

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Факультет фізичного виховання

Кафедра теорії та методики олімпійського і професійного спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри

Бабаліч В.А. 

«15»Серпня 2024 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК ПП-06 Методика викладання спортивних ігор (настільний теніс)

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка.

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт.

Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт.

Форма навчання: денна, заочна.

2024– 2025 навчальний рік

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Нормативна	
Індивідуальне навчально-дослідне завдання: презентація	Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки	
		1-й	1-й
Загальна кількість годин – 90	Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт	Семестр	
		2-й	2-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4	Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт	Лекції	
		-	4 год
		Практичні	
		44 год.	6- год.
		Лабораторні	
	Рівень вищої освіти: Перший (бакалаврський)	- год.	- год.
		Самостійна робота	
		46 год.	80 год
		Індивідуальні завдання:	
		10 год.	10 год.
Вид контролю:			
залік	залік		

1.2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: Формування у студентів теоретичних знань і практичних навичок, необхідних для ефективного викладання настільного тенісу, розвитку спортивної майстерності, організації і проведення змагань.

Завдання:

1. Оволодіння практичними навичками та базовими елементами гри.
2. Оволодіння методикою проведення тренувальних занять з настільного тенісу.
3. Оволодіти принципами аналізу та підбору інвентаря у настільному тенісі.
4. Оволодіння методикою організації та проведення змагань з настільного тенісу.
5. Оволодіння методикою розвитку спеціальних фізичних якостей у настільному тенісі.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у студента мають бути сформовані такі *компетентності*:

Інтегральні компетентності.

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

загальні	фахові
<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК13. Здатність ухвалювати рішення та діяти, дотримуючись принципу неприпустимості корупції та будь-яких інших проявів не доброчесності.</p>	<p>ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p>ФК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p>ФК6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.</p> <p>ФК8. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p>ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію</p>

	<p>людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>ФК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку</p>
--	---

Також дисципліна сприяє реалізації цілей сталого розвитку (глобальні цілі):

Ціль 3. «Міцне здоров'я і благополуччя», забезпечуючи підготовку фахівців, здатних популяризувати здоровий спосіб життя, запобігати захворюванням через заняття настільним тенісом.

Ціль 4. «Якісна освіта» (інноваційні методи навчання).

1.3. Очікувані програмні результати навчання:

ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

ПРН22. Знати основи запобігання корупції, суспільної та академічної доброчесності на рівні, необхідному для формування нетерпимості до корупції та проявів недоброчесної поведінки серед здобувачів освіти та вміти застосовувати їх в професійній діяльності.

2. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ І. Фізична підготовка у настільному тенісі.

Розділ І. Фізична підготовка у настільному тенісі.

ТЕМА 1. Загальна фізична підготовка. Бігові вправи різної інтенсивності, вправи для розвитку м'язів верхніх кінцівок, м'язів тулуба та нижніх кінцівок.

ТЕМА 2. Спеціальна фізична підготовка. Стрибки через гімнастичну лаву, стрибки із скакалкою, переміщення «вісімкаю» 3-х метрова зона. Вправи імітаційного характеру з виконанням елементів гри.

ТЕМА 3. Розвиток координації. Жонгливання м'ячем. Естафети з використанням м'яча і ракетки. Гра за столом не ігровою рукою.

ТЕМА 4. Розвиток швидкості. Прискорення зі зміною напрямку. Прискорення із різних вихідних положень. Біг по колу біля стола. Прискорення 30 метрів.

ТЕМА 6. Розвиток спритності. Човниковий біг, переміщення «ялинкою». Переміщення з м'ячем та ракеткою через перепони. Використовуємо бар'єри та фішки.

Розділ ІІ. Технічна підготовка у настільному тенісі.

ТЕМА 1. Виконання елементів захисту. Гра підрізкою справа по діагоналі, по прямій. Гра підрізкою зліва по діагоналі, по прямій. Гра підрізкою зліва трикутником. Гра підрізкою справа трикутником.

ТЕМА 2. Виконання елементів нападу. Гра накатом справа по діагоналі по прямій. Гра накатом зліва по діагоналі по прямій. Гра накатом справа трикутником. Гра накатом зліва трикутником.

ТЕМА 3. Виконання подач. Подачі з верхнім обертанням м'яча. Подачі з нижнім обертанням м'яча. Подачі з нижнім обертанням м'яча. Подачі із змішаним обертанням м'яча. Подачі з високим підкиданням м'яча.

ТЕМА 4. Прийом подач. З верхнім обертанням м'яча. З нижнім обертанням м'яча. З боковим обертанням м'яча. Із змішаним обертанням м'яча.

ТЕМА 5. Робота з тренажером «Robo – pong 2040» Гра по зонах. Гра в режимі «рахунок». Вивчення методики підбору вправ для тренувальної роботи.

Розділ III. Тактична підготовка у настільному тенісі .

ТЕМА 1. Особливості гри захисника . Особливості використання інвентарю для захисту. Особливості гри шипами для захисту. Гра в захисті в середній зоні. Гра в захисті в дальній зоні. Техніка обертання ракетки під час гри в захисті.

