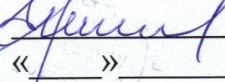


Донбаська державна машинобудівна академія

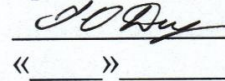
кафедра фізичного виховання і спорту

Затверджую:

Декан факультету економіки і менеджменту

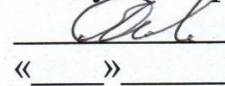
 Є. В. Мироненко
«___» _____ 2020 р.

Гарант освітньо-професійної програми, к.п.н., доцент

 Ю. О. Долинний
«___» _____ 2020 р.

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту
Протокол № 21 від 27.08.2020 р.

Завідувач кафедри

 О. М. Олійник
«___» _____ 2020 р.

Робоча програма навчальної дисципліни

«Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту (бадмінтон)»

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

ОПП «Фізична культура і спорт»

Освітній рівень перший (бакалаврський)

Факультет економіки і менеджменту

Розробник: Черненко С.О. канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент кафедри фізичного виховання та спорту

Краматорськ – 2020 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Показники			Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни		
денна на базі ПЗСО	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки 10 місяців	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік 10 місяців		денна на базі ПЗСО	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки 10 місяців	денна на базі ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік 10 місяців
Кількість кредитів (на базі ФПО / на базі академії / разом)			ОПП (ОНП) Фізична культура і спорт	Вибіркова		
–	На базі ФПО – 6,5	На базі ФПО – 13,0				
26,0	19,5	13,0				
26,0	26,0	26,0				
Загальна кількість годин						
780	585	390				
Модуль 1, 2, 3	Модуль 1, 2, 3	Модуль 1, 2, 3	Професійна кваліфікація: бакалавр з фізичної культури і спорту	Рік підготовки		
				1-4	1-3	1-2
Індивідуальне навчально - дослідне завдання				Семестр		
				1,2а,2б; 3,4а,4б; 5,6а,6б; 7,7а,8б.	1,2а,2б; 3,4а,4б; 5,6а,6б.	1,2а,2б; 3,4а,4б.
				Лекції		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента - 2			Освітньо-кваліфікаційний рівень: перший (бакалаврський)	0	0	0
				Практичні		
				524	392	260
				Самостійна робота		
				256	193	130
				Вид контролю		
	Залік	Залік	Залік			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить – 4/2.

2. Загальні відомості, мета і завдання дисципліни

Навчальна дисципліна "Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту (бадмінтон)" входить у систему професійно-орієнтованих предметів з підготовки фахівців спеціальності "Фізична культура і спорт", забезпечує вдосконалення спортивної майстерності студентів та підвищує рівень професійно-педагогічної підготовки.

Метою викладання дисципліни "Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту (бадмінтон)" полягає в одержанні теоретичних знань з історії розвитку бадмінтону, сучасного стану бадмінтону в світі, в Україні, вивченні офіційних правил гри, організації змагань, оволодінні технічними діями в одиночних та парних іграх, тактикою гри, вивченні засобів та методів навчання та удосконалення техніко-тактичних дій у бадмінтоні. Під час вивчення дисципліни студенти оволодівають практичними навичками тренерів-викладачів, виконують обов'язки судді з бадмінтону та організатора змагань із бадмінтону.

Завдання курсу:

1. повідомлення основних теоретичних відомостей з історії бадмінтону, офіційних правил гри, техніки гри, запобігання травматизму;
2. набуття знань із тактики гри індивідуальних тактичних дій у захисті та нападі, тактичних дій у парних іграх);
3. удосконалення фізичних та рухових здібностей у бадмінтоні;
4. формування знань щодо методики навчання бадмінтону та розвитку спеціальних фізичних здібностей, організації та проведенні змагань.

Після вивчення дисципліни студент повинен *знати*:

- історію виникнення, розвитку та сучасний стан бадмінтону у світі та в Україні;
- класифікацію технічних прийомів та дій у захисті та нападі, тактичну взаємодію в парних іграх;
- офіційні правила гри у бадмінтон.

вміти:

- виконувати основні технічні елементи та прийоми гри;
- організовувати та проводити як окремі частини навчальних і тренувальних занять, так і все заняття в цілому;
- проводити аналіз і розбір проведених занять;
- уміти складати навчально-методичні документи, оволодіти навичками суддівства.

