

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра теорії та методики фізичної культури

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ Н. І. Василькова

05 вересня 2018 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З НАСТІЛЬНОГО
ТЕНІСУ**

СТУПІНЬ БАКАЛАВРА

Напрямок підготовки 01 Освіта/Педагогіка

Код та найменування спеціальності 014 Середня освіта

Предметна спеціалізація 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Освітні програми Середня освіта: Фізична культура, спортивно-масова робота та
туризм,

Середня освіта: Фізична культура та Захист Вітчизни

Факультет фізичної культури та спорту

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять з настільного тенісу» для студентів: галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура) освітніх програм Середня освіта: Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм та Середня освіта: Фізична культура та Захист Вітчизни. Мова викладання – українська.

Розробники: Кулаков Юрій Євгенович, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доцент;

Богатир В'ячеслав Георгійович, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури;

Вертелецький Олег Іванович, викладач кафедри теорії та методики фізичної культури.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.

Протокол від «27» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри _____ (Литвиненко О. М.)

«27» серпня 2018 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітньо-кваліфікаційний рівень (ступінь)	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Варіативна	
	Спеціальність 014 Середня освіта		
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	014.11 Середня освіта (Фізична культура).	<i>Рік підготовки:</i>	
Загальна кількість годин – 120		3	
		<i>Семестр</i>	
		5	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2/3 самостійної роботи студента –4/6	Ступінь бакалавра	<i>Лекції</i>	
		10	
		<i>Практичні, семінарські</i>	
		30	
		<i>Лабораторні</i>	
		-	
		<i>Самостійна робота</i>	
		80	
Вид контролю:			
залік			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання –120 год.: 40 год. – аудиторні заняття, 80 год. – самостійна робота (33% /67 %).

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітньо-кваліфікаційний рівень (ступінь)	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>заочна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Варіативна	
	Спеціальність 014 Середня освіта		
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	014.11 Середня освіта (Фізична культура).	Рік підготовки:	
		3	
Загальна кількість годин – 120		Семестр	
		5	
		Лекції	
		2	
		Практичні, семінарські	
		10	
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
		108	
Тижневих годин для заочної форми навчання: аудиторних – 1	Ступінь бакалавра	Вид контролю:	
		залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання –120 год.: 12 год. – аудиторні заняття, 108 год. – самостійна робота (9% /91 %).

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

2.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять з настільного тенісу» є формування у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивної гри настільний теніс. Володіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в школі.

2.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Методика проведення секційних занять з настільного тенісу» є :

- надання майбутнім спеціалістам знань, вмінь і навичок зі спостереження, аналізу і проведення настільного тенісу в учбовій і позакласній роботі з фізичного виховання у школі;
- навчити студентів використовувати гру в реалізації освітньої і виховної мети;
- формування у студентів потреби до зміцнення здоров'я і фізичного вдосконалення;
- фізичне та спортивне вдосконалення студентів;
- набуття необхідних знань, навичок та вмінь з основ теорії, методики організації і проведення настільного тенісу;
- вивчення правил змагань та методики суддівства з настільного тенісу.

знати:

- історію, сучасне становище та перспективи розвитку настільного тенісу;
- техніку безпеки під час проведення занять та змагань з настільного тенісу;
- методику навчання технічним елементам настільного тенісу;
- методику навчання тактичним діям в настільному тенісі;
- системи змагань у настільному тенісі;
- особливості розвитку фізичних якостей у настільному тенісі;

вміти:

- технічно вірно виконувати вправи настільного тенісу в тренувальних та змагальних умовах, показуючи при цьому результати, що відповідають кваліфікаційним вимогам;
- складати конспекти, готувати місце для проведення занять, необхідний інвентар і встаткування;
- проводити будь-якої частини уроку і заняття в цілому, згідно з програмою;
- організовувати та проводити змагання з настільного тенісу у загальноосвітньому навчальному закладі.

володіти:

- методикою організації й проведення спортивної гри настільний теніс.

2.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

Загальнопредметні:

ЗК 2. Здатність працювати в команді та автономно.

ЗК 4. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

ЗК 6. Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

ЗК 11. Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

Фахові:

ФК 1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з педагогіки, фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури.

ФК 2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ФК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної

інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

ФК 5. Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методики і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ФК 7. Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

ФК 10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ФК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

ФК 13. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Програмні результати навчання:

ПРН 2. Демонструє знання й уміння застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, педагогіки, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.

ПРН 5. Демонструє знання правил профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

ПРН 6. Демонструє знання законів і принципів розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРН 13. Пояснює принципи, засоби та методи фізичного виховання населення; інтерпретує теорію навчання рухових дій; описує методики розвитку рухових якостей; визначає форми організації занять у фізичному вихованні.