ТЕМА 2. Особливості гри нападаючого. Особливості використання інвентарю для нападаючого. Особливості гри топс-спіном праворуч. Особливості гри топс-спіном ліворуч. Особливості гри в ближній зоні.

Розділ IV. Методика організації та проведення змагань.

ТЕМА 1. Організація та проведення змагань. За коловою та змішаною системою, «олімпійською системою» та «системою (-2)». Аналіз роботи суддівської колегії.

ТЕМА 2. Суддівська жестикуляція. Жестикуляція судді під час проведення особистих та парних змагань.

3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб.	інд.	с. р.		л	п	лаб.	інд.	с. р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Розділ 1. Фізична підготовка у настільному тенісі.												
Тема 1. Загальна фізична підготовка.	2		2				2					2
Тема2. Спеціальна фізична підготовка.	2		2				2					2
Тема3. Розвиток координації.	2		2				2					2
Тема4. Розвиток швидкості.	2		2				2					2
Тема5. Розвиток витривалості.	2		2				2					2
Тема6. Розвиток спритності.	4		2			2	4					4
Разом за розділом	14		12			2	14					14

1											
Розділ 2. Технічна підготовка у настільному тенісі.											
Тема 1. Виконання елементів захисту.	4		4				4		2		2
Тема 2. Виконання елементів нападу.	4		4				4		2		2
Тема 3. Виконання подач.	4		4				4	2			2
Тема 4. Прийом подач.	2		2				2				2
Тема 5. Робота з тренажером «Robo – pong 2040».	2		2				2				2
Разом за розділом 2	16		16				16	2	4		10
Розділ 3. Тактична підготовка у настільному тенісі.											
Тема 1. Особливості гри захисника.	14		4			10	14				14
Тема 2. Особливості гри нападаючого.	14		4			10	14				14
Разом за розділом 3	28		8			20	28				28
Розділ 4. Методика організації та проведення змагань.											
Тема 1. Організація та проведення змагань за коловою та змішаною системою. Умови проведення змагань.	18		6			12	18	2	2		14
Тема 2. Суддівська жестикуляція.	4		2			2	4				4
Разом за розділом 4	22		8			14	22	2	2		18
ІНДЗ											
ІНДЗ	10					10	10				10
Усього годин	90		44			10	36	90	4	6	10

4. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

4.1. Теми лекційних занять

4.1.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
2		
	Разом	

4.1.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Базові технічні елементи в настільному тенісі.	2
2	Організація та проведення змагань за коловою та змішаною системою. Умови проведення змагань.	2
	Разом	4

4.2. Теми практичних занять

4.2.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Розділ 1. Фізична підготовка у настільному тенісі.		
1	Загальна фізична підготовка.	2
2	Спеціальна фізична підготовка.	2
3	Розвиток координації.	2
4	Розвиток швидкості.	2
5	Розвиток витривалості.	2
6	Розвиток спритності.	2
Розділ 2. Технічна підготовка у настільному тенісі.		
7	Навчання елементам захисту.	4
8	Навчання елементам нападу.	4
9	Навчання техніці виконання подач.	4
10	Навчання техніці прийому подач	2
11	Робота з тренажером «Robo – pong 2040».	2
Розділ 3. Тактична підготовка у настільному тенісі.		
12	Особливості гри проти захисника.	4
13	Особливості гри проти нападаючого.	4
Розділ 4. Методика організації та проведення змагань.		
14	Організація та проведення змагань за коловою та змішаною системою. Вимоги до умов проведення змагань.	6
15	Організація та проведення змагань за «олімпійською системою» та «системою (-2)». Аналіз роботи суддівської колегії.	2

	Разом	44
--	-------	----

4.2.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Базова техніка гри у настільний теніс: гра підрізкою справа, підрізкою зліва, гра накатом справа, накатом зліва, виконання подач з нижнім обертанням та верхнім обертанням м'яча.	6
	Разом	6

4.3. Теми семінарських занять

4.3.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1		
2		
3		
	Разом	

4.3.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	-	
2		
	Разом	

4.4. Завдання для самостійної роботи

4.4.1 денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тактичні дії у нападі	10
2	Тактичні дії у захисті	10
3	Організація та проведення змагань за коловою та змішаною системою	12
4	Організація та проведення змагань за «олімпійською системою» та «системою (-2)»	2
5	Вправи для розвитку спритності	2
	Разом	36

4.4.2 заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Загальна фізична підготовка	2
2	Спеціальна фізична підготовка	2
3	Розвиток координації.	2
4	Розвиток швидкості	2
5	.Розвиток витривалості	2
6	Розвиток спритності.	4
7	Виконання елементів захисту.	2
8	Виконання елементів нападу.	2
9	Виконання подач.	2
10	Тактичні дії у нападі	14
11	Тактичні дії у захисті	14
12	Організація та проведення змагань за коловою та змішаною системою	14
13	Організація та проведення змагань за «олімпійською системою» та «системою (-2)»	4
15	Робота з тренажером «Robo – pong 2040».	2
	Разом	70

4.5. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Презентація на тему: «Суддівська термінологія у настільному тенісі»

4.6. Методи навчання

Під час вивчення дисципліни «Методика викладання спортивних ігор(настільний теніс)» передбачено комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяє розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця, з урахуванням індивідуальних особливостей учасників освітнього процесу.

