

Донбаська державна машинобудівна академія

кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

О. Г. Гринь

«_____» _____ 2022 р.

Гарант освітньої програми:

к.н.ф.в.с., доцент

С. О. Черненко

«_____» _____ 2022 р.

Розглянуто і схвалено
на засіданні кафедри
фізичного виховання і
спорту

Протокол № 21 від 30.08.2022р.

В.о.завідувач кафедри

С.О. Черненко

«_____» _____ 2022 р.

Робоча програма навчальної дисципліни

«Теорія і методика викладання тенісу»

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

ОПП «Фізична культура і спорт»

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Факультет інтегрованих технологій і обладнання

Розробник: Кошева Л.В., к.п.н., доцент кафедри фізичного виховання і спорту

Краматорськ-Тернопіль
2022 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Показники			Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
денна на основі ПЗСО 3 роки 10 місяців	денна на основі ступеня ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки 10 місяців	денна на основі ступеня ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік 10 місяців		денна на основі ПЗСО 3 роки 10 місяців	денна на основі ступеня ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки 10 місяців	денна на основі ступеня ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік 10 місяців
Кількість кредитів			ОПП (ОНП) «Фізична культура і спорт»	Вибіркова		
5,0	6,0	5,0				
Загальна кількість годин						
150	180	150	Рік підготовки			
Модулів – 1			Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	4	3	2
Змістових модулів – 1				Семестр		
Індивідуальне навчально - дослідне завдання – виконання реферату				8а	6а	4а
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 6 самостійної роботи здобувача – 10				Лекції		
				8	8	8
				Практичні		
			46	46	46	
			Самостійна робота			
			96	126	96	
			Вид контролю			
			Залік	Залік	Залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить – 6/10 на базі ПЗСО, ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки 10 місяців; – 6/14 на базі ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік 10 місяців.

2. Загальні відомості, мета і завдання дисципліни

Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання тенісу» (ТіМВТ) складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів за спеціальністю 017 «Фізична культура та спорт».

Предметом навчальної дисципліни є теоретико-методичні закономірності підготовки спортсменів у тенісі.

Метою викладання навчальної дисципліни є формування у здобувачів вищої

освіти теоретичних і практичних знань про спортивні ігри: набуття теоретичних знань з історії розвитку тенісу в Україні та світі; вивчення офіційних правил гри, організації змагань з тенісу; оволодіння технічними діями в захисті і нападі, тактикою гри; вивчення засобів та методів навчання та удосконалення техніки та тактики гри. При вивченні дисципліни здобувачі оволодівають практичними навичками, виконують обов'язки судді та організатора змагань з тенісу .

Завдання курсу:

- навчити основ техніки гри у теніс та методики їх викладання на основі теоретичних знань,
 - опанувати методику проведення практичних занять з навчання техніки та тактики гри у теніс та методику їх викладання;
 - навчити принципам розвитку фізичних якостей стосовно спортивних ігор: швидкості, спритності, витривалості, швидко-силових якостей;
 - ознайомити з організацією та проведенням спортивних змагань з тенісу.
- За підсумками вивчення дисципліни здобувач вищої освіти повинен **знати**:
- класифікацію техніки і тактики тенісу;
 - методику навчання техніки і тактики гри у теніс;
 - заходи попередження травматизму на заняттях з тенісу;
 - форми та методи контролю та самоконтролю на заняттях;
 - вимоги до місць занять, обладнання та інвентарю при проведенні занять з тенісу;
 - методику побудови конспектів занять з тенісу;
 - вимоги до інтенсивності та величини навантажень на заняттях з тенісу;
 - основні правила гри, жести суддів під час гри, організацію та методику проведення змагань з тенісу.

Здобувач вищої освіти повинен **вміти**:

- правильно показати виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри у теніс;
- методично грамотно провести навчання основних технічних прийомів гри у теніс;
- методично грамотно провести навчання основних тактичних дій гри;
- організувати та проводити, як окремі частини навчальних та тренувальних занять так і все заняття в цілому;
- виконувати обов'язки судді;
- планувати і проводити заходи щодо профілактики травматизму і надавати першу медичну допомогу;
- визначати причини помилок і знаходити методику їх усунення в процесі освоєння рухових дій і розвитку фізичних якостей;
- здійснювати контроль і самоконтроль за самопочуттям, фізичним і психічним станом тих, котрі займаються.

Місце дисципліни у структурно-логічній схемі підготовки бакалавра.