Місце дисципліни у структурно-логічній схемі підготовки бакалавра.

Курс «Підвищення спортивної майстерності з бадмінтону» тісно зв'язана із дисциплінами «Теорія і методика фізичного виховання», «Біомеханіка та спортивна метрологія», «Педагогіка фізичного виховання і спорту», «Психологія спорту», «Теорія і методика спортивного тренування».

Програмні компетентності:

Загальні компетентності (ЗК) :

- здатність працювати в команді;
- здатність планувати та управляти часом;
- здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово;
- здатність бути критичним і самокритичним;
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Фахові компетентності спеціальності (ФКС) :

- здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;

- здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення;
- здатність зміцнювати здоров'я людини завдяки використанню рухової активності, раціонального харчування, здорового способу життя;
- здатність до безперервного професійного розвитку;
- здатність до розуміння особливостей тренерської діяльності в обраному виді спорту;
- здатність застосовувати знання про мету, завдання, принципи, засоби, методи та структуру підготовки спортсменів в обраному виді спорту;
- здатність залучати дітей до занять обраним видом спорту, здійснювати планування та реалізацію тренувального процесу на першій стадії багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту;
- здатність організовувати та проводити спортивні заходи з обраного виду спорту.

Програмні результати навчання (ПРН):

- студент здатний показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;
- студент здатний здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- студент здатний застосовувати знання, вміння та навички для ефективного проведення тренувальних занять зі спортсменами з урахуванням їх вікових, статевих та індивідуальних особливостей, рівня підготовленості та закономірностей становлення спортивної майстерності в обраному виді спорту;
- студент здатний організовувати проведення спортивних змагань з обраного виду спорту.

Статус навчальної дисципліни: вибіркова

3. Програма та структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання на базі ПЗСО

(1 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к																	к				

(2 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к											к								к		

(3 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к																к			к		

(4 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8
Лекції																																
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Лаб. роботи																																
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Консультації																																
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																
Контроль по модулю															к										к							к

**Денна форма навчання на базі ОКР «Молодший бакалавр» 2 роки
10 місяців**

(1 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к																	к			к	

(2 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к																		к			

(3 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8
Лекції																																
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Лаб. роботи																																
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	
Консультації																																
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																
Контроль по модулю															к									к								к

**Денна форма навчання на базі ОКР «Молодший бакалавр» 1 рік
10 місяців**

(1 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9			
Лекції																																				
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
Лаб. роботи																																				
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Консультації																																				
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																				
Контроль по модулю															к																		к			

(2 рік навчання)

Вид навчальних занять або контролю	Розподіл між учбовими тижнями																																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	
Лекції																																	
Практ. роботи	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Лаб. роботи																																	
Сам. робота	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Консультації																																	
Модулі	Модуль 1															Модуль 2,3																	
Контроль по модулю															к											к							к

4 Темі лекційних занять не передбачені

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 бадмінтон;

- послідовність вивчення та вдосконалення окремих прийомів гри у бадмінтон;

- особливості та методику розвитку і вдосконалення рухових якостей бадмінтон;

- правила безпеки під час проведення занять з бадмінтон;

- форми та методи контролю та самоконтролю;

- особливості проведення тренувальних занять з бадмінтону з учнями (спортсменами) у відповідності до їхніх вікових і кваліфікаційних особливостей;

- методику планування етапів підготовки у бадмінтоні;

- вимоги до інтенсивності та величини навантажень на тренувальних заняттях з бадмінтону;

- правила гри, організацію та методику проведення змагань з бадмінтону.

Студент повинен **вміти**:

- використовувати методи та засоби навчання та вдосконалення основних технічних та тактичних прийомів гри у бадмінтоні;
- здійснювати планування етапів підготовки у бадмінтоні;
- методично грамотно демонструвати техніку виконання основних технічних прийомів і тактичних дій гри у бадмінтоні;
- методично грамотно і послідовно навчати основним прийомам 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 I, III, V, VII
Модуль 1 ОФП; СФП; ТТП (техніко-тактична підготовка)

Практичне заняття № 1

Задачі та зміст заняття:

1. Техніка безпеки при проведенні навчально-тренувальних занять і змагань з баскетболу.
2. Прийом функціональних проб, тестування фізичних здібностей.
3. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 2

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом функціональних проб, тестування фізичних здібностей.
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 3,4

Задачі та зміст заняття:

1. Навчання техніці та тактиці гри у бадмінтон:
 - скороченої подачі закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.