З метою формування професійних компетентностей широко впроваджуються інноваційні методи навчання. Це – комп'ютерна підтримка освітнього процесу, впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, ситуативне моделювання, опрацювання дискусійних питань, тощо).

Практичні заняття, консультації, робота в мережі Інтернет, підготовка рефератів, самостійна робота, складання конспектів за завданням.

Основні форми навчального процесу при вивченні дисципліни «Теорія і методика викладання спортивних ігор (настільний теніс)»:

- навчальні заняття;
- консультації;
- самостійна робота студентів;
- робота в мережі Інтернет;
- контрольні заходи.

Інноваційні методи та форми роботи:

- Кейс-метод: «Корекція техніки настільного тенісу»

Види навчальної роботи студентів:

- практичні заняття;
- консультація;
- залік.

У процесі вивчення дисципліни «Методика викладання спортивних ігор(настільний теніс)» застосовуються наступні методи навчання:

- *за джерелом передачі та сприймання навчальної інформації* - словесні, наочні, практичні;
- *за характером пізнавальної діяльності учнів* - пояснювально-ілюстративний, репродуктивний, проблемне викладання, частково-пошуковий, дослідницький;
- *залежно від основної дидактичної мети і завдань* - методи оволодіння новими знаннями, формування вмінь і навичок, перевірки та оцінювання знань, умінь і навичок; методи усного викладу знань, закріплення навчального матеріалу, самостійної роботи учнів з осмислення й засвоєння нового матеріалу роботи із застосування знань на практиці та вироблення вмінь і навичок, перевірки та оцінювання знань, умінь і навичок;
- *класифікація з точки зору цілісного підходу до діяльності у процесі навчання* - методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності; стимулювання й мотивація учіння, контролю, самоконтролю, взаємоконтролю і корекції, самокорекції, взаємокорекції в навчанні.

4.7. Засоби діагностики результатів навчання здобувачів освіти.

Методи контролю

Поточний контроль, захист реферату, підготовка повідомлення, складання фрагменту тренування з настільного тенісу, контрольні роботи, залік.

Педагогічний контроль

Педагогічний контроль за навчально-професійною діяльністю студентів (бакалаврів) здійснюється в таких формах:

а) поточний контроль відбувається за результатами виконання самостійних робіт (опрацювання тематичної літератури, підготовка рефератів, конспектування першоджерел, виконання вимог технічної підготовки, самостійне проведення тренування з настільного тенісу, виконання нормативів з базових елементів настільного тенісу);

б) допуск до заліку здійснюється наприкінці семестру на основі поточного контролю з урахуванням відвідування занять, підготовкою доповідей, рефератів, повідомлень, здача вимог практичного заняття, якості самостійної навчальної роботи;

Методи контролю та розподіл балів, що присвоюється студентам

Контроль здійснюється під час проведення практичних занять, консультацій і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи.

Контроль по розділах здійснюється під час практичних занять і поточних консультацій і має на меті перевірку рівня знань студентів засвоєних протягом конкретного розділу.

Семестровий контроль проводиться у формі заліку – 2 семестр з навчальної дисципліни в обсязі навчального матеріалу, визначеного навчальною програмою, і в терміни, встановлені навчальним планом.

Форма проведення заліку. Під час семестрового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно із структурою залікових кредитів.

Поточний контроль

Поточний контроль успішності студентів здійснюється в усній та письмовій формах під час проведення практичних занять. Оцінка поточного контролю знань студентів виставляється за:

1. Систематичність та активність на практичних заняттях, при цьому оцінюється рівень знань продемонстрованих у відповідях і виступах на заняттях, активність при обговоренні дискусійних питань.

2. Відвідування практичних занять. При цьому оцінюється техніка гри у настільний теніс, план-конспект тренування, проведення практичного заняття.

3. Виконання домашніх письмових завдань, передбачених самостійною роботою студента.

4. Виконання тематичних контрольних робіт (при цьому оцінка виставляється за практичні навички та теоретичні знання яких набули студенти після опанування певної теми, за результатами тестування, відповідей на теоретичні питання, розв'язання практичних завдань, виробничих ситуацій, виконання індивідуальних занять, у тому числі підготовки рефератів).

Облік успішності здійснюється у відповідному журналі групи. На підсумковому занятті викладач розраховує і доводить до відома студентів середню із всіх поточних оцінок.

Порядок та критерії виставлення балів

Критерії та норми оцінювання знань студентів

При оцінюванні знань, умінь і навичок студентів при вивченні курсу «Методика викладання спортивних ігор (настільний теніс)» враховується:

1) наявність і характер засвоєння теоретичних знань і практичних вмінь (основи навчання настільному тенісу, техніка настільного тенісу, методика початкового навчання настільному тенісу):

2) якість актуалізації знань з «Методика викладання спортивних ігор (настільний теніс)» (особливості процесу формування рухової навички у людини, методики початкового навчання, техніки настільного тенісу, організація та проведення змагань, основами фізичної підготовки тенісистів).

3) рівень оволодіння відомими системами початкового навчання настільному тенісу, та особливостями їх застосування.

