюкова О.В. Технічна підготовка тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів, 2011. Випуск 86. С. 189-192.
11. Ханюкова О.В., Полякова А.В. Історія розвитку тенісу. Правила гри. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р. 25 с.
12. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта). К.: Олимп. лит-ра, 2011. 360 с.
13. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О., Свергунець Е.М., Флерчук В.В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту. Хмельницький: ХНУ, 2011. 143 с.

15. Інформаційні ресурси

1. www.ftu.org.ua
2. www.itftennis.com.
3. www.stennis.com.ua
4. www.tennisplayandstay.com.

Доцент _____ Полякова А.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

_____ 2019 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (теніс)

II курс

Бакалавр

факультет **Фізичного виховання**

галузь знань **01 – ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА**

спеціальність **014 – Середня освіта**

спеціалізація **0.14.11Середня освіта (фізична культура)**

вид дисципліни **Вибіркова**

2019 – 2020 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, спеціальності **014«Середня освіта»**.

Розробники:

Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент
Полякова Антоніна Віталіївна, доцент кафедри спортивних ігор

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від «30» травня 2019 р.

Завідувач кафедри _____ доц. Мітова О.О.

«1»червня 2019 р

©Мітова Олена Олександрівна, 2019 рік
©Полякова Антоніна Віталіївна, 2019 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів—4	Галузь знань 01 – Освіта/педагогіка	Вибіркова
	Спеціальність 014– Середня освіта	
Модулів— 1	Спеціалізація/освітня програма: 0.14.11Середня освіта (фізична культура)	Рік підготовки:
Змістових модулів— 4		II-й
		Семестр
Загальна кількість годин— 120		3, 4-й
аудиторних— 70 самостійної роботи студента— 30 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції 20 год.
		Практичні, семінарські 70 год.
		Самостійна робота 30 год.
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: залік, іспит

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання техніки гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика тенісу» студент повинен

знати:

- про теніс як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про техніку гри у нападі і захисті;
- правила змагань з тенісу;
- засоби і методи навчання елементів техніки гри;
- методику суддівства змагань з тенісу;
- планування навчальної роботи з тенісу на уроках фізичної культури і роботу спортивної секції в школі;
- організацію занять тенісом на уроках фізичної культури і у неурочних формах роботи;

вміти:

- виконувати на рівні рухового вміння: елементи техніки гри у нападі і захисті;
- використовувати комплекс технічних прийомів у нападі і захисті;

- визначати стабільність і варіативність спортивної техніки;
- ставити конкретні завдання щодо досягнення бажаних результатів навчально-тренувального процесу;
- формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- визначити справність спортивного інвентарю та приладдя, що застосовуються на занятті;
- забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць та умов проведення занять та змагань;
- надавати першу медичну допомогу при різних видах травм.
- використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії; Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.
- Здатність працювати як автономно, так і в команді.
- Здатність планувати та управляти часом.
- Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
- Здатність спілкуватися іноземною мовою.
- Здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями.
- Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії.
- Здатність бути критичним і самокритичним.
- Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

Фахові компетентності (ФК)

- Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
- Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.
- Здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти.
- Здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання.
- Здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей.
- Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
- Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.
- Готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

- Здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти.
- Здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності.
- Здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону.
- Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 6. Техніко-тактичні дії в обраному виді спорту.

Тема 1. «Тактика гри в теніс»

Змістовий модуль 7. Методика навчання техніко-тактичним діям в обраному виді спорту.

Тема 2. «Методика навчання тактичним взаємодіям у тенісі»

Змістовий модуль 8. Організація НДР в обраному виді спорту.

Тема 3. «Засоби та методи технічної підготовки тенісистів»

Змістовий модуль 9. Змагання та змагальна діяльність.

Тема 4. «Система відбору в тенісі».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			
Лекції		Практичні	Семінарські (м/к)	Самост. робота	
Модуль 1					
Змістовий модуль 6. «Техніко-тактичні дії в обраному виді спорту».					
Тема 1.«Тактика гри в теніс».	30	6	10	2	12
Змістовий модуль 7. «Методика навчання техніко-тактичним діям в обраному виді спорту».					
Тема 2.«Методика навчання тактичним взаємодіям у тенісі».	30	4	12	2	12
Змістовий модуль 8. «Організація НДР в обраному виді спорту».					
Тема 3.«Засоби та методи технічної підготовки тенісистів».	30	6	18	2	4
Змістовий модуль 9.«Змагання та змагальна діяльність».					
Тема 4.«Теорія та система відбору в тенісі».	30	4	22	2	2
ВСЬОГО	120	20	62	8	30

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Тактика гри в теніс» - проведення модульної роботи.	2
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним діям у тенісі» - проведення	2

	модульної роботи.	
3.	Тема № 3. «Методика підготовки тенісистів першого року навчання» - проведення модульної роботи.	2
4.	Тема № 4. «Теорія та система відбору у тенісі» - проведення модульної роботи.	2
	Всього:	8

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Тактика гри в теніс».	10
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним діям у тенісі» .	12
3.	Тема № 3. «Методика підготовки тенісистів першого року навчання».	18
4.	Тема № 4. «Теорія та система відбору у тенісі» .	22
	Всього:	62

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Тактика гри в теніс».	12
2.	Тема № 2. «Методика навчання тактичним діям у тенісі».	12
3.	Тема № 3. «Методика підготовки тенісистів першого року навчання».	4
4.	Тема № 4. «Теорія та система відбору в тенісі»	2
	Всього:	30

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Модульна робота з кожного змістовного модулю.
3. Тестування рухових умінь і навичок.
4. Модульна робота: письмові завдання по темам № 1,2,3,4.
5. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Класифікація тактики гри.
2. Класифікація тактики нападу.