Дисципліна «Теорія і методика викладання тенісу» тісно пов'язана з рядом інших компонентів освітньої програми, а саме: «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика викладання обраного виду спорту», «Теорія і методика дитячо-юнацького спорту», «Біомеханіка». Передбачає можливість використання отриманих знань у процесі вивчення освітнього компоненту

«Виробнича практика за профілем майбутньої роботи».

Програмні компетентності:

Загальні компетентності (ЗК)

- здатність вчитися й оволодівати сучасними знаннями;
- здатність працювати в команді;
- навички міжособистісної взаємодії;
- здатність бути критичним і самокритичним.

Фахові компетентності спеціальності (ФКС)

- здатність проводити тренування й супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів;

- здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання й інвентар.

Програмні результати навчання (ПРН)

- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й подавати власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;

- аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху й олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях;

- надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах і патологічних процесах в організмі людини;

- знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми й організацію процесу навчання і виховання людини.

Статус навчальної дисципліни: вибіркова

3. Програма та структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання на базі ПЗСО, ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями 8 а; 4а семестри								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Лекції	2	2	2	2	-	-	-	-	-
Практ. роботи	4	4	4	4	6	6	6	6	6
Сам. робота	10	10	10	10	10	10	12	12	12
Індивідуальні зан									
Консультації									
Модулі	Зм.М1								
Контроль по модулю									к;

Денна форма навчання на базі ОКР «Молодший бакалавр» 3 роки

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями б а; семестри								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Лекції	2	2	2	2	-	-	-	-	-
Практ. роботи	4	4	4	4	6	6	6	6	6
Сам. робота	14	14	14	14	14	14	14	14	14
Індивідуальні зан									
Консультації									
Модулі	Зм.М1								
Контроль по модулю									к;

4.

Лекції

Змістовий модуль 1 Основи техніки і методика навчання техніко-тактичних дій у тенісі.

Тема 1 Історія розвитку тенісу. Основні правила гри в теніс.

Зміст теми: Теніс, як стиль життя. Зародження та розвиток світового тенісу. Розвиток вітчизняного тенісу. Теніс в Україні. Теніс на Олімпійських іграх. Турніри Великого шолому. Розміри корту. Інвентар для гри в теніс. Основні правила гри.

Література: [Б: 2,5,7]

Тема 2 Загальна характеристика спортивної підготовки в тенісі

Зміст теми: Мета й завдання спортивної підготовки. Зміст спортивної підготовки. Принципи спортивної підготовки. Основні форми навчальної роботи в ДЮСШ і СДЮШОР. Вікові особливості багаторічної підготовки в тенісі

Література: [3, 7-8]

Тема 3 Навчання основ техніко-тактичних дій у тенісі.

Зміст теми: Як навчитися грати в теніс. Як тримати ракетку. Як правильно виконати подачу. Удари в тенісі. Основи навчання техніки гри. Тактика гри в теніс.

Література: [3, 7-8]

Тема 4 Організація навчально-тренувальної та змагальної діяльності у тенісі

Зміст теми: Засоби та методи тренування. Структура навчально-тренувального заняття. Облік та контроль тренувального процесу. Організація виховної роботи. Інструкторська та суддівська практика. Матеріально-технічне забезпечення та техніка безпеки.

Література: [3, 7-8]

5. Практичні заняття

Мета проведення практичних занять – є оволодіння вміннями та навичками навчальної дисципліни у практичній площині, вдосконалення спортивної майстерності студентів.

Внаслідок практичних занять студенти повинні **знати**:

- основи методики початкового навчання та вдосконалення прийомів техніки і тактики гри у теніс;
- послідовність вивчення та вдосконалення окремих прийомів гри у теніс;
- особливості та методику розвитку і вдосконалення рухових якостей у тенісі;
- правила безпеки під час проведення занять з тенісу;
- форми та методи контролю та самоконтролю;
- особливості проведення тренувальних занять з тенісу з учнями (спортсменами) у відповідності до їхніх вікових і кваліфікаційних особливостей;
- методику планування етапів підготовки у тенісі;
- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на тренувальних заняттях з тенісу;
- правила гри, організацію та методику проведення змагань з тенісу.