4) прояв творчості і самостійності в навчально-пізнавальній діяльності:

5) якість виконання самостійної навчальної роботи (зовнішнє оформлення, своєчасність виконання, ретельність тощо). Особливими вимогами до знань студентів з предмету є:

- Володіти базовою технікою .

- Знання етапів початкового навчання , методичної послідовності вивчення техніки окремого технічного елемента настільного тенісу , методики початкового навчання базовій техніці.

Рекомендовано наступні критерії оцінки з кожного виду контролю:

Консультації (під час проведення консультацій студент може підготувати теоретичні питання).

5,0 б. Глибоке розкриття одного з питань. Відповідь студента повністю відповідає змісту питання. Усі основні проблеми визначені чітко. Студент досить вільно й коректно користується методичною термінологією. Він володіє повним запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: вільно володіє матеріалом, розуміється в спрямованості технічних характеристик виду, висвітлює питання основ техніки настільного тенісу з позицій структурно-програмованого навчання. Підготовлений конспект за завданням. З висвітленими всіма пунктами плану.

4,0 б. Вільне володіння матеріалом. Відповідь студента в основному відповідає змісту питання. Не всі основні проблеми визначені чітко. Студент в основному правильно використовує методичну термінологію. Невелика кількість термінологічних помилок не перешкоджає розумінню змісту викладеного. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань може наводити окремі приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень техніки та основ техніки настільного тенісу. Конспект написаний за всіма пунктами плану, однак аналіз помилок невиконаний у повному обсязі.

3,0 б. Відповідь студента лише частково відповідає змісту питання. Основні проблеми визначені нечітко. Студент допускає значну кількість термінологічних помилок, що ускладнює розуміння змісту викладеного. Він володіє обмеженим запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань не завжди може наводити приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень техніки та основ техніки настільного тенісу. Конспект написаний за всіма пунктами плану, однак аналіз помилок у техніці базових елементів не виконаний.

2,0 б. Відповідь студента не відповідає змісту питання. Основні проблеми не визначені. Студент майже не користується методичною термінологією. Його запас методичних термінів мінімальний. Виконуючі практичні завдання, студент володіє матеріалом на початковому рівні. Здатний зробити аналіз техніки по логічно виділеними частинам, визначаючи рухове завдання певної частини та загальну характеристику техніки гри. У конспекті невисвітлені всі пункти плану або не у повному обсязі.

1,0 б. Студент не відповідає на запитання. Розрізняє техніку базових елементів на рівні образного сприйняття. У конспекті невисвітлені всі пункти плану або не у повному обсязі.

У разі, якщо здобувач подав декларацію про визнання результатів неформального та /або інформального навчання стосовно певного освітнього компонента ОП, оцінювання відбувається відповідно до Порядку визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, в Центральноукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка (затвердженого вченою радою університету, протокол № 9 від 26 грудня 2022 р.).

Результати навчання та компетентності, що можуть бути визнані в межах цього освітнього компонента, можна досягати та здобувати в системі неформальної освіти під час участі в тренінгах, майстер-класах, семінарах, вебінарах, дистанційних курсах, стажуваннях тощо, що підтверджено відповідним документом (дипломом, сертифікатом, свідоцтвом).

Практичні заняття

Контроль технічної підготовленості.

Підрізка справа, зліва по діагоналі та по прямій: 42 рази – 5 балів , 35 разів – 4 бали, 28 разів – 3 бали , 21 раз – 2 бали .

Підрізка справа, зліва «вісімкаю» : 30 разів – 5 балів , 25 разів - 4 бали, 20 разів – 3 бали.

Гра накатою справа, зліва по діагоналям та прямим: 35 разів -5 балів, 30 разів-4 бали , 25 разів – 3 бали , 20 раз – 2 бали.

Виконання подач з нижнім та верхнім обертанням м'яча в різних напрямках: 15 разів – 5 балів, 12 разів – 4 бали, 9 разів – 3 балів, 6 раз – 2 бали.

Контроль спеціальної фізичної підготовленості.

Переміщення «вісімкаю» біля стола: 30 с – 12 разів 5 балів, 11 разів – 4 бали, 9 разів – 3 бали, 7 разів 2- бали.

Стрибки через гімнастичну лаву: 30 с – 28 разів 5 балів, 26 разів - 4 бали , 24 рази – 3 бали , 22 рази – 2

Розрядні вимоги.

Вимоги щодо виконання II спортивного розряду: 8 перемог над II розрядом, 8 перемог над III розрядом, впродовж року на змаганнях обласного та міського рівнів.

Вимоги щодо виконання III спортивного розряду: 8 перемог над II розрядом, 8 перемог над III розрядом. Впродовж року на змаганнях обласного та міського рівнів.

Усна відповідь

5,0 б. Глибоке розкриття одного з питань. Відповідь студента повністю відповідає змісту питання. Усі основні проблеми визначені чітко. Студент досить вільно й коректно користується методичною термінологією. Він володіє повним запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: вільно володіє матеріалом, розуміється в спрямованості технічних елементів, висвітлює питання основ техніки настільного

тенісу з позицій структурно-програмованого навчання. До практичного заняття підготовлений конспект за завданням. З висвітленими всіма пунктами плану.