3. Пересування тенісистів під час виконання нападаючих дій суперника.
4. Техніка гри тенісистів під час виконання нападаючих дій суперника.
5. Пересування тенісистів під час виконання власних нападаючих дій.
6. Техніка гри тенісистів під час виконання власних нападаючих дій.
7. Класифікація тактики захисту.
8. Класифікація тактичних дій в одиночній грі.
9. Класифікація тактичних дій в парній грі.
10. Тактичні дії сіточника в парній грі.
11. Тактичні дії на задній лінії у парній грі.
12. Послідовність навчання тактичним діям.
13. Засоби та методи тактичної підготовки.
14. Особливості тактичної підготовки на різних етапах багаторічної підготовки тенісистів.
15. Мета та задачі тактичної підготовки тенісистів.
16. Надати приклад вправ для підвищення якості тактичних дій на задній лінії під напад.
17. Надати приклад вправ для підвищення якості тактичних дій на задній лінії під час захисту.
18. Тактична підготовка юних тенісистів до 10 та до 12 років.
19. Тактична підготовка юних тенісистів до 14 років.
20. Тактична підготовка тенісистів до 16 років.
21. Тактична підготовка тенісистів до 18 років.
22. Тактична підготовка тенісисток професіоналів.
23. Тактична підготовка тенісистів професіоналів.
24. Тактична підготовка тенісистів на покритті ґрунт.
25. Тактична підготовка тенісистів на покритті хард.
26. Різниця між тактичною підготовкою тенісистів та тенісисток.
27. Рівні навчання на початковому етапі підготовки.
28. Червоний рівень навчання у тенісі.
29. Тактична підготовка тенісистів на червоному рівні навчання.
30. Помаранчевий рівень навчання у тенісі.
31. Тактична підготовка тенісистів на помаранчевому рівні навчання.
32. Зелений рівень навчання у тенісі.
33. Тактична підготовка на зеленому рівні навчання.
34. Розкрити ігрову ситуацію «утримання м'яча в грі».
35. Розкрити ігрову ситуацію «рухати суперника».
36. Розкрити ігрову ситуацію «вихід до сітки».
37. Розкрити ігрову ситуацію «обведення сіточника».
38. Розкрити ігрову ситуацію «подача».
39. Розкрити ігрову ситуацію «прийом».
40. Засоби технічної підготовки тенісистів.
41. Методи технічної підготовки тенісистів.
42. Поняття спортивного відбір.
43. Етапи спортивного відбору.
44. Критерії спортивного відбору.
45. Критерії вищої технічної майстерності
46. Форми організації процесу навчання.
47. Види планування.
48. Кругова форма проведення тренувального заняття.
49. Характеристика фронтального метода.
50. Характеристика поточного метода.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Поточне тестування та самостійна робота (3 семестр)		
Змістовий модуль № 6	Змістовий модуль № 7	Залік
Тема 1	Тема 2	60-100
60-100	60-100	

Поточне тестування та самостійна робота (4 семестр)			
Змістовий модуль № 8	Змістовий модуль № 9	Іспит	Сума
Тема 3	Тема 4	20-40	60-100
40-60	40-60		

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D	задовільно	
60 – 63	E		
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.

12.2. Форми контролю

№ з/п	Назва теми	Кількість балів
	Тема № 1. «Тактика гри в теніс»	60-100
1.	Самостійна робота: скласти комплекс тактичних дій під сіткою та на задній лінії	30-50
2.	Опитування.	30-50

	Тема № 2. «Методика навчання тактичним діям у тенісі»	60-100
1.	Скласти п/к тренувального заняття та провести основну частину (індивідуальні тактичні дії)	30-50
2.	Опитування.	30-50
	Тема № 3. «Методика підготовки тенісистів першого року навчання».	40-60
1.	Скласти п/к тренувального заняття (Методика навчання індивідуальним тактичним діям в нападі або захисті (за вибором)).	20-30
2.	Опитування.	20-30
	Тема № 4. «Теорія та система відбору в тенісі».	40-60
1.	Провести тренувальне заняття з тенісу.	20-30
2.	Опитування.	20-30
	Екзамен	20-40
	Всього:	60-100

Критерії оцінки доповіді (тема №1):

50 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи та сучасної літератури.

40 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи, але без використання останніх публікацій по темі.

30 балів – під час доповіді не використовувалась мультимедійна система та останні публікації по темі.

Критерії оцінки розроблених планів-конспектів (тема №2):

50 балів – розроблено 10-12 вправ організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Критерії оцінки розроблених планів-конспектів (тема №3):

30 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

25 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

20 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Критерії оцінки проведення занять (тема №2):

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

Критерії оцінки проведення занять (тема №4):

30 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

25 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

20 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання

Критерії оцінки опитування (тема №1,2):

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Критерії оцінки опитування (тема №3,4):

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Іспит. Критерії оцінки:

40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.

36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.

33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.

25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.

23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.

22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.

21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.

20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

14. Рекомендована література

14.1. Основна:

1. Алексеев А.В. Психологическая подготовка в теннисе. н/Д: Феникс, 2005. 120 с.
2. Боллетъери Н. Теннисная академия [пер. с англ.]. М. : Эксмо, 2003. 448 с.
3. Борисова О.В. Сучасний професійний спорт та шляхи його розвитку в Україні (на матеріалі тенісу) : дис. здобуття наук. ступеня доктора наук фіз. вих.. : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» Київ, 2012.40 с.
4. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімп. літ. 2007. 271 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П.Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010.336 с.
6. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев Ш.А. Академия тенниса. М.: Дедалус, 2002. 240с.
7. Гороховский В., Романовский В.Большой теннис: для всех и для каждого. Ростов н/Д : Феникс, 2004. 347 с.
8. Ибраимова М.В., Полищук Л.В., Доган Бариш. Актуальные проблемы подготовки юных теннисистов в Украине. Тезисы международного научного конгресса „Олімпійський спорт і спорт для всіх”. Київ 2010. С.168.
9. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: учебное пособие. М.:Физическая культура, 2007. 128 с.
10. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Особливості контрольних випробувань юних тенісистів 6-7 років на початковому етапі навчання. *Фізична культура, спорт та здоров'я* : Матеріали XIV Міжнародної конференції (Харків, 10-12 грудня 2014 р) [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2014. С. 81-84 (266).
11. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В., Поліщук Л.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка. Навчальний посібник. К: Експрес, 2013. 204с.
12. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, вид-во НПУ ім. Драгоманова. Вип. 13 (40-13), Серія 15, 2013. С.103-109.
13. Ібраїмова М.В. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К.: РНМК, 2012. 158с.
14. Климович Л.С. 100 уроков тенниса. М.:АСТ: Астрель, 2009. 218 с.
15. Климович Л.С. Теннис – это не сложно. М. : РУСАКИ, 2004. 164 с.
16. Креспо М., Рейд М. Подготовка юных теннисистов. Учебно-методическое пособие для тренеров. Валенсия: изд-во МФТ, 2013. 320с.