Студент повинен **вміти**:

- використовувати методи та засоби навчання та вдосконалення основних технічних та тактичних прийомів гри у тенісі;
- здійснювати планування етапів підготовки у тенісі;
- методично грамотно демонструвати техніку виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри у тенісі;
- методично грамотно і послідовно навчати основним приемам техніки і тактики гри;
- визначати неточності при виконанні технічних і тактичних дій та знаходити правильні шляхи для їх виправлення;
- організовувати змагання, обслуговувати матчі в якості судді;
- методично правильно здійснювати управління командою під час змагань в якості тренера.

Семестр 4а, 6а. 8а

Практичне заняття № 1

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, ознайомити з технікою безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять і змагань з тенісу, виконати тестування та ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 2 год.

Задачі та зміст заняття:

- 1 Ознайомити з технікою при проведенні навчально-тренувальних занять і змагань з тенісу.
- 2 Вхідний контроль: виконання тестів для визначення функціональної

і фізичної підготовленості, рівня фізичного розвитку.

2. Тактична підготовка:

- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 1, 2].

Практичне заняття № 2-3

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, освоїти хват ракетки, ігрові стійки, вивчити подачу, техніку ударів з льоту зліва, справа з відскоку, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Розвиток загальної і силової витривалості.
2. Розвиток гнучкості.
3. Технічна підготовка:
 - вивчення техніки ударів з льоту зліва ;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - вивчення техніки ударів справа з відскоку;
 - вивчення техніки подачі.
4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за з вивчення авданням викладача.

Література [Б. 1, 2, 5,].

Практичне заняття № 4-5

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, навчити техніки переміщень, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів з відскоку зліва, навчити техніки подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку швидкості.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.
3. Технічна підготовка:
 - навчити техніки переміщень;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - навчити техніки ударів з відскоку зліва;
 - навчити техніки подачі.
4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 1, 2, 5,].

Практичне заняття № 6-7

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, навчити техніки переміщень, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів з відскоку справа, зліва, навчити техніки подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку загальної витривалості.
 2. Сприяти розвитку координаційних здібностей.
 3. Технічна підготовка:
 - навчити техніки переміщень;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - навчити техніки ударів з відскоку справа, зліва;
 - навчити техніки подачі.
 4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за завданням викладача..
- Література [Б. 1, 2, 4,].

Практичне заняття № 8-9

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалити техніку переміщень, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів з льоту справа, вдосконалити техніку подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку швидкості.
 2. Сприяти розвитку спритності.
 3. Технічна підготовка:
 - вдосконалити техніку переміщень;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - навчити техніки ударів з льоту справа;
 - вдосконалити техніку подачі.
 4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за завданням викладача.
- Література [Б. 3 - 4]

Практичне заняття № 10-11

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалити техніку ударів з льоту зліва, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів справа з відскоку, вдосконалити техніку

подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку загальної і силової витривалості.
2. Сприяти розвитку гнучкості.
3. Технічна підготовка:
 - вдосконалити техніку ударів з льоту зліва;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - навчити техніки ударів справа з відскоку;
 - вдосконалити техніки подачі.
4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 1 - 3]

Практичне заняття № 12-13

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалення техніки ударів з відскоку справа, зліва, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів з льоту справа, зліва, вдосконалення техніки подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

- 1 Сприяти розвитку швидкості.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.
3. Технічна підготовка:
 - вдосконалити техніки ударів з відскоку справа, зліва;
 - імітація ударів за завданням викладача;
 - навчити техніки ударів з льоту справа, зліва;
 - вдосконалити техніки подачі.
4. Тактична підготовка:
 - тактика гри в особистому розряді;
 - навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 2 - 3]

Практичне заняття № 14-15

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалити техніки переміщень, імітація ударів за завданням викладача, вдосконалити техніки ударів з відскоку справа, зліва, навчити техніки ударів «сמש», «свічка», вдосконалити техніки подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку силової витривалості.
2. Сприяти розвитку спритності.

3. Технічна підготовка:

- вдосконалити техніки переміщень;
- імітація ударів за завданням викладача;
- вдосконалити техніки ударів з відскоку справа, зліва;
- навчити техніки ударів «смеш», «свічка»;
- вдосконалити техніки подачі.

4. Тактична підготовка:

- тактика гри в особистому розряді;
- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 1 - 3]

Практичне заняття № 16-17

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалити техніки переміщень, імітація ударів за завданням викладача, вдосконалити техніки ударів з відскоку, з льоту справа, зліва, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку сили і гнучкості.
2. Сприяти розвитку координаційних здібностей.