4,0 б. Вільне володіння матеріалом. Відповідь студента в основному відповідає змісту питання. Не всі основні проблеми визначені чітко. Студент в основному правильно використовує методичну термінологію. Невелика кількість термінологічних помилок не перешкоджає розумінню змісту викладеного. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань може наводити окремі приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень техніки гри у нападі. Конспект написаний за всіма пунктами плану, однак аналіз помилок невиконаний у повному обсязі.

3,0 б. Відповідь студента лише частково відповідає змісту питання. Основні проблеми визначені нечітко. Студент допускає значну кількість термінологічних помилок, що ускладнює розуміння змісту викладеного. Він володіє обмеженим запасом методичних термінів. Виконуючі практичні завдання, студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. При розв'язанні завдань не завжди може наводити приклади на підтвердження і обґрунтування певних положень техніки. Конспект написаний за всіма пунктами плану, однак аналіз помилок у техніці невиконаний.

2,0 б. Відповідь студента не відповідає змісту питання. Основні проблеми не визначені. Студент майже не користується методичною термінологією. Його запас методичних термінів мінімальний. Виконуючі практичні завдання, студент володіє матеріалом на початковому рівні. Здатний зробити аналіз техніки по логічно виділеними частинам, визначаючи рухове завдання певної частини та загальну характеристику базового технічного елемента. У конспекті невисвітлені всі пункти плану або не у повному обсязі.

1,0 б. Студент не відповідає на запитання. Розрізняє техніку настільного тенісу на рівні образного сприйняття. У конспекті невисвітлені всі пункти плану або не у повному обсязі.

Самостійна робота (підготовка конспекту за завданням, повідомлення та реферату)

5,0 б. Студент повно і правильно виконав всі заплановані завдання: повно і ґрунтовно написав конспект, всі пункти плану виконані в повному обсязі, робота написана відповідно вимогам до написання того типу робіт (обсяг, структура, зміст оформлення) і захищена.

4,0 б. Конспект написаний за всіма вимогами, всі пункти плану розкриті але були допущені певні неточності, не виконано аналіз помилок . При захисті допускав помилки.

3,0 б. Конспект написаний стисло, не всі пункти плану розкриті повністю. Студент здатний застосовувати вивчений матеріал на рівні стандартів. Допускаються неповні відповіді по питанням, які вимагають фактичного матеріалу для підтвердження висунутих положень.

2,0 б. Конспект написаний стисло, не завжди повно розкрита тема. Під час захисту студент допускав неточності.

1,0 б. Конспект написані формально не розкрита суть теми, не всі пункти розкриті, реферати оформлені не за всіма вимогами і не захищений або під час захисту допускались грубі помилки.

Критерії оцінювання презентації (ІНДЗ)

При оцінці презентації враховуються такі позиції:

- Зміст
- Розкрито всі аспекти теми
- Матеріал викладений у доступній формі
- Слайди розташовані в логічній послідовності
- Заключний слайд із висновками
- Бібліографія з перерахуванням всіх використаних ресурсів
- Елементи оформлення
- Зміна слайдів
- Дизайн
- Анімація: стандартні, установка ефектів при зміні слайдів
- Графіки, діаграми, малюнки
- Елементи творчості

– Оригінальність і винахідливі приклади

10,0 б. У презентації відображено глибоке розуміння та усвідомлення матеріалу, творчий підхід до поставлених задач. Під час аналізу-інтерпретації зроблені самостійні висновки, аргументація, висловлене власне ставлення до проблеми. Малюнки, звуки, фото, анімації – у кількості, виправданій змістом презентації. Робота виконана творчо і самостійно. Презентація характеризується оригінальністю

8,0 б. Презентація має задовольняти всім критеріям нижчого рівня і одному або двом таким: відображає глибокий пошук при дослідженні та застосування навичок мислення високого рівня; показує явне поглиблення та розуміння теми; притягує увагу аудиторії.

6,0 б. Проект має чіткі цілі, відповідні темі. Включена інформація добута із різноманітних джерел. Проект корисний не тільки для студентів, які його створили

4,0 б. Проект представляє інформацію, яка структурована у формі опорного конспекту, зрозуміло для аудиторії. Зроблений акцент на важливих питаннях.

2,0 б. Проект сфокусований на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна структура, але вона не явна з показу. Можуть бути фактичні помилки чи незрозумілості, але вони не значні

Критерії оцінювання повідомлення

При оцінці відповіді необхідно виділити наступні елементи:

Актуальність описаної проблеми та реальність запропонованого механізму вирішення даної проблеми.

Подання власної точки зору (позиції, ставлення) при розкритті проблеми.

Розкриття проблеми на теоретичному рівні (у порівнянні і з обґрунтуваннями).

Логіка в аргументації свої точки зору, врахування реальних обставин суспільного життя та власного життєвого досвіду.

Оригінальність підходу до вирішення проблем.

Узгодженість в тексті ключових тез та аргументів.

Несуперечність особистісних суджень.