14.2. Додаткова :

1. Лазарчук О.В., Полякова А.В. Фізична підготовка юних тенісистів. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2010. 20с.
2. Мітова О.О., Полякова А.В. Основні поняття та термінологія настільного тенісу. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р.
3. Мітова О.О., Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А.. Змагальна підготовка та проведення змагань з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 33 с.
4. Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А. Фізична підготовка тенісистів з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 29 с.
5. Сав С. Теннис: техника и тактические приемы. 186 упражнений. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 368с.

6. Тарпищев Ш.А., Губа В.П., Самойлов В.А. Особенности подготовки юных теннисистов. М.: Физкультура и спорт, 2006. 192с.
7. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. М., 2006. 494 с.
8. Ханюкова О.В., Мітова О.О. Організація навчально-тренувального процесу на початковому етапі занять тенісом. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2013. 41 с.
9. Ханюкова О.В. Рівень розвитку спеціальних фізичних здібностей юних тенісистів. *Вісник Запорізького національного університету*. Запоріжжя, 2011. №2 (6). С. 173-177.
10. Ханюкова О.В. Технічна підготовка тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів, 2011. Випуск 86. С. 189-192.
11. Ханюкова О.В., Полякова А.В. Історія розвитку тенісу. Правила гри. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р. 25 с.
12. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта). К.: Олимп. лит-ра, 2011. 360 с.
13. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О., Свергунець Е.М., Флерчук В.В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту. Хмельницький: ХНУ, 2011. 143 с.

15. Інформаційні ресурси

1. www.ftu.org.ua
2. www.itftennis.com.
3. www.stennis.com.ua
4. www.tennisplayandstay.com.

Доцент _____ Полякова А.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра Спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри спортивних ігор

доц. Мітова О.О.

_____ 2019 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (теніс)

III курс

Бакалавр

факультет **Фізичного виховання**

галузь знань **01 – ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА**

спеціальність **014 – СЕРЕДНЯ ОСВІТА**

спеціалізація **0.14.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (фізична культура)**

вид дисципліни **Вибіркова**

2019 – 2020 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, спеціальності **014 – середня освіта**.

Розробник:

Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент
Полякова Антоніна Віталіївна, к.фіз.вих., доцент

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри **спортивних ігор**, факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 13 від “ 30 ” травня 2019 р.

Завідувач кафедри _____ доц. Мітова О.О.

“ 7 ” червня 2019 р.

©Мітова Олена Олександрівна, 2019 рік
©Полякова Антоніна Віталіївна, 2019 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 – Освіта/педагогіка	Вибіркова
	Спеціальність 014 – СЕРЕДНЯ ОСВІТА	
Модулів – 1	Спеціалізація/освітня програма: 0.14.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (фізична культура)	Рік підготовки:
Змістових модулів – 3		III-й
		Семестр
Загальна кількість годин – 90		5, 6-й
аудиторних – 90 самостійної роботи студента – індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції 12 год.
		Практичні, семінарські 78 год.
		Самостійна робота -
		Індивідуальна робота -
		Вид контролю: залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання техніки гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика тенісу» студент повинен **знати:**

- про теніс як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- про техніку гри у нападі і захисті;
- правила змагань з тенісу;
- засоби і методи навчання елементам техніки гри;
- методику суддівства змагань з тенісу;
- планування навчальної роботи з тенісу на уроках фізичної культури і роботу спортивної секції в школі;
- організацію занять тенісом на уроках фізичної культури і у неурочних формах роботи;

вміти:

- виконувати на рівні рухового вміння: елементи техніки гри у нападі і захисті;

- використовувати комплекс технічних прийомів у нападі і захисті;
- визначати стабільність і варіативність спортивної техніки;
- ставити конкретні завдання щодо досягнення бажаних результатів навчально-тренувального процесу;
- формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- визначити справність спортивного інвентарю та приладдя, що застосовуються на занятті;
- забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць та умов проведення занять та змагань;
- надавати першу медичну допомогу при різних видах травм.
- використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- розподілити процес навчання руховій дії на етапи і у відповідності до них визначати завдання навчання;
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення помилок та виправляти їх;
- візуально аналізувати основні кінематичні, динамічні та ритмічні характеристики, виконання рухової дії;
- навчати руховій дії паралельно з набуттям, уточненням і закріпленням знань та різнобічним розвитком фізичних якостей.
- скласти календар змагань з виду спорту;
- розробити «Положення» про змагання;
- сформувати суддівську бригаду;
- сформувати оргкомітет з проведення змагань.

Загальні компетентності (ЗК)

- Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
- Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.
- Здатність працювати як автономно, так і в команді.
- Здатність планувати та управляти часом.
- Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
- Здатність спілкуватися іноземною мовою.
- Здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями.
- Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії.
- Здатність бути критичним і самокритичним.
- Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

Фахові компетентності (ФК)

- Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

- Здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку.
- Здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти.
- Здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання.
- Здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей.
- Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
- Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.
- Готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- Здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти.
- Здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності.
- Здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону.
- Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 10. Методика тренування в обраному виді спорту.

Тема 1. «Методи спортивного тренування і їх застосування у тенісі».

Тема 2. «Основи побудови підготовки спортсменів у тенісі».

Змістовий модуль 11. Організація і проведення змагань.

Тема 3. «Методи розвитку рухових здібностей тенісистів».

Змістовий модуль 12. Види підготовки в обраному виді спорту.