3. Технічна підготовка:

- вдосконалити техніки переміщень;
- імітація ударів за завданням викладача;
- вдосконалити техніки ударів з відскоку, з льоту справа, зліва.

4. Тактична підготовка:

- тактика гри в особистому розряді;
- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 2 - 3]

Практичне заняття № 18-19

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалення техніки ударів з відскоку справа, зліва, імітація ударів за завданням викладача, навчити техніки ударів з льоту справа, зліва, вдосконалення техніки подачі. ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

- 1 Сприяти розвитку швидкості.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.

3. Технічна підготовка:

- вдосконалення техніки ударів з відскоку справа, зліва;
- імітація ударів за завданням викладача;
- навчити техніки ударів з льоту справа, зліва;
- вдосконалення техніки подачі.

4. Тактична підготовка:

- тактика гри в особистому розряді;
- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 2 - 3]

Практичне заняття № 21-22

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, вдосконалити техніки переміщень, імітація ударів за завданням викладача, вдосконалити техніки ударів з відскоку справа, зліва, навчити техніки ударів «сמש», «свічка», вдосконалити техніки подачі, ознайомити студентів з методикою навчання.

Обсяг навчального часу: 4 год.

Задачі та зміст заняття:

1. Сприяти розвитку силової витривалості.
2. Сприяти розвитку спритності.
3. Технічна підготовка:

- вдосконалити техніки переміщень;
- імітація ударів за завданням викладача;
- вдосконалити техніки ударів з відскоку справа, зліва;
- навчити техніки ударів «сמש», «свічка»;
- вдосконалити техніки подачі.

4. Тактична підготовка:

- тактика гри в особистому розряді;
- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 1 - 3]

Практичне заняття № 23

Мета заняття: закріпити теоретичні знання, отримані в результаті вивчення матеріалу дисципліни, Виконання контрольних нормативів з розділу ЗФП **Обсяг навчального часу: 2 год.**

Задачі та зміст заняття:

1. Виконання контрольних нормативів з розділу ЗФП.
2. Виконання контрольних нормативів з розділу СФП.
3. Тактична підготовка:

- тактика гри в особистому розряді;
- навчальна гра за завданням викладача.

Література [Б. 2 - 3]

6. Контрольні заходи

Під час перевірки знань здобувачів вищої освіти використовуються наступні види контролю: поточний та підсумковий (виконання практичних нормативів з технічної підготовки, виконання індивідуального навчального завдання (реферат з обраної теми), виконання тестового контрольного завдання).

Перевірка та оцінювання знань, умінь і практичних навичок здобувачів

здійснюється за 100-бальною ECTS шкалою та національною шкалою.

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності здобувачів і включає в себе ряд підрозділів (блоків):

1. Виконання практичних нормативів з технічної підготовки.
Максимальна кількість балів – 60.

Оцінка виконання практичних нормативів з дисципліни

Таблиця 1 Оцінка виконання контрольних нормативів із технічної підготовленості

	Контрольний норматив із технічної підготовленості	Стать	Бали				
			5	4	3	2	1
1	Подачі, 10 спроб, кількість разів.	ч	10	8	7	6	5
		ж	8	6	5	4	3
2	Удари в стіну справа, відстань 5 м., кількість разів.	ч	10	8	6	5	4
		ж	8	6	5	4	3
3	Удари в стіну справа-зліва, відстань 5 м., кількість разів	ч	10/10	8/8	7/7	6/6	5/5
		ж	8/8	6/6	5/5	4/4	3/3

Таблиця 2 Оцінка виконання контрольних нормативів із фізичної підготовленості

	Контрольний норматив із фізичної підготовленості	Стать	Бали				
			5	4	3	2	1
1	Човниковий біг 4x9 м, с.	ч	8,8	9,2	9,7	10,2	10,7
		ж	10,2	10,5	11,1	11,5	12,0
2	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів	ч	44	38	32	26	20
		ж	24	19	16	11	7
3	Піднімання в сід за 1 хв, кількість разів	ч	53	47	40	34	28
		ж	47	42	37	33	28

3. Виконання індивідуального навчального завдання (реферат з обраної теми).
Максимальна кількість балів – 20

ТЕМАТИКА ІНЗ
з дисципліни «Теорія і методика викладання бадмінтону»

1. Історія розвитку тенісу в Україні.
2. Участь українських тенісистів у міжнародних змаганнях.
3. Характеристика тенісу як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання
4. Теніс – олімпійський вид спорту.
5. Рухова гра теніс у системі фізичного виховання ВНЗ.
6. Сучасний теніс в системі фізичного ДЮСШ.
7. Фізична підготовка у тенісі.
8. Класифікація технічних прийомів у тенісі.
9. Аналіз техніки, методика навчання основним видам подач.
10. Методика навчання тактичним діям в одичній грі.
11. Методика навчання тактичним діям в парній грі.
12. Застосування тренажерів для навчання і тренування у тенісі.
13. Методика навчання і вдосконалення способів техніки гри у теніс.
14. Організація та проведення змагань з тенісу.

