

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

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

Підвищення Педагогічної Майстерності (ППМ) (настільний теніс)

I 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 – **Підвищення педагогічної майстерності** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, спеціальності **014Середня освіта**.

Розробники:

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 р.

Завідувач кафедри _____ доц. Мітова О.О.

«1» червня 2019р.

©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		I-й
		Семестр
Загальна кількість годин – 90		1, 2-й
аудиторних – 76 самостійної роботи студента – 14 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції
		Практичні, семінарські 76 год.
		Самостійна робота 14
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: диф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування спортсменів з настільного тенісу;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії, вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні спортсменів з настільного тенісу;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- методіку суддівства змагань з настільного тенісу;
- як ставити та реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування,
- організацію занять з настільного тенісу на уроках фізичного виховання

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- зміцнювати здоров'я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти способами управління учнями;
- вміти поєднувати процес навчання рухових дій з вихованням особистості;

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.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль I

Змістовий модуль 1. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 2. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 3. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

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 1. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		24	2	4
Змістовий модуль 2. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		24	2	4
Змістовий модуль 3. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		22	2	6
ВСЬОГО	90		70	6	14

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	6

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	22
	Всього:	70

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1 «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	4
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	4
3.	Тема № 3 «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	6
	Всього:	14

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
2. Прийом контрольних нормативів з тем № 1, 2, 3.
3. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

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/індивідуальна робота		
З/М 1	З/М 2	З/М 3
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	не зараховано з можливістю повторного складання
35 – 59	FX	незадовільно 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	Завдання	Кількість балів
	Тема №1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Біг 100 м (с)	30-50
2.	Подача (правостороння та лівостороння).	30-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Стрибок у довжину з місця.	30-50
2.	Накат відкритою ракеткою (справа, зліва)	30-50
	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи	30-50
2.	Удар «підрізка» (правостороння та лівостороння)	30-50

Критерії оцінки

Тема 1	Подача (правостороння та лівостороння). Виконується 26 подач. Оцінюється техніка виконання подачі.	50	49	47	46	45	43	42	41	40	38	36	34	32	30
		26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-	6-	4-	2-	0-
			-	-	-	-	-	-	-	-	9	7	5	3	1
			25	23	21	19	17	15	13	11					
Тема 2	Накат відкритою ракеткою (справа, зліва) Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-	6-	4-	2-	0-
			-	-	-	-	-	-	-	-	9	7	5	3	1
			25	23	21	19	17	15	13	11					
Тема 3	Удар «підрізка» (правостороння та лівостороння) Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-	6-	4-	2-	0-
			-	-	-	-	-	-	-	-	9	7	5	3	1
			25	23	21	19	17	15	13	11					

Біг 100 м (с)

Оцінюється швидкість. Виконується з низького старту за сигналом.

Ю	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
	13,2	13,3	13,4	13,5	13,6	13,7	13,8	13,9	14,0	14,1	14,2	14,3	14,4	14,5	14,6	14,7	14,8	14,9	15,0	15,1	15,2
Д	14,8	14,9	15,0	15,1	15,2	15,3	15,4	15,5	15,6	15,7	15,8	15,9	16,0	16,1	16,2	16,3	16,4	16,5	16,6	16,7	16,8

Стрибок у довжину з місця (см)

Ю	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
	280	275	270	265	260	255	250	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190	185	180
Д	250	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190	185	180	175	170	165	160	155	150

Згинання і розгинання рук, в упорі, лежачи на підлозі (кількість разів).

Ю	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Д	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. 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

Підвищення Педагогічної Майстерності (ППМ) (настільний 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 – **Підвищення педагогічної майстерності** для здобувачів ступеню вищої освіти **бакалавр**, галузі знань – **01 освіта/педагогіка**, спеціальності **014Середня освіта**.

Розробники:

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 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– 50	Ступень вищої освіти: бакалавр	Лекції
		Практичні, семінарські 70 год.
		Самостійна робота 50 год.
		Індивідуальна робота
		Вид контролю: диф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування спортсменів з настільного тенісу;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії, вивчати порядок побудови процесу навчання конкретній дії;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні спортсменів з настільного тенісу;
- володіти навичками суддівства;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя;

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки;
- методику суддівства змагань з настільного тенісу;
- як ставити та реалізовувати педагогічні завдання, що мають оздоровчу спрямованість у заняттях фізичними вправами в процесі фізичного виховання та спортивного тренування,
- організацію занять з настільного тенісу на уроках фізичного виховання

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- зміцнювати здоров'я шляхом оптимального розвитку фізичних якостей;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти способами управління учнями;
- вміти поєднувати процес навчання рухових дій з вихованням особистості.