5,0 б. Відображена світоглядна позиція автора, його погляд на сутність проблеми. Проблема розкрита на теоретичному рівні, у зв'язках і з обґрунтуваннями, з точним і повним використанням фахових термінів і понять у контексті відповіді. Робота логічна, послідовна, композиційно чітка. Дано аргументацію своєї думки з опорою на факти або особистий досвід.

4,0 б. Представлено власну точку зору (позицію, ставлення) при розкритті проблеми. Проблема розкрита на теоретичному рівні, з обґрунтуваннями, з достатнім використанням фахових термінів і понять у контексті відповіді. Власна думка аргументована фактами або особистим досвідом.

3,0 б. Представлено власну точку зору при розкритті проблеми. Проблема розкрита з використанням основних термінів і понять у контексті відповіді (теоретичні зв'язки й обґрунтування не присутні або явно не простежуються). Дано аргументацію своєї думки з опорою на факти.

2,0 б. Проблема розкрита при формальному використанні фахових термінів. Власна думка не достатньо аргументована фактами або власним досвідом.

1,0 б. Представлено власну позицію за даною проблематикою на побутовому рівні без аргументації. Проблема не розкрита або дана інформація не в контексті завдання.

Критерії оцінювання термінологічного словника (ТС)

5,0 б ТС оформлений бездоганно, в словнику виконано опис не менше ніж 25 – 30 термінів.

4,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 20 термінів.

3,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 15 термінів.

2,0 б ТС оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 10 термінів.

1,0 б Т С оформлений, в словнику виконано опис не менше ніж 5 термінів.

Критерії оцінювання конспекту курсу

5,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, законспектовані всі лекції.

4,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, лекції законспектовані на 75%.

3,0 б. Конспект оформлений згідно стандартних вимог, лекції законспектовані на 50%.

2,0 б. Конспект неохайний, законспектовано 25% від всього матеріалу.

1,0 б. Конспект неохайний, законспектовано 10% від всього матеріалу.

4.8. Перелік програмових питань для самоконтролю:

1. Значення розвитку фізичних якостей у настільному тенісі.
2. Методи розвитку фізичних якостей у настільному тенісі.
3. Засоби розвитку фізичних якостей у настільному тенісі.
4. Значення загальної фізичної підготовки у настільному тенісі
5. Значення спеціальної фізичної підготовки у настільному тенісі.
6. Інвентар для настільного тенісу історія розвитку.
7. Характеристика столів.
8. Характеристика ракеток.
9. Характеристика м'ячів.
10. Характеристика комплекту сітки та захисних бар'єрів.
11. Перелічити базові технічні елементи.
12. Аналіз техніки гри «підрізкою справа» .
13. Аналіз техніки гри «підрізкою зліва».
14. Аналіз техніки гри «накат справа».
15. Аналіз техніки гри «накат зліва».
16. Аналіз техніки подачі «підрізкою справа».
17. Аналіз техніки подачі «підрізкою зліва» .
18. Аналіз техніки подачі «накатом справа».
19. Аналіз техніки подачі «накатом зліва».
20. Аналіз техніки переміщень у настільному тенісі.
21. Аналіз тактичних дій у нападі.
22. Аналіз тактичних дій у захисті.
23. Аналіз тактичних дій в парній грі.
24. Методика навчання техніці підрізки справа.
25. Методика навчання техніці підрізки зліва.
26. Методика навчання накату справа.
27. Методика навчання техніці накату зліва.
28. Методика навчання подачам з нижнім обертанням.

29. Методика навчання подачам з верхнім обертанням.
30. Методика навчання подачам з боковим обертанням.
31. Методика навчання подач без обертання.
32. Методика організації змагань з настільного тенісу.
33. Обов'язки головного судді.
34. Обов'язки головного секретаря.
35. Обов'язки судді інформатора.
36. Обов'язки ведучого судді.
37. Правила ведення рахунку в настільному тенісі.
38. Правила переходу подач в настільному тенісі.
39. Правила гри на «більше-менше» в настільному тенісі.
40. Правила використання тайм-ауту в настільному тенісі.
41. Правило «13 ударів» в настільному тенісі.
42. Правила проведення парної зустрічі.
43. Правило переходу подач в парній зустрічі.
44. Правила розстановки в парній зустрічі.
45. Обов'язки та права тренера під час командних змагань.
46. Гігієнічні вимоги до проведення змагань.
47. Вимоги до освітлення.
48. Вимоги до вологи.
49. Вимоги до температури повітря в спортивному залі.
50. Вимоги до ігрового майданчика .

4.9. Схема нарахування балів, які отримують студенти

1, 2,3 Розділ – 65 балів. Виконання завдань з технічної та фізичної підготовки.