Тема 4. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки тенісистів».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	Усього	у тому числі			
Лекції		Практичні заняття	Семінарські заняття (м/к)	Самостійна робота	
Модуль 1					
Змістовий модуль 10. «Методика тренування в обраному виді спорту».					
Тема 1. «Методи спортивного тренування і їх застосування у тенісі».	30	4	10	2	
Тема 2. «Основи побудови підготовки спортсменів у тенісі».		2	12		
Змістовий модуль 11. «Організація і проведення змагань».					
Тема 3. «Методи розвитку рухових здібностей тенісистів».	30	4	24	2	
Змістовий модуль 12. «Види підготовки в обраному виді спорту».					
Тема 4. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки тенісистів».	30	2	22	2	4
ВСЬОГО	90	12	68	6	4

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Методи спортивного тренування і їх застосування у тенісі» - проведення модульної роботи. Тема № 2. «Основи побудови підготовки спортсменів у тенісі» - проведення модульної роботи.	2
2.	Тема № 3. «Методи розвитку рухових здібностей тенісистів» - проведення модульної роботи.	2
3.	Тема № 4. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки тенісистів» - проведення модульної роботи.	2
	Всього:	6

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Методи спортивного тренування і їх застосування у тенісі».	10
	Тема № 2. «Основи побудови підготовки спортсменів у тенісі».	12
2.	Тема № 3. «Методи розвитку рухових здібностей тенісистів».	24
3.	Тема № 4. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки тенісистів».	22

Всього:	68
----------------	----

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
4.	Тема 6. «Комплексний контроль підготовленості тенісистів на етапі попередньої базової підготовки».	4
	Всього:	4

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. інноваційний метод імітації та імітаційні ігри;
8. інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації);
9. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Модульна робота з кожного змістовного модулю.
3. Тестування рухливих умінь і навичок.
4. Модульна робота: письмові завдання по темам № 1,2,3, 4.
5. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Мета і задачі спортивного тренування.
2. Засоби спортивного тренування тенісистів.
3. Методи спортивного тренування.
4. Характеристика рівномірного метода.
5. Застосування рівномірного метода для розвитку витривалості у тенісистів.
6. Характеристика повторного метода.
7. Застосування повторного метода для розвитку спеціальної витривалості тенісистів.
8. Застосування повторного метода для розвитку загальної витривалості тенісистів у підготовчому періоді.
9. Застосування повторного метода при підготовці тенісистів у міжсезонні.
10. Характеристика методів спрямованих на розвиток силових здібностей тенісистів.
11. Розвиток силових здібностей гравців до 18 років.
12. Розвиток силових здібностей тенісисток у підготовчому періоді.
13. Розвиток силових здібностей тенісистів у підготовчому періоді.
14. Вплив швидкісно-силових здібностей на рівень техніко-тактичної підготовленості тенісистів.
15. Розвиток швидкісно-силових здібностей тенісистів у передзмагальному періоді.
16. Розвиток швидкісно-силових здібностей тенісистів у підготовчому періоді.
17. Швидкісно-силові здібності у змагальному періоді.
18. Характеристика ігрового метода.

19. Ігровий метод в організації занять тенісистів на червоному рівні навчання.
20. Ігровий метод в організації занять тенісистів на помаранчевому рівні навчання.
21. Ігровий метод в організації занять тенісистів на зеленому рівні навчання.
22. Ігровий метод в організації занять тенісистів до 12 років.
23. Ігровий метод в організації занять тенісистів до 14 років.
24. Ігровий метод в організації занять тенісистів до 16 років.
25. Ігровий метод в організації занять тенісистів до 18 років.
26. Ігровий метод в організації занять дорослих тенісистів .
27. Форми організації процесу навчання.
28. Види планування.
29. Загальні характеристики кругової форми проведення тренувального заняття.
30. Застосування кругової форми заняття для підвищення рівня технічної підготовленості тенісистів.
31. Застосування кругової форми заняття для підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості тенісистів.
32. Застосування кругової форми заняття для підвищення рівня фізичної підготовленості тенісистів.
33. Характеристика фронтального метода.
34. Характеристика поточного метода.
35. Мета та задачі фізичної підготовки тенісистів.
36. Засоби фізичної підготовки тенісистів.
37. Методи фізичної підготовки тенісистів.
38. Методи спрямовані на розвиток швидкісної витривалості.
39. Розвиток швидкісної витривалості гравців до 14 років.
40. Розвиток швидкісної витривалості гравців до 16 років.
41. Розвиток швидкісної витривалості гравців до 18 років.
42. Розвиток швидкісної витривалості дорослих тенісистів.
43. Методи спрямовані на розвиток силових здібностей.
44. Методи спрямовані на розвиток швидкісних здібностей.
45. Розвиток швидкісних здібностей тенісистів на червоному рівні навчання.
46. Розвиток швидкісних здібностей тенісистів на помаранчевому рівні навчання.
47. Розвиток швидкісних здібностей тенісистів на зеленому рівні навчання.
48. Методи спрямовані на розвиток координаційних здібностей.
49. Розвиток координаційних здібностей на червоному рівні навчання.
50. Розвиток координаційних здібностей на помаранчевому та зеленому рівні навчання.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Підсумкова кількість балів за змістовний модуль визначається, як сума балів за результатами поточного контролю плюс бали модульної роботи.

Змістовий модуль № 10	Залік
Тема 1,2	60-100
60-100	

Поточне тестування та самостійна робота (4 семестр)		
Змістовий модуль № 11	Змістовий модуль № 12	Залік
Тема 3	Тема 4	60-100
60-100	60-100	

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- «відмінно» - якщо студент правильно вирішив практичне або ситуаційне завдання, проявив глибокі знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «добре» - якщо студент не повністю вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «задовільно» - якщо студент не послідовно і не логічно вирішив практичне або ситуаційне завдання, але проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.
- «незадовільно» - якщо студент не вирішив практичне або ситуаційне завдання і не проявив достатні знання з програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури при відповіді на теоретичне питання.

12.2. Форми контролю

№ п.п.	Завдання	Кількість балів
	Тема №1. «Методи спортивного тренування і їх застосування у тенісі». Тема №2. «Основи побудови підготовки спортсменів у тенісі».	60-100
1.	Написати план-конспект та провести заняття для молодшого шкільного віку.	30-50
2.	Опитування.	30-50
	Тема № 3. «Методи розвитку рухових здібностей тенісистів».	60-100
1.	Написати план-конспект та провести заняття для старшого шкільного віку.	30-50
2.	Опитування.	30-50
	Тема № 4. «Задачі, засоби та методи фізичної підготовки тенісистів».	60-100
1.	Написати та провести комплекс СФП для студентів.	30-50
2.	Опитування.	30-50
	ВСЬОГО	60-100

Критерії оцінки розроблених планів-конспектів, комплексу СФП:

50 балів – розроблено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Критерії оцінки опитування:

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Критерії оцінки проведення занять:

50 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання. Студент володіє термінологією.

40 балів – заняття проведено на високому методичному рівні, з вірно підібраними та використаними засобами та методами навчання, але допущені незначні помилки в термінології.

30 балів – заняття проведено на хорошому методичному рівні, допущені помилки при використанні засобів та методів навчання.