Практичне заняття № 5,6

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) зверху «високі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 7,8

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) зверху «високі».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 9,10

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.

Практичне заняття № 11,12

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкісно-силових здібностей.

Практичне заняття № 13,14

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 15

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 16

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом нормативів «Модуль спеціальна фізична підготовка».
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 17,18

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 19,20

Задачі та зміст заняття:

1. Навчання техніці та тактиці гри у бадмінтон:
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - тактичні дії гравців проти атакуючого у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 21,22

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - тактичні дії гравців проти атакуючого у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 23,24

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - тактичні дії гравців проти атакуючого у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 25,26

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - тактичні дії гравців проти атакуючого у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 27,28

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений».
 - скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - тактичні дії гравців проти атакуючого у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 29

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом нормативів «Модуль техніко-тактична підготовка».
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 30

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом нормативів «Модуль СФП», «Модуль ОФП».
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Література: [1-10, 12]

Модуль 2 ОФП; СФП; ТТП
Модуль 3 Теоретична підготовка
Семестр II-а, IV-а, VI-а, VIII-а

Практичне заняття № 1,2

Задачі та зміст заняття:

1. Навчання техніці та тактиці гри у бадмінтон:
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
 - тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидко-силових здібностей.

Практичне заняття № 3,4

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
 - тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 5,6

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч).
 - не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
 - тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 7,8

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 9,10

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:

- плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч).
- не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
- тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку сили.

Практичне заняття № 11,12

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:

- не фронтальні удари відкритою стороною ракетки (праворуч) «високо-далекі»;
- скорочена подача закритою стороною ракетки (ліворуч);
- тактичні дії гравців проти захисника у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 13,14

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:

- плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч).
- не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
- тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 15,16

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:

- плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч).
- не фронтальний удар відкритою стороною ракетки (праворуч) «скорочений»;
- тактичні дії гравців проти лівші у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 17

1. Прийом нормативів Модуль 2 ОФП

2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 18

1. Прийом нормативів Модуль 2 СФП; ТТП

2. Сприяти розвитку гнучкості.

Література: [12-25]

Модуль 2 ОФП; СФП; ТТП
Модуль 3 Теоретична підготовка
Семестр II-б, IV-б, VI-б, VIII-б

Практичне заняття № 1,2

Задачі та зміст заняття:

1. Навчання техніці та тактиці гри у бадмінтон:

- не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
- плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
- тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку силових здібностей.

Практичне заняття № 3,4

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:

- не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
- плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
- тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.

2. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 5,6

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 7,8

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку спритності.

Практичне заняття № 9,10

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку сили.

Практичне заняття № 11,12

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку швидкості.

Практичне заняття № 13,14

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 15,16

Задачі та зміст заняття:

1. Вдосконалення техніки та тактики гри у бадмінтон:
 - не фронтальному удару відкритою стороною ракетки (праворуч) «плоский»;
 - плоску подачу закритою стороною ракетки (ліворуч);
 - тактичні дії гравців проти низькорослого супротивника у одиночному розряді.
2. Сприяти розвитку витривалості.

Практичне заняття № 17

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом нормативів «Модуль **ОФП; СФП; ТТП**»
2. Сприяти розвитку гнучкості.

Практичне заняття № 18

Задачі та зміст заняття:

1. Прийом нормативів «Модуль 2 **ОФП; СФП; ТТП**»
2. «Модуль 3 ІНДЗ»
3. Сприяти розвитку гнучкості.

Література: [11-25]

6 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.