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.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль I

Змістовий модуль 4. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 5. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 6. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 7. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

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 4. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		10	2	18
Змістовий модуль 5. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		10	2	18
Змістовий модуль 6. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		20	2	8
Змістовий модуль 7. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		22	2	6
ВСЬОГО	120		62	8	50

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	8

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	10
2.	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	10
3.	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	20
4.	Тема № 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	22
	Всього:	62

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	18
2.	Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	18
3.	Тема 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	8
4.	Тема 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	6
	Всього:	50

10. Методи навчання

1. метод словесний;
2. метод наочний;
3. метод спостереження;
4. метод практичних вправ;
5. метод повторний;
6. метод ігровий;
7. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
2. Прийом контрольних нормативів з тем № 1,2,3,4.
3. Навчальна практика: проведення уроку по навчанню окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача).

12. Розподіл балів, які отримують студенти

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

З/М 4	З/М 5	З/М 6	З/М 7
60-100	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	не зараховано з можливістю повторного складання
35 – 59	FX	незадовільно 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	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Стрибки боком через гімнастичну лаву, к-сть разів/хв.	30-50
2.	Удар «підрізка» (правостороння та лівостороння)	30-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Стрибки на скакалці (кількість разів).	30-50
2.	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «накат (справа/зліва)» без напрямку, к-сть влучень	30-50
	Тема № 3. «Тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Згинання і розгинання рук, в упорі, лежачи на підлозі, к-сть разів	30-50
2.	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «накат (справа/зліва)» у заплановану зону, к-сть влучень	30-50
	Тема № 4. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Жести суддів.	30-50
2.	Практика суддівства.	30-50

Критерії оцінки

Тема 1	Удар «підрізка» та лівостороння) Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	50	49	47	46	45	43	42	41	40	38	36	34	32	30
		26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-9	6-7	4-5	2-3	0-1
Тема 2	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «накат (справа/зліва)» без напрямку Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-9	6-7	4-5	2-3	0-1
		25	23	21	19	17	15	13	11						
Тема 3	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «накат (справа/зліва)» у заплановану зону Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-9	6-7	4-5	2-3	0-1
		25	23	21	19	17	15	13	11						

Стрибки боком через гімнастичну лаву (к-сть раз./хв.)

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	95	94	93	92	91	90	89	88	87	86	85	84	83	82	81	79	78	77	76	75	74
Д	85	84	83	82	81	80	79	78	77	76	75	74	73	72	71	70	69	68	67	66	65

Стрибки на скакалці (кількість разів).

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	110	108	106	104	102	100	98	96	94	92	90	88	86	84	82	80	78	86	74	72	70
Д	120	118	116	114	112	110	108	106	104	102	100	98	96	94	92	90	88	86	84	82	80

Згинання і розгинання рук, в упорі, лежачи на підлозі (кількість разів).

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Д	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20

«Жести суддів»

Оцінюються знання жестів суддів.

«50б» - студент відмінно володіє суддівськими навиками.

«40б» - студент добре володіє суддівськими навиками.

«30б» - студент володіє суддівськими навиками.

«Суддівство»

Оцінюються знання правил гри.

«50б» - студент відмінно знає правила гри в настільний теніс.

«40б» - студент добре знає правила гри в настільний теніс.

«30б» - студент задовільно знає правила гри в настільний теніс.

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. 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

Підвищення педагогічної майстерності (ППМ) (настільний 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 – Підвищення педагогічної майстерності 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, 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 – 2	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 – 2		III-й
		Семестр
		5,6-й
Загальна кількість годин – 60		Лекції
аудиторних – 56 самостійної роботи студента – 4 індивідуальна робота -	Ступень вищої освіти: бакалавр	-
		Практичні, семінарські
		56 год.
		Самостійна робота
		4 год.
		-
		Вид контролю: діф. залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування спортсменів з настільного тенісу;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні спортсменів за настільного тенісу;
- визначити порядок проходження видів, розташувати суддівські бригади;
- визначити порядок побудови процесу навчання конкретній руховій дії,
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти навичками суддівства;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- методіку суддівства змагань з настільного тенісу;

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- поєднувати процес навчання руховій дії з вихованням особистості;
- володіти способами управління учнями.
- визначити структуру фізичної підготовленості в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії, виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення;
- визначати рівень володіння технікою виконання фізичної вправи на основі біомеханічного аналізу.