13. Методичне забезпечення:

1. Методичні розробки;
2. Мультимедійні лекції;
3. Відеоматеріали

14. Рекомендована література

14.1. Основна:

1. Алексеев А.В. Психологическая подготовка в теннисе. н/Д: Феникс, 2005. 120 с.
2. Боллетьеры Н. Теннисная академия [пер. с англ.]. М. : Эксмо, 2003. 448 с.
3. Борисова О.В. Сучасний професійний спорт та шляхи його розвитку в Україні (на матеріалі тенісу) : дис. здобуття наук. ступеня доктора наук фіз. вих.. : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» Київ, 2012.40 с.
4. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімп. літ. 2007. 271 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010.336 с.

6. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев Ш.А. Академия тенниса. М.: Дедалус, 2002. 240с.
7. Гороховский В., Романовский В. Большой теннис: для всех и для каждого. Ростов н/Д : Феникс, 2004. 347 с.
8. Ибраимова М.В., Полищук Л.В., Доган Бариш. Актуальные проблемы подготовки юных теннисистов в Украине. Тезисы международного научного конгресса „Олімпійський спорт і спорт для всіх”. Київ 2010. С.168.
9. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: учебное пособие. М.:Физическая культура, 2007. 128 с.
10. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Особливості контрольних випробувань юних тенісистів 6-7 років на початковому етапі навчання. *Фізична культура, спорт та здоров'я* : Матеріали XIV Міжнародної конференції (Харків, 10-12 грудня 2014 р) [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2014. С. 81-84 (266).
11. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В., Поліщук Л.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка. Навчальний посібник. К: Експрес, 2013. 204с.
12. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, вид-во НПУ ім. Драгоманова. Вип. 13 (40-13), Серія 15, 2013. С.103-109.
13. Ібраїмова М.В. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К.: РНМК, 2012. 158с.
14. Климович Л.С. 100 уроков тенниса. М.:АСТ: Астрель, 2009. 218 с.
15. Климович Л.С. Теннис – это не сложно. М. : РУСАКИ, 2004. 164 с.
16. Креспо М., Рейд М. Подготовка юных теннисистов. Учебно-методическое пособие для тренеров. Валенсия: изд-во МФТ, 2013. 320с.

14.2. Додаткова:

1. Лазарчук О.В., Полякова А.В. Фізична підготовка юних тенісистів. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2010. 20с.
2. Мітова О.О., Полякова А.В. Основні поняття та термінологія настільного тенісу. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р.
3. Мітова О.О., Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А.. Змагальна підготовка та проведення змагань з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 33 с.
4. Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А. Фізична підготовка тенісистів з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 29 с.
5. Сав С. Теннис: техника и тактические приемы. 186 упражнений. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 368с.
6. Тарпищев Ш.А., Губа В.П., Самойлов В.А. Особенности подготовки юных теннисистов. М.: Физкультура и спорт, 2006. 192с.
7. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. М., 2006. 494 с.
8. Ханюкова О.В., Мітова О.О. Організація навчально-тренувального процесу на початковому етапі занять тенісом. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2013. 41 с.
9. Ханюкова О.В. Рівень розвитку спеціальних фізичних здібностей юних тенісистів. *Вісник Запорізького національного університету*. Запоріжжя, 2011. №2 (6). С. 173-177.
10. Ханюкова О.В. Технічна підготовка тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів, 2011. Випуск 86. С. 189-192.
11. Ханюкова О.В., Полякова А.В. Історія розвитку тенісу. Правила гри. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р. 25 с.

12. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта). К.: Олимп. лит-ра, 2011. 360 с.
13. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О., Свергунець Е.М., Флерчук В.В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту. Хмельницький: ХНУ, 2011. 143 с.

15. Інформаційні ресурси

1. www.ftu.org.ua
2. www.itftennis.com.
3. www.stennis.com.ua
4. www.tennisplayandstay.com.

Доцент _____ Полякова А.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Факультет Фізичної культури і спорту

Кафедра спортивних ігор

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри спортивних ігор
доцент Мітова О.О.

_____. _____ 2019 р.

Р о б о ч а п р о г р а м а н а в ч а л ь н о ї д и с ц и п л і н и

Теорія і методика обраного виду спорту (ТМС) (теніс) IV курс

Бакалавр

галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
спеціальність	014 Середня освіта
спеціалізація	014.11 Фізична культура
факультет	Фізичного виховання
вид дисципліни	Вибіркова

2019-2020 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни для студентів 4 курсу (VI,VIII семестр) – **Теорія і методика обраного виду спорту** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 «Освіта»**, спеціальності **014 «Середня освіта»**.

Розробник:

Мітова Олена Олександрівна, к.фіз.вих., доцент
Полякова Антоніна Віталіївна, к.фіз.вих., доцент.

Робочу програму схвалено на засіданні **кафедри спортивних ігор** факультету **Фізичної культури і спорту**, Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту.

Протокол № 15 від 30 травня 2019 року

Завідувач кафедри _____ (Мітова О.О.)

«31» травня 2019 р.

© **Мітова Олена Олександрівна**, 2019 рік
© **Полякова Антоніна Віталіївна**, 2019 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування Показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань «Освіта» Спеціальність 014 Середня освіта	Вибіркова
Модуль – 1	Спеціалізація/ОПП 014.11 Фізична культура	Рік підготовки:
Змістових модулів – 3		4-й
		Семестр VII, VIII
Загальна кількість годин – 90 аудиторних – 56 самостійної роботи студента – 34	Ступінь вищої освіти «Бакалавр»	Лекції
		12 годин
		Практичні, семінарські
		44 години
		Самостійна робота
		34 години
	Вид контролю:	
	Залік, іспит	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета – формування професійно-педагогічних навичок, вмінь і одержання знань, необхідних для самостійної викладацької роботи, сприяти підготовці гармонійно розвинутих висококваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту.

Завдання:

- навчити студентів технічним прийомам гри;
- засвоїти методику навчання тактиці гри;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;
- знати основи організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності і вміти використовувати їх на практиці;

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика тенісу» студент повинен **знати**:

- про теніс як вид спорту і засіб фізичного виховання;
- психологічну підготовку тенісистів;
- особливості застосування оновлюючих заходів;
- науково-методичне забезпечення тренувального процесу.