ПРН 14. Демонструє знання теоретичних засад використання рухової активності людини під час дозвілля для збереження здоров'я, зокрема, спортивного туризму й орієнтування на місцевості; проводить оцінку рухової активності; складає план кондиційного тренування; розробляє та організовує фізкультурно-оздоровчі заходи для різних груп населення.

ПРН 17. Демонструє ефективну співпрацю учнів і вихованців, ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях); несе відповідальність за результати своєї професійної діяльності; дотримується етичних норм ділового спілкування та поведінки.

ПРН 22. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями освітніх закладів загальної середньої, середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ПРН 23. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей на уроках фізичної культури.

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1.

Тема 1. Історія розвитку гри настільний теніс.

Тема 2. Фізична підготовка у настільному тенісі.

Кредит 2.

Тема 3. Технічна підготовка у настільному тенісі.

Кредит 3.

Тема 4. Тактика гри у настільному тенісі.

Кредит 4.

Тема 5. Організація і проведення змагань з настільного тенісу.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин											
	денна						заочна					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	сам		л	п	лаб	інд	сам
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
I семестр.												
Кредит 1.												
Тема 1 Історія розвитку гри настільний теніс.	10	2				8	10					10
Тема 2. Фізична підготовка у настільному тенісі.	20	2				18	20					20
Кредит 2.												
Тема 3. Технічна підготовка у настільному тенісі.	30	2	20			8	30	2	8			20
Кредит 3.												
Тема 4. Тактика гри у настільному тенісі.	30	2	4			24	30		2			28
Кредит 4.												
Тема 5. Організація і проведення змагань з настільного тенісу.	18	2	6			22						30
Усього годин за семестр:	120	10	30			80	120	2	10			108

5. Темі лекційних занять

№ з/п	Назва теми	кількість годин	
		денна	заочна
1	Історія розвитку гри настільний теніс. Історія розвитку гри настільний теніс у світі. Етапи розвитку настільного тенісу. Історія розвитку гри настільний теніс в Україні. Розвиток сучасного настільного тенісу.	2	1
2	Фізична підготовка у настільному тенісі. Загальна фізична підготовка у настільному тенісі. Розвиток фізичних якостей у настільному тенісі. Спеціальна фізична підготовка у настільному тенісі.	2	
3	Технічна підготовка у настільному тенісі. Техніка безпеки під час занять настільним тенісом. Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням у настільному тенісі. Аналіз техніки та методика навчання основним видам ударів. Аналіз техніки та методика навчання основним видам подач.	2	1

4	Тактика гри у настільному тенісі. Аналіз та методика навчання тактичним діям при одиночній грі. Аналіз та методика навчання комбінації тактичних дій.	2	
5	Тема 5. Організація і проведення змагань з настільного тенісу. Правила змагань з настільного тенісу.	2	
	Разом	10	2

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	кількість годин	
		денна	заочна
1.	Технічна підготовка у настільному тенісі. Техніка безпеки під час занять настільним тенісом. Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням у настільному тенісі. Аналіз техніки та методика навчання основним видам ударів: а) поштовховий удар; б) зрізка зліва; в) зрізка справа; г) накат зліва; д) накат справа. Аналіз техніки та методика навчання основним видам подач: а) подача без обертання м'яча зліва; б) подача без обертання м'яча справа; в) подача з нижнім обертанням м'яча зліва; г) подача з нижнім обертанням м'яча справа; д) подача „маятником”зліва; є)подача „маятником”справа; ж)подача „віялом”.	20 2 12 6	8
2.	Тактика гри у настільному тенісі. Аналіз та методика навчання тактичним діям при одиночній грі: а)з ближньої зони; б) із середньої зони. Аналіз та методика навчання комбінації тактичних дій: а) на своїй подачі; б) на прийомі подачі суперника.	4	2
3.	Організація і проведення змагань з настільного тенісу. Суддівство змагань з настільного тенісу.	6	
	Разом:	30	10

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	кількість годин	
		денна	заочна
1.	Історія розвитку гри настільний теніс. Історія розвитку гри настільний теніс у світі. Етапи розвитку настільного тенісу. Історія розвитку гри настільний теніс в Україні. Розвиток сучасного настільного тенісу.	8	10
2.	Фізична підготовка у настільному тенісі. Загальна фізична підготовка у настільному тенісі. Розвиток фізичних якостей у настільному тенісі. Спеціальна фізична підготовка у настільному тенісі.	18	20
3.	Технічна підготовка у настільному тенісі. Техніка безпеки під час занять настільним тенісом. Аналіз техніки та методика навчання стійкам	8	20