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.^[1]_{SEP}
- 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.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовий модуль 8. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовний модуль 9. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	денна форма навчання				
	усього	у тому числі			Самост. робота
Лекції		Практичні	Семінарські (м/к)		
Модуль 1					
Змістовий модуль 12. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		28	2	
Змістовний модуль 13. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		24	2	4
ВСЬОГО	60		52	4	4

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	4

6.Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	28
2.	Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24
	Всього:	52

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	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. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Тестування рухливих умінь і навичок.
3. Прийом контрольних нормативів з тем № 1,2.
4. Навчальна практика: проведення уроку по навчання окремого технічного прийому або тактичної дії (по вказівці викладача)

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 № 8	Змістовий модуль № 9
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

№ з/п	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Атакуючий удар топ-спін справа та зліва, к-сть разів	30-50
2.	Стрибок у довжину з місця.	30-50
	Тема № 2. «Технічна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «топ-спін (справа/зліва)»	30-50

2.	Піднімання тулуба з положення лежачи на спині	30-50
----	---	-------

Критерії оцінки

Тема	Атакуючий удар топ-спін справа та зліва. Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	50	49	47	46	45	43	42	41	40	38	36	34	32	30
Тема 1		26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-9	6-7	4-5	2-3	0-1
Тема 2	Удержання м'яча на столі. Гра ударами «топ-спін (справа/зліва)». Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання ударів.	26	24	22	20	18	16	14	12	10	8-9	6-7	4-5	2-3	0-1

Стрибок у довжину з місця (см)

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	280	275	270	265	260	255	250	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190	185	180
Д	250	245	240	235	230	225	220	215	210	205	200	195	190	185	180	175	170	165	160	155	150

Піднімання тулуба з положення лежачина спині(кількість разів)

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	53	52	51	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33
Д	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28	27

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. 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

Підвищення педагогічної майстерності (ППМ) (настільний теніс)

4 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 – Підвищення педагогічної майстерності 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, 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 – 4	Галузь знань 01 освіта/педагогіка	Вибіркова	
	Спеціальність 014 – СЕРЕДНЯ ОСВІТА		
Модулів– 1	Спеціалізація 0.14.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (фізична культура)	Рік підготовки:	
Змістових модулів– 4		IV - й	
		Семестр	
Загальна кількість годин– 120		7 - й	
аудиторних– 26 самостійної роботи студента– 94 індивідуальна робота -	Освітньо-кваліфікаційний рівень:«бакалавр»	Лекції	
		-	
		Практичні, семінарські	
		26 год.	
		Самостійна робота	
		94 год.	
		Вид контролю: диф. залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завдання :

- навчити студентів основним засобам та методам тренування спортсменів з настільного тенісу;
- навчити студентів засобам та методам розвитку фізичних якостей, які використовуються в тренуванні спортсменів з настільного тенісу;
- визначити порядок проходження видів, розташувати суддівські бригади;
- визначити порядок побудови процесу навчання конкретній руховій дії,
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- володіти навичками суддівства;
- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- знати і підтримувати основи здорового способу життя.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

Знати:

- ефективні засоби і методи вирішення поставленого завдання;
- методіку суддівства змагань з настільного тенісу;

Вміти:

- використовувати різні методи тренування;

- забезпечувати необхідні передумови до ефективного навчання руховій дії;
- поєднувати процес навчання руховій дії з вихованням особистості;
- володіти способами управління учнями.
- визначити структуру фізичної підготовленості в обраному виді спорту (спортивній дисципліні);
- попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії, виявляти помилки в процесі її виконання, визначати причини виникнення;
- визначати рівень володіння технікою виконання фізичної вправи на основі біомеханічного аналізу.

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.^[1]_[SEP]
- 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.
- Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.
- Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
- Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
- Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовий модуль 10. Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу.

Тема 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 11. Техніко-тактична підготовка в обраному виді спорту.

Тема 2. «Техніко-тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 12. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Тема 3. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

Змістовий модуль 13. Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу.

Тема 4. «Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу».

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 10. Фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу.					
Тема 1.«Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		4	2	24
Змістовий модуль 11. Техніко-тактична підготовка в обраному виді спорту.					
Тема 2.«Техніко - тактична підготовка спортсменів з	30		4	2	24

настільного тенісу».					
Змістовий модуль 12. Удосконалення компонентів спортивної майстерності в обраному виді спорту.					
Тема 3.«Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		4	2	24
Змістовий модуль 13. Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу.					
Тема 4.«Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	30		6	2	22
ВСЬОГО	120		18	8	94

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
2.	Тема № 2. «Техніко - тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	2
3.	Тема № 3. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
4.	Тема № 4. «Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу» - прийом контрольних нормативів.	2
	Всього:	8

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	4
2.	Тема № 2. «Техніко - тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	4
3.	Тема № 3. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	4
4.	Тема № 4. «Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	6
	Всього:	16

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24

	настільного тенісу»	
2.	Тема № 2. «Техніко-тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24
3.	Тема № 3. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	24
4.	Тема № 4. «Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	22
	Всього:	94

10. Методи навчання

8. метод словесний;
9. метод наочний;
10. метод спостереження;
11. метод практичних вправ;
12. метод повторний;
13. метод ігровий;
14. метод змагальний.