вміти:

- визначити структуру психічної підготовленості в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- визначити структуру вольової підготовки в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- визначити рівень вольової та спеціальної психічної підготовленості окремого спортсмена та оцінити його у відповідності із програмою підготовки та психограмою обраного виду спорту (спортивної дисципліни).
- поставити педагогічне завдання, яке полягає в аналізі психічної підготовленості окремого спортсмена і визначенні на цій основі пріоритетних напрямів психічної підготовки;
- **добрати найефективніші засоби і адекватні методи вирішення поставленого завдання.**
- ставити і реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування;
- формувати навички здорового способу життя;
- зміцнювати здоров'я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;
- реалізовувати спеціальні заходи загартовування;
- використовувати гігієнічні фактори при проведенні різних форм занять фізичними вправами;

- визначати вікові та індивідуальні особливості спортсменів;
- порівнювати отримані в результаті контролю дані з нормативними (модельними) і виявляти причини відхилень;
- розробити мету і завдання дослідження;
- адекватно до мети і завдання дослідження підібрати досліджуваних і методи дослідження;
- розробити систему педагогічних впливів на спортсменів у відповідності з метою і завданнями дослідження.

Загальні компетентності:

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій;
- здатність працювати як автономно, так і в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність спілкуватися іноземною мовою;
- здатність користуватися сучасними інформаційними і комунікаційними технологіями;
- здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети, володіння навичками міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт, а також приймати обґрунтовані рішення.

Фахові компетентності:

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здатність здійснювати пошук, аналіз і оцінку інформації, у т.ч. за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, необхідної для постановки і вирішення професійних завдань, професійного та особистісного розвитку;
- здатність використовувати компетентнісний підхід у фізичному вихованні учнів закладів загальної середньої освіти;
- здатність задовольняти особистісні потреби дитини в процесі фізкультурної діяльності та досягти індивідуалізації навчання;
- здатність використовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні дітей;
- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- готовність до систематизації, узагальнення та поширення вітчизняного та закордонного досвіду в професійній сфері;
- здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями;
- здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар;
- здатність аналізувати та проектувати на сучасному рівні освітній процес, у тому числі в умовах інклюзивної освіти;
- здійснювати планування, організацію, контроль освітнього процесу, спортивної, фізкультурно-оздоровчої діяльності;

- здатність розробляти методичну документацію в сфері фізичної культури і спорту з обліком соціальних, морфофункціональних, психологічних особливостей контингенту різної статі та віку, природничих і економічних особливостей регіону;
- здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій;
- здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовий модуль 13. «Особливості підготовки спортсменів різного віку та кваліфікації в обраному виді спорту».

Тема 1. «Моделювання спортивної діяльності».

Змістовий модуль 14. «Особливості засобів відновлення та підвищення працездатності спортсменів в обраному виді спорту».

Тема 2. «Організація заходів відновлення у навчально-тренувальному процесі тенісистів».

Тема 3. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації».

Змістовий модуль 15. «Науково-дослідна робота».

Тема 4. «Науково-методичне забезпечення у тенісі».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Денна форма навчання			
	усього	у тому числі		
Лекції		Практичні, семінарські	Самост. робота	
Модуль 1				
Змістовий модуль 13. «Особливості підготовки спортсменів різного віку та кваліфікації в обраному виді спорту».				
Тема 1. «Моделювання спортивної діяльності».	30	4	12	14
Разом за змістовим модулем 13	30	4	12	14
Змістовий модуль 14. «Особливості засобів відновлення та підвищення працездатності спортсменів в обраному виді спорту».				
Тема 2. «Організація заходів відновлення у навчально-тренувальному процесі тенісистів».	16	2	8	6
Тема 3. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації».	14	2	8	4
Разом за змістовим модулем 14	30	4	16	10
Змістовий модуль 15. «Науково-дослідна робота»				
Тема 4. «Науково-методичне забезпечення у тенісі».	30	4	16	10
Разом за змістовим модулем 15	30	4	16	10
Усього годин	90	12	44	34

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. «Моделювання спортивної діяльності».	2

2	Тема 2. «Організація заходів відновлення у навчально-тренувальному процесі тенісистів».	2
	Тема 3. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації».	2
3	Тема 4. «Науково-методичне забезпечення у тенісі».	2
	Всього:	8

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. «Моделювання спортивної діяльності».	10
2	Тема 2. «Організація заходів відновлення у навчально-тренувальному процесі тенісистів».	8
	Тема 3. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації».	4
3	Тема 4. «Науково-методичне забезпечення у тенісі».	14
	Всього:	36

8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
	Змістовий модуль 13. «Особливості підготовки спортсменів різного віку та кваліфікації в обраному виді спорту».	14
1.	Тема 1. «Моделювання спортивної діяльності». «Розробка комплексів вправ з використанням обладнання та інвентарю».	14
	Змістовий модуль 14. «Особливості засобів відновлення та підвищення працездатності спортсменів в обраному виді спорту».	10
2.	Тема 2. «Організація заходів відновлення в навчально-тренувальному процесі тенісистів». «Стомлення і відновлення в системі підготовки тенісистів» «Тренування після тимчасової перерви». «Тренування спортсменів високої кваліфікації».	2 2 2
3.	Тема 3. «Моральна і спеціальна психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації». «Психологічна підготовка тенісистів». «Регулювання психічної напруги».	2 2
	Змістовий модуль 15. «Науково-дослідна робота».	10
4.	Тема 4. «Організація багаторічної підготовки тенісистів». «Аналіз одержаних результатів досліджень під час написання курсових (дипломних) робіт».	10
	Всього:	44

10. Методи навчання

1. Метод слова.
2. Метод спостереження.
3. Метод практичних вправ.
4. Інноваційний метод імітації та імітаційні ігри.
5. Інформаційно-комунікативні технології навчання (мультимедіа презентації).

11. Методи контролю

1. Поточний контроль з теми заняття. У тому числі з самостійної роботи за усіма нормами передбаченими робочою програмою.
2. Завдання по темах № 1-3.
3. Навчальна практика: проведення заняття по визначенню рівня фізичної та технічної підготовленості (по вказівці викладача).

Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 100-бальною шкалою.

Орієнтований перелік питань, які визначаються як питання поточного та семестрового контролю.