	та переміщенням у настільному тенісі. Аналіз техніки та методика навчання основним видам ударів: а) поштовховий удар; б) зрізка зліва; в) зрізка справа; г) накат зліва; д) накат справа. Аналіз техніки та методика навчання основним видам подач: а) подача без обертання м'яча зліва; б) подача без обертання м'яча справа; в) подача з нижнім обертанням м'яча зліва; г) подача з нижнім обертанням м'яча справа; д) подача „маятником” зліва; е) подача „маятником” справа; ж) подача „віялом”.		
4.	Тактика гри у настільному тенісі. Аналіз та методика навчання тактичним діям при одиночній грі: а) з ближньої зони; б) із середньої зони. Аналіз та методика навчання комбінації тактичних дій: а) на своїй подачі; б) на прийомі подачі суперника.	24	28
5.	Організація і проведення змагань з настільного тенісу. Правила змагань з настільного тенісу. Види змагань. Положення про змагання. Системи розіграшу. Виявлення переможців змагань. Суддівство змагань з настільного тенісу.	22	30
Разом:		80	108

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Не передбачено.

10. Методи навчання

1. Словесні методи.
2. Наглядні методи.
3. Методи вправ.
4. Ігрові методи.
5. Змагальний метод.

11. Методи контролю

При перевірці знань студентів використовуються наступні види контролю: поточний (на кожному практичному занятті), рубіжний (після кожного кредиту) та підсумковий (залік).

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів (блоків):

I семестр.

№ кредиту	№ теми	№ практичного заняття	Аудиторна робота на заняттях		Самостійна робота в зошитах	Реферування або презентація	Тестування	Контрольна робота	Контрольні нормативи
			Усна відповідь	Виконання вправ під час заняття					
Кредит 1.	1					15	20		
	2				25	15			25
100					25	30	20		25
Кредит 2.	3	1	2	5	10				
		2	2	5					
		3	2	5					

		4	2	5					
		5	2	5					
		6	2	5					
		7	2	5					
		8	2	5					
		9	2	5					
		10	2	5					20
100			20	50	10				20
Кредит 3.	4	11	2	5	10	15			20
		12	3	5	10			30	
100			5	10	20	15		30	20
Кредит 4.	5	13	1	10					
		14	2	10					
		15	2	10	15			30	20
100			5	30	15			30	20
400			25	95	70	45	20	60	85
Аудиторна робота – 120 балів					Самостійна робота – 280 балів				

За семестр студент може отримати максимально **400 балів**.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

13. Методичне забезпечення

1. Навчально-методичний посібник, рекомендації (за наявності)
2. Навчально-методичний комплекс.

14. Рекомендована література

Базова

1. Амелин А. Н. Современный настольный теннис. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 111 с.
2. Амелин А. Н., Пашинин В.А. Настольный теннис / Издание 2-е доп. - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 112 с.
3. Байгулов Ю. П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. - М.: Физкультура и спорт, 1979. - 160 с.
4. Барчукова Г. В. Настольный теннис. - М.: Физкультура и спорт, 1989.

- 175 с.

5. Барчукова Г. В. Учись играть в настольный теннис. - М.: Советский спорт, 1989. - 48 с.
6. Богушас М. Играем в настольный теннис: Кн. для учащихся. - М.: Просвещение, 1987. - 128 с.
7. Настільний теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. / Федерація настільного тенісу України. Укл.: Гришко Л. Г. - К., 2000. - 86 с.
8. Настольный теннис: Перевод с кит. / Под ред. Сюй Яньшэна. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 320 с.
9. Настольный теннис: Учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР / Сост. С. Д. Шпрах. - М.: Советский спорт, 1990. - 47 с.
10. Синегубов П. М. Настольный теннис. Программа для спортивных секций коллективов физической культуры и спортивных клубов. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 39 с.

Додаткова література

- 1.Афанасьев В.В,Щербаченко В.К.”Історія настільного тенісу”
2. Воронин Е.В.Влияние скоростных психомоторных показателей на выбор тактики игры в настольном теннисе.Теория и практика физической культуры.-1983.-№10.
- 3.Захаров Г.С.Настольный теннис:теоретические основы.-Ярославль,1990.
- 4.Матыцин О.В.Развитие настольного тенниса в Китае:факторы успеха,Настольный теннис – информационно-методическая газета.-1991.- №3.

Internet – ресурси

1. Сайт любителей настільного тенісу в м.Луцьку. www.tennis.in.ua
2. Федерація настільного тенісу України. www.uttf.com.ua/
3. Методичні вказівки по проведенню учбових занять з настільного тенісу.
<http://ttenis.info/publikacii/istorija-tennisa/18-articles/81-metodichni-vkazivki-po-provedennju-uchbovih-zanjat-z-nastilnogo-tenisu-v-vischih-navchalnih-zakladah-dlja-studentiv-pershogo-roku-navchannja>