Таблиця 2 Система оцінки ІНЗ з дисципліни

№	Критерії оцінки	Так	Частково	Ні
1	Розділи роботи повно характеризують тему дослідження	3 бали	1-2 бали	без оцінки
2	В ІНЗ визначені мета і завдання дослідження	3 бали	1-2 бали	без оцінки
3	Методи дослідження використані в роботі відповідають поставленим завданням	3 бали	1-2 бали	без оцінки
4	Посилання на першоджерела відповідають списку літератур	3 бали	1-2 бали	без оцінки
5	Аналітичний огляд літератури повно висвітлює вивченість проблеми	2 бали	1 бал	без оцінки
6	Робота являє собою компіляцію або плагіат	без оцінки	без оцінки	без оцінки
7	У роботі використано літературу видану	2010-2020	1990-2010	1970-1990
8	Висновки відповідають поставленим завданням дослідження	2 бали	1 бал	без оцінки
9	Оформлення списку використаної літератури відповідає стандарту	2 бали	1 бал	без оцінки
10	Оформлення ілюстративного матеріалу відповідає стандарту	2 бали	1 бал	без оцінки
11	Робота містить орфографічні помилки, перекручені терміни	без оцінки	без оцінки	без оцінки

	Сума балів	20	8-12	–
--	------------	----	------	---

3. Виконання контрольної роботи у формі есе.
4. Максимальна кількість балів – 30.
5. Співбесіда з викладачем(активність на практичних заняттях, проведення частин навчальних занять та заняття вцілому.
Максимальна кількість балів – 10

Загальний бал за засвоєння дисципліни, що підлягає внесенню в заліково-екзаменаційну відомість, розраховується наступним чином:

$$\sum R = (ПН) + (ІНЗ) + (ТКР) + (Сб)$$

де (ПН) – підсумковий бал за виконання практичних нормативів;

(ІНЗ) – підсумковий бал за виконання індивідуального навчального завдання;

(ТКР) – підсумковий бал за виконання тестової контрольної роботи.

(Сб) – підсумковий бал за співбесіду (активність на практичних заняттях, проведення частин навчальних занять та заняття вцілому

Підсумкова оцінка за дисципліну виставляється за 100-бальною шкалою. Отримана сума балів переводиться за національною (5-бальною) шкалою та шкалою ECTS

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Рейтингова оцінка (у балах)	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою	Визначення
90-100	A	відмінно	відмінно – відмінне виконання з невеликою кількістю неточностей
81-89	B	добре	дуже добре – вище середнього рівня з кількома несуттєвими помилками
75-80	C		добре – у цілому правильно виконана робота з незначною кількістю помилок
65-74	D	задовільно	задовільно – непогано, але зі значною кількістю недоліків
55-64	E		достатньо – виконання задовольняє мінімальні критерії
30-54	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	незадовільно – потрібно попрацювати перед тим, як отримати позитивну оцінку
0-29	F	незадовільно з обов'язковим повторним курсом	незадовільно – необхідна серйозна подальша робота з повторним вивченням курсу

Питання до заліку

1. Характеристика тенісу як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання.
 2. Етапи розвитку тенісу.
 3. Теніс – олімпійський вид спорту.
 4. Сучасний розвиток тенісу в Європі, світі.
 5. Розвиток тенісу в Україні (історія, проблеми, перспективи).
 6. Класифікація прийомів техніки гри в теніс.
 7. Аналіз основних прийомів техніки гри в теніс.
 8. Методика навчання подач.
 9. Методика навчання прийому подач.
 10. Тактика гри в теніс.
 11. Методика навчання тактичним діям в тенісі.
 12. Правила гри, методика суддівства.
 13. Організація та проведення змагань з тенісу.
 14. Як присвоюються спортивні розряди в тенісі?
 15. Що являє собою тенісний корт, які її розміри?
16. Чому одні корти називають «швидкими», а інші «повільними»
 17. Як визначається переможець у тенісному матчі?
 18. Як визначається переможець у геймі?
 19. Дати визначення тенісна етика
 20. Дати визначення поняття «тай-брейк
 21. Обов'язки головного судді під час турніру з тенісу.
 22. У яких випадках відбувається зупинка в грі в теніс?
 23. Охарактеризуйте основні види хватки ракетки.
 24. Визначити удари, що застосовуються в тенісі.
 25. Проаналізувати значення робота ніг під час гри в теніс.
 26. Визначити особливості виконання удару "сמש".
27. У чому особливості тактики гри в парному розряді?
 28. Яке значення для гри в теніс має загальна фізична підготовленість людини?
 29. Які фізичні вправи доцільно включати в розминку перед грою в теніс?
 30. Охарактеризуйте позитивний вплив гри в теніс на організм людини