4 Розділ суддівська практика – 25 балів. 1 бал кожне відвідування заняття (У разі дистанційного навчання студентам буде запропонована альтернатива щодо виконання практичних навичок)

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний контроль та самостійна робота														Сума		
Розділ 1						Розділ 2					Розділ 3		Розділ 4			
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T1	T2	T3	T4	T5	T1	T2	T1	T2	Контрольна робота.	100
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	15	10	10	

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73		
60-63	задовільно	незараховано
35-59	незадовільно	
1-34	незадовільно	

5. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

5.1. Рекомендована література

Основна література:

1. **Борисова О. В., Петренко Г. В., Ши Ш.** Система організації підготовки тенісистів у Німеччині як модель удосконалення управлінських основ розвитку виду спорту. *Молодь та олімпійський рух* : зб. тез доп. (Київ, 2019). Київ, 2019. С. 16–18.
2. **Вовченко І., Можарівський Р., Гедзюк Д.** Формування технічної і фізичної підготовки юних тенісистів. *Спортивна наука*. 2021. Вип. 4. С. 13–16.
3. **Горошко Н. І.** Фізичне виховання. Настільний теніс : метод. вказівки до практ. і самост. занять. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2017. 22 с.

4. **Гринченко І. Б. та ін.** Динаміка фізичної та технічної підготовленості юних тенісистів 7-8 років на етапі початкової підготовки. *Технології збереження здоров'я, реабілітація і фізична терапія*. 2019. Вип. 41. С. 22–25.
5. **Єфременко А.** Напрямки вдосконалення тренувального процесу юних тенісистів. *Спортивні ігри*. 2023. № 4 (22). С. 45–54. DOI: <https://doi.org/10.15391/si.2021-4.04>.
6. **Жуковський Є. І., Мичка І. В., Булгаков О. І.** Настільний теніс : метод. рекомендації. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2021. 65 с. URL: <https://eprints.zu.edu.ua/32310/>
7. **Зайцева В. О., Шевченко О. О.** Зміни рівня швидкісної та швидкісно-силової підготовленості юних тенісистів 7–9 років. *Спортивні ігри*. 2017. № 4. С. 19–22.
8. **Ібраїмова М. В.** Теніс : навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Київ : РНМК, 2012. 158 с.
9. **Іваненко В. В.** Сучасні напрямки і тенденції розвитку сучасного настільного тенісу. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка*. 2020. Вип. 2 (4). С. 281–288.
10. **Кіченко Н. В.** Методика фізичної підготовки тенісистів до змагань. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2021. Вип. 6 (137). С. 71–75. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6\(137\).16](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.6(137).16).
11. **Крилов Д. С., Шестерова Л. Є.** Дослідження особливостей виконання удару справа з відскоку десятирічними тенісистами в високому ігровому темпі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2018. Вип. 1 (95). С. 80–83.
12. **Лапковський Е., Яців Я., Сарабай В.** Сучасні вимоги до фізичної підготовки тенісистів. *Вісник Прикарпатського національного університету. Серія: Фізична культура*. 2023. Вип. 18. С. 245–251.
13. **Лукачина А. В., Новікова І. В., Чиченьова О. М.** Ігрові види спорту (настільний теніс) : електронне мережне навч. видання. Київ : КПІ ім. Ігоря

<https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/1bd9b1ea-fe8f-4a91-9488-469d848be245/content>

14. **Настільний теніс : з методикою викладання** : навч. посібник / уклад. С. А. Пензай, А. А. Семенов. Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. 219 с.
15. **Фізичне виховання. Настільний теніс** : навч. посібник / уклад. Л. Г. Гришко та ін. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 108 с

Допоміжна література

1. **Шестерова Л., Пятницька Д., Грищенко Л.** Стан фізичної підготовленості десятирічних тенісистів. *Спортивні ігри*. 2023. № 1 (19). С. 95–100. DOI: <https://doi.org/10.15391/si.2021-1.10>.
2. **Шестерова Л., Яньхао Т.** Зміна рівня фізичної підготовленості десятирічних тенісистів під впливом занять із загальної фізичної підготовки. *Спортивні ігри*. 2023. № 1 (23). С. 76–83. DOI: <https://doi.org/10.15391/si.2022-1.08>.
3. **Biernat E., Buchholtz S., Krzepota J.** Eye on the ball: Table tennis as a pro-health form of leisure-time physical activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018. Vol. 15, no. 4. P. 738. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29649160/>

5.2 Методичне забезпечення

1. **Брояковський О. В.** Настільний теніс (Техніка і тактика гри) : метод. рекомендації для студентів фак. фіз. виховання (перший бакалавр. рівень). Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. 35 с.

2. **Брояковський О. В.** Настільний теніс (Організація змагань) : метод. рекомендації для студентів фак. фіз. виховання (перший бакалавр. рівень). Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. 41 с.
3. **Брояковський О. В.** Настільний теніс (Обладнання та інвентар) : метод. рекомендації для студентів фак. фіз. виховання (перший бакалавр. рівень). Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2023. 24 с.
4. **Брояковський О. В.** Характеристика інтегральної підготовки у настільному тенісі. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки.* Кропивницький : ЦДУ ім. В. Винниченка, 2024. Вип. 213. С. 97–101.

Навчально-дидактичні матеріали: відеоматеріали; комплекси тестових і контрольних завдань. Розробки нтерактивних вправ, кейсів, ситуаційних завдань. Режим доступу: класрум дисципліна «МВ спортивних ігор (настільний теніс)».

Контрольні та оцінювальні матеріали: Критерії оцінювання знань студентів. Завдання для поточного, проміжного та підсумкового контролю. Тести, контрольні питання. Режим доступу: класрум дисципліна «МВ спортивних ігор (настільний теніс)».