1. Поняття «модель», «моделювання».
2. Загальне положення моделювання в спорті.
3. Характеристика моделей в спорті.
4. Особливості та види прогнозування в процесі спортивної підготовки тенісистів.
5. Особливості та види планування в процесі спортивної підготовки тенісистів.
6. Етапи багаторічної підготовки тенісистів. Характеристика етапів.
7. Побудова підготовчого періоду.
8. Побудова змагального періоду.
9. Побудова перехідного періоду.
10. Особливості і зміст макроциклів у підготовці тенісистів.
11. Структура і зміст мезоциклів у підготовці тенісистів.
12. Структура і зміст мікроциклів у підготовці тенісистів.
13. Стомлення і відновлення в системі підготовки тенісистів.
14. Засоби відновлення і стимуляції працездатності в системі підготовки тенісистів.
15. Відновлення працездатності тенісистів до 14 років під час тренувального процесу.
16. Засоби відновлення організму тенісистів до 14 років під час змагального періоду.
17. Відновлення працездатності тенісистів до 16 років під час тренувального процесу.
18. Засоби відновлення організму тенісистів до 16 років під час змагального періоду.
19. Відновлення працездатності тенісистів до 18 років під час тренувального процесу.
20. Засоби відновлення організму тенісистів до 18 років під час змагального періоду.
21. Відновлення працездатності тенісистів високої кваліфікації під час тренувального процесу.
22. Засоби відновлення організму тенісистів високої кваліфікації під час змагального періоду.
23. Педагогічні засоби відновлення.
24. Психологічні засоби відновлення.
25. Медико-біологічні засоби відновлення.
26. Інтегральна підготовленість і основи інтегральної підготовки.
27. Психологічна підготовка тенісистів на червоному рівні навчання.
28. Психологічна підготовка тенісистів на помаранчевому рівні навчання.
29. Психологічна підготовка тенісистів на зеленому рівні навчання.
30. Психологічна підготовка тенісистів до 12 років.
31. Психологічна підготовка тенісистів до 14 років.
32. Психологічна підготовка тенісистів до 16 років та до 18 років.
33. Психологічна підготовка тенісистів високої кваліфікації.
34. Регулювання психічної напруженості.
35. Вдосконалення толерантності до емоційного стресу.
36. Управління стартовими станами.
37. Дихання, як засіб регулювання емоційних станів у тенісі.
38. Психологічні засоби підготовки тенісистів перед матчем.
39. Засоби впливу на емоційний стан тенісистів під час матчу.
40. Засоби психологічного відновлення тенісистів після матчу.
41. Що таке рутина перед розіграшом м'яча і з якою метою виконується?
42. Що таке рутина після розіграшу м'яча і з якою метою виконується?

43. Рольові ігри, як засіб корегування поведінки юних тенісистів під час гри.
44. Позитивна розмова, як засіб регулювання емоційного стану гравця.
45. Контроль емоцій під час матчу.
46. Аналіз матчу, як засіб мотивації гравця.
47. Підготовка плану гри, як засіб психологічної підготовки тенісиста до матчу.
48. Розминка, як засіб психологічної підготовки тенісиста перед матчем.
49. Визначення мотивації гравця до занять тенісом.
50. Засоби підвищення мотивації гравця до занять тенісом.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота (3 семестр)		
Змістовий модуль № 13	Змістовий модуль № 14	Сума
Тема 1	Тема 2-3	60-100
60-100	60-100	

Змістовий модуль № 15	Іспит	Сума
Тема 4	20-40	60-100
40-60		

12.1. Шкала оцінювання : національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проекту	Для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82 – 89	B	добре	
74 – 81	C		
64 – 73	D		
60 – 63	E	задовільно	
35 – 59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0 – 34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12.2. Форми контролю

№	Види контролю	Сума
Тема №1		
1.	Комплекс СФП (написати, провести)	30-50
2.	Опитування	30-50
	Максимальна сума балів	60-100
Тема №2		
1.	Комплекс відновлювальних засобів після тренування (напис.)	20-30
2.	Опитування	20-30
	Максимальна сума балів	40-60
Тема №3		
1.	Доповідь на тему психологічної підготовки	30-50
2.	Опитування	30-50
	Максимальна сума балів	60-100
Тема №4		
1.	Написати план-конспект та провести заняття.	20-30
2.	Опитування	20-30
	Максимальна сума балів	40-60

Критерії оцінки доповіді:

50 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи та сучасної літератури.

40 балів – доповідь з використанням мультимедійної системи, але без використання останніх публікацій по темі.

30 балів – під час доповіді не використовувалась мультимедійна система та останні публікації по темі.

Критерії оцінки розроблених комплексів вправ:

50 балів – розроблено та проведено 10-12 вправ з організаційно-методичними вказівками; правильно підбрано дозировку виконання вправ.

40 балів – розроблено та проведено 8-10 вправ з організаційно-методичними вказівками; при дозировці виконання вправ допущені помилки.

30 балів – розроблено та проведено 8 вправ, не до всіх вправ є організаційно-методичні вказівки, при дозировці виконання вправ допущені значні помилки.

Критерії оцінки розроблених комплексів відновлювальних засобів:

30 балів – завдання виконано (написано), проведено аналіз.

25 балів – завдання виконано (написано), при аналізі допущені помилки.

20 балів – завдання виконано (написано), але аналіз не проведено.

Критерії оцінки опитування для тем №1-2:

49-50 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

45-48 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

41-44 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

37-40 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

33-36 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

30-32 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 29 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Критерії оцінки опитування для тем №3-4:

29-30 Студент бездоганно відповів на питання, навів багато прикладів, проявив глибокі системні знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

27-28 Студент правильно відповів на питання, але навів не достатньо прикладів, проявив хороші знання програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури з предмету вивчення.

25-26 Студент на достатньому рівні відповів на питання, навів достатньо прикладів, проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

23-24 Студент не досить повно відповів на питання, не зовсім послідовно і логічно, припустився помилок, але навів приклади, виявив достатні знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

21-22 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання та не навів достатньо прикладів, але проявив знання програмного матеріалу та основної літератури з предмету вивчення.

20 Студент не послідовно, не логічно, із суттєвими помилками відповів на питання, не навів прикладів, але проявив знання програмного матеріалу з предмету вивчення.

1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.