7 Самостійна робота

Розподіл часу самостійної роботи виконується згідно плану навчального процесу та робочого плану дисципліни. Під час самостійної роботи студенти звертаються до літератури теоретичного курсу та допоміжної методичної літератури в разі необхідності.

№ теми	Назва теми	Денна на основі ПЗСО, ОКР	ОКР «Молодший бакалавр»	3
--------	------------	---------------------------	-------------------------	---

		«Молодший бакалавр» роки	2 роки
1	Загальна фізична підготовка засобами легкої атлетики. Література: [Б. 1, 2, 5,].	10	8
2	Загальна фізична підготовка засобами атлетичної гімнастики. Література: [Б. 1, 2, 5, 7,].	6	8
3	Загальна фізична підготовка засобами спортивних ігор. Література: [Б. 1, 2, 5, 7, 8,].	6	8
4	Розвиток спеціальних рухових якостей. Література: [Б. 1, 2, 5,].	6	8
5	Техніка гри у теніс. Література: [Б. 1, 2, 5, 7,].	6	8
6	Тактика гри у теніс.. Література: [Б. 1, 2, 5, 7, 8,].	6	8
7	Ігрова та змагальна діяльність у тенісі. Література: [Б. 1, 2, 5, 7,].	6	8
8	Основи фізичної і психологічної підготовки бадмінтон. Література: [Б. 1, 2, 5, 7,].	6	10
9	Основи технічної і тактичної підготовки тенісу. [Б. 1, 2, 5,].	20	20
10	Спорт в системі формування особистості. Література: [Б. 2, 5, 8].	8	10
11	Методика технічної і тактичної підготовки у тенісі. Література: [Б. 1, 2, 5,].	8	10
12	Основи методики фізичного тренування. Література: [Б. 1, 2, 5, 7,].	6	10
13	Методика побудові самостійних занять фізичними вправами. Література: [Б. 2, 5, 7, 8].	6	10
	Разом	96	126

8. Рекомендована література

Базова

1. Белиц-Гейман С. П. Теннис для родителей и детей / С. П. Белиц-Гейман. – Москва : Педагогика, 1988. – 224 с.

2. Белиц-Гейман С. П. Теннис / Белиц-Гейман С. П. – Москва : Физкультура и спорт, 1989. – С. 75-87.
3. Климович Л.С. 100 уроков тенниса /Л.С.Климович. - М.:АСТ: Астрель, 2009. - 218 с.
4. Корбут З. Е. Теннис : 10 уроков техники и тактики / Корбут З. Е. – Москва : МО, 1987. – С. 43.
5. Кондратьева Г. Теннис в спортивных школах / Г. Кондратьева, А. Шокин. – Москва : Физкультура и спорт, 1975. – 160 с.
6. Светова А.О. Кодекс тенісної етики /А.О.Светова. - К: ФТУ, 2010. - 12 с.
7. Теніс. Правила гри в теніс. – К.: ФТУ, 2000. – 76 с.
8. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ /М.В.Чертова, А.В.Машовець. - К.: РНМК, 1994. - 124 с.

Допоміжна:

1. Горлова Л. Теніс на олімпійських іграх 1996-2008 років / Горлова Лариса, Мудра Віра, Каратник Іван // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції ; під заг. ред. Сіренко Р. Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 55-57.
2. Шинкарук О.А., Павлюк Е.О. , Теорія і методика дитячо-юнацького спорту - Хмельницький: ХНУ, 2011. - 143 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Федерація тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ftu.org.ua/>
2. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>
3. International Table Tennis Federation: Home [Electronic resource]. – Access mode: <https://www.ittf.com/>