Додаткові інформаційні ресурси: Підручники, навчальні посібники, монографії. Статті з наукових журналів, електронні ресурси, відкриті освітні платформи. Перелік рекомендованої літератури. Режим доступу: класрум дисципліна «МВ спортивних ігор (настільний теніс)».

5.3. Інформаційні ресурси

(перелік інформаційних ресурсів)

1. **Федерація настільного тенісу України** : офіц. вебсайт. URL: <https://ligas.io/uttf/ranking/men>
2. **Федерація настільного тенісу м. Києва** : офіц. вебсайт. URL: <https://tabletennis.kyiv.ua/>
3. **European Table Tennis Union** : official website. URL: <https://www.ettu.org/>

4. **International Table Tennis Federation** : official website. URL: <https://www.ittf.com/>
5. **Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського** : офіц. вебсайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua>
6. **Кіровоградська обласна універсальна наукова бібліотека ім. Д. І. Чижевського** : офіц. вебсайт. URL: <http://www.library.kr.ua>

6. ПОЛІТИКА КУРСУ

6.1 Щодо академічної доброчесності. Політика щодо академічної доброчесності формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності відповідно до Законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», «Про видавничу справу», з урахуванням норм Положення «Про академічну свободу та академічну доброчесність в Центральнорукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка» (зі змінами)(затверджене вченою радою, протокол №7 від 05.02.2024).

6.2. Особливі умови складання дисципліни для військових, які знаходяться в зоні бойових дій. Для студентів, які проходять військову службу в зоні бойових дій, створюються умови, що враховують їхню специфічну ситуацію. Оцінювання знань таких студентів може здійснюватися у наступних форматах: усні відповіді (через доступні засоби зв'язку); письмові відповіді (надіслані електронною поштою, через месенджери або інші доступні засоби комунікації); інші форми зворотного зв'язку, які враховують технічні можливості та безпекову ситуацію студента.

Строки складання і виконання завдань для таких студентів можуть бути адаптовані, щоб забезпечити їхню можливість завершити дисципліну в умовах обмеженого доступу до навчальних ресурсів. Усі питання організації складання і комунікації вирішуються індивідуально з викладачем та відповідальними особами кафедри.

6.3. Щодо неформальної та інформальної освіти

Відповідно до положення університету про Порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, в Центральноукраїнському державному університеті імені Володимира Винниченка (протокол № 9 від 26 грудня 2022 р. https://cusu.edu.ua/images/files-2023/VЗЯО/Порядок_неформальна_освіта_2022.pdf). (пункт 1.9, 3.5, 3.6.) Умови перезарахування результатів неформальної освіти:

1. Відповідність навчальній програмі дисципліни (участь у заходах інформальної освіти (конференціях, семінарах, тренінгах тощо) повинна відповідати змістовим модулям або темам, передбаченим робочою програмою дисципліни).

2. Форма звітування (за вибором студента) презентація або усне повідомлення.

3. Підтверджуючі документи (сертифікат, програма тощо).

4. Оцінювання. Якщо результати неформальної освіти охоплюють лише частину навчальних результатів, передбачених певним освітнім компонентом, студенту зараховуються лише окремі види навчальної роботи, які відповідають змісту заходу. Оцінювання здійснюється згідно з порядком, визначеним робочою програмою дисципліни, із обов'язковим відсотковим переведенням відповідно до встановленої кількості балів за: розділ, тему, навчальну активність. Отримані результати включаються до підсумкового оцінювання дисципліни. Максимальна кількість балів, що може бути зарахована за участь у заходах неформальної освіти, визначається в межах кількості балів, передбачених робочою програмою на відповідний розділ/тему/завдання.

Процедура проходження неформальної освіти в межах освітнього компоненту:

1. Студент інформує викладача про участь у заході, погоджуючи його доцільність та відповідність курсу.

2. Після подає підтверджуючі документи.

3. Обирає формат представлення результатів (презентація або усне повідомлення).

4. Оцінювання викладачем. Нарахування балів.

6.4. щодо додаткових балів. Для заохочення студентів передбачено систему додаткових балів. У разі відсутності студента з поважних причин (*хвороба, виїзд на змагання, збори відсутність підтверджується відповідними документами*), він повинен попередити викладача обираючи для себе зручний спосіб (наприклад, в усній формі особисто викладачу, відправивши повідомлення на *Viber* або на електронну пошту). Ми завжди зможемо прийняти альтернативні заходи для виконання завдань. Кожному студенту дозволено один раз бути відсутнім без поважної причини. У разі неодноразової відсутності з неповажних причин такі студенти втрачають право отримати оцінку вище 80 балів. Студенту, який не зміг вчасно виконати завдання надається можливість працювати за індивідуальним графіком, розробленим викладачем.

Система додаткових балів

3 бали – брав активну участь у дискусіях під час практичних занять (мінімум 6 разів)

Наукова стаття з тематики дисципліни:

3 бали – в університетських виданнях.

4 бали – в інших виданнях України та поза її межами.

Участь у змаганнях:

3 бали – зайняте призове місце на всеукраїнських змаганнях.

4 бали – зайняте призове місце на міжнародних змаганнях.