0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

Іспит. Критерії оцінки:

- 40 Студент бездоганно відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 39 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів достатньо прикладів, проявив глибокі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 38 Студент правильно відповів на питання та вирішив практичне завдання, але не навів прикладів, проявив недостатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 37 Студент на достатньому рівні відповів на питання та вирішив практичне завдання, навів окремі приклади, але не проявив глибоких знань змісту програмного матеріалу.
- 36 Студент на достатньому рівні відповів на питання, припустився незначних помилок при виконанні практичного завдання, навів приклади, але не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 35 Студент припустився незначних помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, не навів достатньо прикладів та не проявив достатніх знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 34 Студент припустився помилок при відповіді на питання і виконанні практичного завдання, але навів приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу.
- 33 Студент не повністю відповів на питання, але вирішив практичне завдання, навів окремі приклади та проявив достатні знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 32 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але повністю вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 31 Студент не повністю відповів на питання і виконав практичне завдання, але навів достатньо прикладів та проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 30 Студент не повністю відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, проявив окремі знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 29 Студент не послідовно і не логічно відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 28 Студент частково відповів на питання, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 27 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але частково вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 26 Студент частково відповів на питання і вирішив практичне завдання, не навів достатньо прикладів, але проявив знання змісту програмного матеріалу та основної літератури.
- 25 Студент на достатньому рівні відповів на питання, але вирішив практичне завдання з суттєвими помилками, не навів достатньо прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 24 Студент відповів на питання з суттєвими помилками, але на достатньому рівні вирішив практичне завдання, навів невірні приклади, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури.
- 23 Студент відповів на питання і вирішив практичне завдання з принциповими помилками, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не правильно відповів на додаткові запитання.
- 22 Студент не повністю відповів на питання, фрагментарно вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, неправильно відповів на додаткові запитання.
- 21 Студент фрагментарно відповів на питання, не повністю вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не проявив знань змісту програмного матеріалу, основної літератури, не відповів на додаткові запитання.
- 20 Студент фрагментарно відповів на питання та вирішив практичне завдання, не навів прикладів, не має уяви про зміст програмного матеріалу, основної і допоміжної літератури, не відповів на додаткові запитання.
- 1 – 19 Відповідь студента не розкриває суті питань.
- 0 Студент не зробив спроби відповісти на питання.

13. Методичне забезпечення

1. Конспект лекцій.
2. Методичні розробки.
3. Мультимедійна система.
4. Відео матеріали.
5. Електронні навчальні посібники і підручники.

14. Рекомендована література

14.1. Основна:

1. Алексеев А.В. Психологическая подготовка в теннисе. н/Д: Феникс, 2005. 120 с.
2. Боллетьеры Н. Теннисная академия [пер. с англ.]. М. : Эксмо, 2003. 448 с.
3. Борисова О.В. Сучасний професійний спорт та шляхи його розвитку в Україні (на матеріалі тенісу) : дис. здобуття наук. ступеня доктора наук фіз. вих.. : спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» Київ, 2012. 40 с.
4. Воронова В.І. Психологія спорту. К.: Олімп. літ. 2007. 271 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010. 336 с.
6. Голенко В.А., Скородумова А.П., Тарпищев Ш.А. Академия тенниса. М.: Дедалус, 2002. 240с.
7. Гороховский В., Романовский В. Большой теннис: для всех и для каждого. Ростов н/Д : Феникс, 2004. 347 с.
8. Ибраимова М.В., Полищук Л.В., Доган Бариш. Актуальные проблемы подготовки юных теннисистов в Украине. Тезисы международного научного конгресса „Олімпійський спорт і спорт для всіх”. Київ 2010. С.168.
9. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: учебное пособие. М.:Физическая культура, 2007. 128 с.
10. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Особливості контрольних випробувань юних тенісистів 6-7 років на початковому етапі навчання. *Фізична культура, спорт та здоров'я* : Матеріали XIV Міжнародної конференції (Харків, 10-12 грудня 2014 р) [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2014. С. 81-84 (266).
11. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В., Поліщук Л.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка. Навчальний посібник. К: Експрес, 2013. 204с.
12. Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В. Сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, вид-во НПУ ім. Драгоманова. Вип. 13 (40-13), Серія 15, 2013. С.103-109.
13. Ібраїмова М.В. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К.: РНМК, 2012. 158с.
14. Климович Л.С. 100 уроков тенниса. М.:АСТ: Астрель, 2009. 218 с.
15. Климович Л.С. Теннис – это не сложно. М. : РУСАКИ, 2004. 164 с.
16. Креспо М., Рейд М. Подготовка юных теннисистов. Учебно-методическое пособие для тренеров. Валенсия: изд-во МФТ, 2013. 320с.

14.2. Додаткова:

1. Лазарчук О.В., Полякова А.В. Фізична підготовка юних тенісистів. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2010. 20с.
2. Мітова О.О., Полякова А.В. Основні поняття та термінологія настільного тенісу. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р.
3. Мітова О.О., Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А.. Змагальна підготовка та проведення змагань з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 33 с.
4. Полякова А.В., Мицак А.В., Кіреєв О.А. Фізична підготовка тенісистів з настільного тенісу. Дніпро: Вид-во ЧФ «Стандарт-Сервіс», 2019. 29 с.
5. Сав С. Теннис: техника и тактические приемы. 186 упражнений. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 368с.
6. Тарпищев Ш.А., Губа В.П., Самойлов В.А. Особенности подготовки юных теннисистов. М.: Физкультура и спорт, 2006. 192с.

7. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. М., 2006. 494 с.
8. Ханюкова О.В., Мітова О.О. Організація навчально-тренувального процесу на початковому етапі занять тенісом. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2013. 41 с.
9. Ханюкова О.В. Рівень розвитку спеціальних фізичних здібностей юних тенісистів. *Вісник Запорізького національного університету*. Запоріжжя, 2011. №2 (6). С. 173-177.
10. Ханюкова О.В. Технічна підготовка тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів, 2011. Випуск 86. С. 189-192.
11. Ханюкова О.В., Полякова А.В. Історія розвитку тенісу. Правила гри. Методичні рекомендації. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2014р. 25 с.
12. Шинкарук О.А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта). К.: Олимп. лит-ра, 2011. 360 с.
13. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О., Свергунець Е.М., Флерчук В.В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту. Хмельницький: ХНУ, 2011. 143 с.

15. Інформаційні ресурси

1. www.ftu.org.ua
2. www.itftennis.com.
3. www.stennis.com.ua
4. www.tennisplayandstay.com.

Доцент _____ Полякова А.В.
(підпис)

Завідувач кафедри _____ Мітова О.О.
(підпис)