№ з/п	Назва теми	1 – 4 рік	1 – 3 рік	1 – 2 рік
		Кількість годин	Кількість годин	Кількість годин
1	Загальна фізична підготовка засобами легкої атлетики	20	15	10
2	Загальна фізична підготовка засобами атлетичної гімнастики.	20	15	10
3	Загальна фізична підготовка засобами спортивних ігор.	20	15	10
4	Розвиток спеціальних рухових якостей.	20	15	10
5	Техніка гри у бадмінтон.	30	25	15
6	Тактика гри у бадмінтон.	30	25	15
7	Ігрова та змагальна діяльність у бадмінтон.	10	5	5
8	Основи фізичної і психологічної підготовки бадмінтон..	10	5	5
9	Основи технічної і тактичної підготовки бадмінтон.	30	25	20
10	Спорт в системі формування особистості.	10	5	3
11	Методика технічної і тактичної підготовки бадмінтон.	20	15	10
12	Основи методики фізичного тренування.	30	25	15
13	Методика побудові самостійних занять фізичними вправами.	6	3	2
	Разом	256	193	130

7 Методи навчання

З словесних методів навчання в процесі викладення дисципліни використовуються: пояснення, розповідь, бесіда, аналіз, навчальна дискусія.

Наочні методи: ілюстрування, спостереження, демонстрування (у тому числі відео-записів з використанням мультимедійного обладнання). Практичні – тестування, індивідуальне навчально-дослідне завдання.

8. Методи контролю

1. Перевірка практичних вмінь та навичок (тестування).
2. Перевірка індивідуальних навчально-дослідних завдань (ІНДЗ).

9. Система оцінки модульних вимог з фізичної підготовленості студентів

Передбачається використання модульно-рейтингової системи оцінювання знань. Складання модуля передбачає виконання студентом комплексу модульних вимог (табл. 3): оцінювання контрольних нормативів фізичної підготовленості (табл. 4, 5), передбачених семестровим графіком навчального процесу студентів фізичної культури і спорту.

Таблиця 3

Структура модульних вимог з фізичної та теоретичної підготовленості студентів

Модуль 1. ЗФП;СФП; ТТП				
Триместр	Навч. тиждень	Найменування змістового модуля	Контрольні тести і нормативи	
			Чоловіки	Жінки
I, III, V, VII	8	ЗФП	1. Стрибок в довжину з місця, см. 2. Підтягування у висі на поперечині, кількість разів.	1. Стрибок в довжину з місця, см. 2. Згинання і розгинання рук в упорі лежачи від підлоги, кількість разів.
	15			
	15	СФП	1. «Човниковий» біг 4х9 м, сек.	
	15	Спеціалізація	1.Скорочені подачі, 10 спроб, кількість влучень.	
Модуль 2. ЗФП; СФП; ТТП				
II-а, IV-а, VI-а, VIII-а	9	СФП	1. Присідання на одній нозі (правій і лівій), кількість разів.	
	9	Спеціалізація	1. Високо -далекі удари справа-направо, зліва-наліво, (кількість разів).	
II-б, IV-б, VI-б, VIII-б	9	ЗФП	1. Біг на 100 м., сек.	
	9	Спеціалізація	1. Високо-далекі подачі у зони, 10 спроб, кількість влучень.	
Модуль 3. ІНДЗ (бадмінтон)				
II-б	9	Теоретична підготовка. Методична підготовка.	Індивідуально-навчально дослідна робота з теорії і методики обраного виду спорту (бадмінтон)	
IV-б	9			
VI-б	9			
VIII-б	9			

**Оцінка виконання контрольних нормативів фізичної підготовленості
студентів з бадмінтону (чоловіки)**

Бали		Модуль 1				Модуль 2			
		Стрибок в довжину з місця, см.	Підтягування у висі на поперечині, кількість разів.	«Човниковий» біг 4х9 м, сек.	Скорочені подачі, 10 спроб, кількість влучень.	Присідання на одній нозі (правій і лівій), кількість разів.	Удари справа-направо, зліва-наліво, кількість разів.	Біг на 100 м., сек.	Високо-далекі подачі у зони, 10 спроб, кількість влучень.
A	100	260	16	8.8	8	18/18	20/20	13.2	8
	99	259							
	98	258						13.3	
	97	257							
	96	256						13.4	
	95	255	15	8.9		17/17	19/19		
	94	254						13.5	
	93	253							
	92	252						13.6	
	91	251							
	90	250	14	9.0	7	16/16	18/18	13.7	7
B	89	249							
	88	248						13.8	
	87	247							
	86	246						13.9	
	85	245	13	9.1		15/15	17/17		
	84	244						14.0	
	83	243							
	82	242						14.1	
	81	241	12	9.2	6	14/14	16/16		6
C	80	240						14.2	
	79	238							
	78	236						14.3	
	77	234							
	76	232						14.4	
D	75	230	11	9.3	5	13/13	15/15		5
	74	228						14.5	
	73	226							
	72	224						14.6	
	71	222							
	70	220	10	9.4		12/12	14/14	14.7	
	69	218							
	68	216						14.8	
	67	214							
	66	212						14.9	
E	65	210	9	9.5	4	11/11	13/13		4
	64	200						15.0	
	63	198							
	62	196						15.1	
	61	194							
	60	192	8	9.6		10/10	12/12	15.2	
	59	190							
	58	188						15.3	
	57	186							
	56	184						15.4	
FX	55	180	7	9.7	3	9/9	11/11	15.5	3
	50	175	6	9.8	2	8/8	10/10	15.7	2
	45	170	5	9.9		7/7	8/8	15.9	
X	40	165	4	10.0		6/6	6/6	16.1	
	30	160	3	10.2	1	5/5	5/5	16.3	1
	20	155	2	10.4		3/3	3/3	16.5	
	10	150	1	10.6		1/1	1/1	17.0	
	0	>	>	>	>	>	>	>	>