11. Методи контролю

1. Поточний контроль за темами занять та самостійної роботи.
2. Тестування рухливих умінь і навичок.

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			
Змістовий модуль № 10	Змістовий модуль № 11	Змістовий модуль № 12	Змістовий модуль № 13
60-80-100	60-80-100	60-80-100	60-80-100

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	не зараховано з

		обов'язковим повторним вивченням дисципліни	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	Завдання	Кількість балів
	Тема № 1. «Спеціальна фізична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Переміщення з виконанням ударів (подача,	30-50
2.	«накат», «підрізка», «топ-спін»).	30-50
	Оцінка практичної діяльності.	
	Тема № 2. «Техніко-тактична підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Одиночна гра	30-50
2.	Оцінка практичної діяльності.	30-50
	Тема № 3. «Інтегральна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Біг 100 м (с)	30-50
2.	Оцінка практичної діяльності.	30-50
	Тема № 4. «Змагальна підготовка спортсменів з настільного тенісу».	60-100
1.	Човниковий біг 4x9м (хв., с)	30-50
2.	Оцінка практичної діяльності.	30-50
	ВСЬОГО	60-100

Критерії оцінки

Критерії оцінки практичної діяльності:

50 балів – студент постійно приймає участь у змаганнях різного рівня або володіє суддівськими навичками та приймає участь в організації і проведенні змагань різного рівня або під час проведення занять без помилок виконує техніко-тактичні дії.

40 балів – студент не приймає участі у змаганнях, але володіє суддівськими навичками та приймає участь в організації і проведенні змагань різного рівня, під час проведення занять допускає помилки при виконання техніко-тактичних дій.

30 балів – приймає участь в організації і проведенні змагань різного рівня, під час проведення занять допускає значні помилки при виконання техніко-тактичних дій.

Тема 1	Переміщення з виконанням ударів (подача, «накат», «підрізка», «топ-спін»).	50	49	47	46	45	43	42	41	40	38	36	34	32	30
	Виконується 26 ударів. Оцінюється техніка виконання переміщення та ударів.	26	24 - 25	22 - 23	20 - 21	18 - 19	16 - 17	14 - 15	12 - 13	10 - 11	8- 9	6- 7	4- 5	2- 3	0- 1

Одиночна гра

50 балів – студент демонструє вміння проявляти інтегральну підготовленість, не знижуючи інтенсивності техніко-тактичних дій. Може грати на високому рівні.

40 балів – студент демонструє вміння приймати правильні рішення у нападі та захисті.. Може грати на рівні вище за середній.

30 балів – студент демонструє вміння поєднувати техніко-тактичні прийоми протягом гри. Може грати на середньому рівні.

Біг 100 м (с)

Оцінюється швидкість. Виконується з низького старту за сигналом.

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	13,2	13,3	13,4	13,5	13,6	13,7	13,8	13,9	14,0	14,1	14,2	14,3	14,4	14,5	14,6	14,7	14,8	14,9	15,0	15,1	15,2
Д	14,8	14,9	15,0	15,1	15,2	15,3	15,4	15,5	15,6	15,7	15,8	15,9	16,0	16,1	16,2	16,3	16,4	16,5	16,6	16,7	16,8

Човниковий біг 4х9м (хв., с)

	50	49	48	47	46	45	44	43	42	41	40	39	38	37	36	35	34	33	32	31	30
Ю	8.8	8.9	9.0	9.1	9.2	9.3	9.4	9.5	9.6	9.7	9.8	9.9	10.0	10.1	10.2	10.3	10.4	10.5	10.6	10.7	10.8
Д	10.2	10.3	10.4	10.5	10.6	10.7	10.8	10.9	11.0	11.1	11.2	11.3	11.4	11.5	11.6	11.7	11.8	11.9	12.0	12.1	12.2

13. Методичне забезпечення

1. Методичні розробки;
2. Відеоматеріали

14. Рекомендована література

14.1. Додаткова :

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. Тенніс: 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)