

Силабус дисципліни

Настільний теніс

Ступінь вищої освіти – бакалавр

спеціальність - «Фізична культура і спорт»

освітньо-професійна програма – «Фізична культура і спорт»

Рік навчання: II, Семестр: III

Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

Керівник курсу

ППП

Старший викладач Чорненький Андрій Іванович

Контактна інформація 097-248-27-31

Опис дисципліни

Дисципліна “Настільний теніс” спрямована на формування педагогічних вмінь та навичок, знань з теорії, необхідні для самостійної роботи студента-спортсмена. Оволодіти необхідними теоретичними знаннями з підготовки. Формувати знання, вміння та навички під час навчання основним технічним прийомом.

Структура курсу

Годи н и (лек. / пр.)	Тема	Результати навчання	Завдання
1 / 3	1. Історія розвитку настільного тенісу	Історія розвитку настільного тенісу в світі, в Україні. Правила гри та їх зміни. Створення міжнародної організації	Опитування
1 / 3	2. Місце українського настільного тенісу на сучасному етапі. Досягнення українських тенісистів. Загальна характеристика гри	Кращі гравці в даному виді. Найвищі місця зайняті на чемпіонатах світу, Європи, міжнародних змаганнях. Загальна характеристика гри: розмір стола, сітки, м'яча, приміщення. Основні правила гри.	Опитування
1 / 3	3. Правила гри.	Види змагань. Вік учасників, Допуск до змагань. Права та обов'язки учасника. Одяг учасника. Представник, тренер та капітан команди. Стіл. Комплект сітки. М'яч. Ракетка. Визначення. Правильна подача. Порядок гри. Перегравання. Очко. Партія. Зустріч. Ігрові умови. Склад суддівської колегії. Обов'язки та права кожного з суддів. Лікар. Положення про змагання. Підготовка до проведення змагань. Документація. Проведення змагань. Способи проведення змагань.	Тести

1/3	4. Підготовка до гри	Хватка ракетки, її різновиди. Ігрова стійка тенісиста та її різновиди. Переміщення, способи переміщення. Подача. Поштовховий удар	Опитування, тести, показ
2/3	5. Захисні прийоми техніки гри	Удари з нижнім, верхнім обертом і без оберту м'яча (підрізки, свічки, підставки).	Опитування, тести, показ
2/4	6. Атакуючі прийоми техніки гри	Удари з верхнім обертом м'яча (накати, топ-спіни, контратакуючі удари)	Опитування, тести, показ
2/3	7. Вправи на вдосконалення техніки гри у захисті	Підставка справа, зліва. Підрізка справа - коротка, довга, зліва – коротка, довга. Свічка справа, зліва з середньої та довгої дистанції, висока та низька свічка	Опитування, тести, показ
2/3	8. Вправи на вдосконалення техніки гри у нападі	Накат справа та зліва, по прямій та діагоналі. Серія ударів справа та зліва у визначеній та довільній послідовності. Серія ударів роздільно справа та зліва, справа з лівого кута. Топ-спін справа та зліва, з середньої та дальньої дистанції, справа з лівого кута	Опитування, показ
2/3	9. Вправи на вдосконалення техніки комбінаційної гри	Атакуючий удар після подачі. Підставка у поєднанні з атакуючим ударом справа з лівого кута, топ-спином, завершальним ударом. Підставка у поєднанні з топ-спином справа, завершальним ударом. Атакуючі удари як перехідні для захоплення ініціативи після прийому подачі. Серія завершальних ударів після топ-спіну. Атакуючий удар після подачі. Накат у поєднанні з атакуючим ударом	Опитування, показ

Літературні джерела

1. Бірук І.Д. Настільний теніс: Навчально-методичний посібник / І.Д. Бірук. – Рівне: НУВГП, 2014. - 164 с.
2. Вернигора В.В. Спортивні ігри: настільний теніс, бадмінтон: навчально- методичний посібник / В. В. Вернигора, Л. С. Фролова. – Черкаси, 2015. – 69с.
3. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретикометодичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.
4. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Г. Гук, А. Сова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 8–9 грудня 2016 р. – С. 18–20.
5. Євтешенко Є.Г. Методика навчання гри в настільний теніс: навчально- методичний посібник / - Суми, 2021. – 97 с.
6. Пензай С.А. Настільний теніс з методикою викладання: навчальний посібник/ С.А. Пензай, А.А. Семенов. - Умань: ВПЦ «Візаві», 2014.-219 с.
7. Самохвалова І. Ю., Мелюшкіна В. В., Рибалко П. Ф. Настільний теніс як засіб розвитку координаційних здібностей студентів аграрного університету//Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. - Чернігів: ЧНПУ, 2018. Вип. 151. С. 133 – 137.

8. Чорненький А.І., Яковів В.І. Настільний теніс: методичні рекомендації. - Тернопіль: Економічна думка, 2018 – 16 с.

9. Федерація настільного тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://utf.com.ua/>

10. International Table Tennis Federation: Home [Electronic resource]. – Access mode: <https://www.ittf.com>

Політика оцінювання

У процесі вивчення дисципліни використовуються такі засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання: поточне опитування, тестування; оцінювання результатів модульної контрольної роботи; оцінювання комплексного практичного індивідуального завдання; оцінювання результатів самостійної роботи студентів; інші види індивідуальних та групових завдань; екзамен. Політика щодо дедлайнів і перескладання. Для виконання індивідуальних завдань і проведення контрольних заходів встановлюються конкретні терміни. Перескладання модулів відбувається з дозволу дирекції факультету за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Політика щодо академічної доброчесності. Використання друкованих і електронних джерел інформації під час контрольних заходів та екзаменів заборонено. Політика щодо відвідування. Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання. За об'єктивних причин (наприклад, карантин, воєнний стан, хвороба, закордонне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу з дозволу дирекції факультету.

Оцінювання

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни визначається як середньозважена величина, в залежності від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Заліковий модуль 1 1.5 тем по 10 балів - 50 балів 2.Конспект лекцій - 10 балів 3.Підсумкове опитування (тестування Moodle) - 40 балів 30%	Заліковий модуль 2 1.4 теми по 15 балів - 60 балів 2.Конспект лекцій - 10 балів 3.Ректорська контрольна робота (тестування Moodle) - 30 балів 40%	Заліковий модуль 3 1.КПІЗ - 60 балів 2.Тренінг - 40 балів 30%
--	--	---

Шкала оцінювання:

За шкалою ЗУНУ	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	Відмінно	A (відмінно)
85-89	Добре	B (дуже добре)
75-84		C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