**Оцінка виконання контрольних нормативів фізичної підготовленості
студентів з бадмінтону (жінки)**

Бали		Модуль 1				Модуль 2			
		Стрибок в довжину з місця, см.	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи від підлоги, кількість разів.	«Човниковий» біг 4x9 м, сек.	Скорочені подачі, 10 спроб, кількість влучень.	Присідання на одній нозі (правій і лівій), кількість разів.	Удари справа-направо, зліва-наліво, (кількість разів).	Біг на 100 м., сек	Високо-далекі подачі у зони, 10 спроб, кількість влучень.
A	100	200	26	10.2	7	12/12	16/16	16.8	7
	99	199							
	98	198						16.9	
	97	197							
	96	196						17.0	
	95	195	25	10.3			15/15		
	94	194						17.1	
	93	193							
	92	192						17.2	
	91	191							
B	90	190	24	10.4	6	11/11	14/14	17.3	6
	89	189	23					17.4	
	88	188							
	87	187						17.5	
	86	186	22						
	85	185		10.5		10/10	13/13	17.6	
	84	184							
	83	183	21					17.7	
	82	182							
C	81	181	20	10.6	5	9/9	12/12	17.8	5
	80	180	19					17.9	
	79	179	18						
	78	178	17	10.7				18.0	
	77	177	16						
	76	176	15					18.1	
D	75	175	14	10.8	4	8/8	11/11		4
	74	174	13					18.2	
	73	173							
	72	172						18.3	
	71	171	12						
	70	170		10.9		7/7	10/10	18.4	
	69	169	11						
	68	168							
	67	167	10					18.5	
E	66	166							
	65	165	9	11.0	3	6/6	9/9	18.6	3
	64	164	8					18.7	
	63	163							
	62	162							
	61	161						18.8	
	60	160	7	11.1		5/5	8/8		
	59	159							
	58	158						18.9	
FX	57	157							
	56	156							
	55	155	6	11.2	2	4/4	7/7	19.0	2
	50	150	5	11.4	1	3/3	6/6	19.2	1
X	45	145	4	11.6			5/5	19.4	
	40	140	3	11.8		2/2	4/4	19.5	
	30	135	2	12.0		1/1	3/3	19.7	
	20	130	1	12.3			2/2	19.9	
	10	125		12.5			1/1	20.0	
	0	>	>	>	>	>	>	>	>

Підсумкова оцінка складається з середнього значення суми балів отриманих після оцінювання контрольних нормативів фізичної і спеціальної підготовленості М₁; М₂ та захисту письмової контрольної роботи М₃. В залежності від суми набраних балів виставляється залікова оцінка за національною шкалою ECTS (табл. 6).

Таблиця 6

Система оцінки знань з курсу «Фізичне виховання»

Рейтинг студента за 100-бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS
90-100 балів	відмінно	A
81-89 балів	добре	B
75-80 балів	добре	C
65-74 балів	задовільно	D
55-64 балів	задовільно	E
30-54 балів	незадовільно з можливістю повторного складання	FX
1-29 балів	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	F

10. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Ассоциация бадминтона Англии: методическое пособие по начальному обучению бадминтону. – Лондон, 1982. – 146 с.
2. Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена: навч. посіб. / М. М. Булатова, В. М. Платонов. – Київ: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
3. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. / В. Л. Волков. – Київ Освіта України, 2008. – 256 с.
4. Девис Пэт. Тренер по бадмінтону: учебник для тренеров, преподавателей, игроков / П. Девис. – W. B. Saunders Company, 1984. – 187 с.
5. Камаєва О. К. Теоретико-методичні основи підготовки бадмінтоніста в умовах вузу / О. К. Камаєва. – Харків: ХНАМГ, 2011. – 68 с.
6. Каратник І. В. Теорія і методика спортивних ігор / І. В. Каратник. – Львів, 2013. – 18 с.
7. Кривопапальцев В. Я. Бадмінтон для всіх / В. Я. Кривопапальцев. – Київ, 1985. – 391с.
8. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – Київ : Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
9. Кузнєцова О. Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. / О. Т. Кузнєцова. – Київ: Вид-во Європейського ун-ту, 2010. – 310 с.
10. Лозова К. О. Організаційні основи формування здорового способу життя студентів: навчально-методичний посібник / К. О. Лозова, О. В. Бріжатиї. – Суми : СумДУ, 2013. – 76 с.
11. Лозова О. А. Програма попередження травматизму на уроках фізичної культури: навчально-методичний посібник / О. А. Лозова, О. В. Бріжатиї. – Суми : СумДУ, 2013. – 96 с.

12. Лифшиц В. Я. Бадминтон: учеб. пособ. / В. Я. Лифшиц, А. В. Галицкий. – 2-е изд., перераб., доп. – Москва: Физкультура и спорт, 1984. – 176 с.
13. Марков О. Бадминтон: учеб. пособ. / О. Марков. – 3-е изд. перераб. и доп. – Москва: Физкультура и спорт, 1966. – 144 с.
14. Мачнев В. М. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи: метод. указ. / В. М. Мачнев. – Оренбург: ОГУ, 2003. – 27 с.
15. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія / Л. П. Пилипей. – Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.
16. Помыткин В. П. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика / В. П. Помыткин. – Ульяновск; Москва: ОАО «Первая Образцовая типография», филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ», 2012. – 344 с.
17. Рыбаков Д. П. Основы спортивного бадминтона / Д. П. Рыбаков, М. И. Штильман. – 2-е изд., доп. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 176 с.
18. Сергієнко В. М. Система контролю рухових здібностей студентської молоді: теорія і методологія фізичного виховання: монографія / В. М. Сергієнко. – Суми: Сумський державний університет, 2015. – 392 с.
19. Скрипко А. В. В игре стремительный волан / А. В. Скрипко, В. С. Шульман. – Минск: Полымя, 1990. – 144 с.
20. Смирнов Ю. Н. Бадминтон: учебник для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., с измен. и доп. – Москва: Советский спорт, 2011. – 248 с.
20. Смирнов Ю. Н. Бадминтон: учебник для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., с измен. и доп. – Москва: Советский спорт, 2011. – 248 с.
21. Турманидзе В. Г. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах: учеб. пособие / В. Г. Турманидзе. – Омск: Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
22. Шляхи підвищення ефективності навчально-тренувальних занять з бадмінтону серед студентів вищої школи : посібник / С. О. Черненко, В. Л. Мудрян. – Краматорськ : ДДМА, 2014. – 75 с.
23. Щербаков А. В. Игра в бадминтон: учеб.-метод. издание / А. В. Щербаков, Н. И. Щербакова. – Москва: Гражданский альянс, 2009. – 121 с.

11 Інформаційні ресурси

1. <http://www.dgma.donetsk.ua/metodicheskoe-obespechenie-fv.html>.
2. <http://www.mon.gov.ua/ua/activity/education/physical-training>.
3. Бадмінтон Європи [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.badminton-europe.com/>.
4. Бадмінтон в уроках [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.badminton.net.ua/>.
5. Електронні книги для студентів [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.ifvs.npu.edu.ua/>.
6. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] С. І. Присяжнюк. – Режим доступу : <http://ebooktime.net/book202.html/>.
7. Сайт Міжнародної федерації бадмінтону [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://bwfbadminton.org/>.
8. Сайт Федерації бадмінтону України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://fbubadminton.org.ua/>.