

Робоча навчальна програма з дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор» (волейбол, теніс, настільний теніс, бадмінтон) для студентів II курсу за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація Фітнес і рекреація

IV семестр денна форма

Розробники:

Ковцун Василь Іванович, доцент, канд. фіз. вих., завідувач кафедри спортивних та рекреаційних ігор,

Каратник Іван Васильович, канд. фіз. вих., доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор,

Мельник Валерій Олександрович, доцент, канд. фіз. вих., доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор.

Лібович Надія Петрівна, ст. викладач кафедри спортивних та рекреаційних ігор

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивних та рекреаційних ігор

Протокол від “___” серпня 201___ року № ___

Завідувач кафедри спортивних та рекреаційних ігор

(підпис)

(Ковцун В.І.)

(прізвище та ініціали)

© _____, 20__ рік

© _____, 20__ рік

1. Опис навчальної дисципліни

| | | | |
|--|--|--------------------------------------|--|
| Найменування показників | Галузь знань, напрям підготовки, ступень | Характеристика навчальної дисципліни | |
| | | денна форма навчання | |
| Кількість кредитів – 3 | Галузь знань 01 Освіта | Нормативна (за вибором) | |
| | Спеціальність 017 Фізична культура і спорт | | |
| Модулів – 2 | Спеціалізація Фітнес і рекреація | Рік підготовки: | |
| Змістових модулів – 4 | | 2-й | |
| | | Семестр | |
| Загальна кількість годин – 94 | | 4-й | |
| Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 2 | Ступень: Бакалавр | Лекції | |
| | | 16 год. | |
| | | Практичні, семінарські | |
| | | 44 год. | |
| | | Лабораторні | |
| | | - | |
| | | Самостійна робота | |
| 34 год. | | | |
| Індивідуальні завдання: | | | |
| - | | | |
| Вид контролю: екзамен | | | |

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить: 60:34

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор» (волейбол, теніс, настільного теніс, бадмінтон) – є забезпечення теоретичної, методичної та практичної підготовки студентів до майбутньої професійної діяльності. Сформувати у студентів знання про історію, теорії і методику викладання волейболу, тенісу, настільного тенісу, бадмінтону, оволодіти технічними прийомами і тактичними діями гри в волейбол, теніс, настільний теніс, бадмінтон, навичками суддівства, організації і проведення змагань з волейболу, тенісу, настільного тенісу, бадмінтону, прийомами і тактичними діями волейболу, настільного тенісу, тенісу, бадмінтону.

Набути необхідні знання, вміння і навички для самостійної педагогічної і організаційної роботи в різних ланках фізкультурно-спортивної діяльності. Проведення позакласної роботи (спортивні секції, змагання) і позашкільної роботи (тренувальні заняття в дитячо-юнацьких спортивних школах, спеціалізованих

дитячо-юнацьких школах олімпійського резерву, школах вищої спортивної майстерності), у клубах, а також за місцем проживання.

Дисципліна входить у систему професійно-орієнтованих предметів підготовки фахівців зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт спеціалізації Фітнес і рекреація і розкриває теоретико-методичні закономірності рухової активності у волейболі, тенісі, настільному тенісі, бадмінтоні.

Матеріал програми спрямований на вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань. Тому вивчення курсу базується на теоретико-методичних підходах, які висвітлюються студентам під час вивчення ними природничо-наукових і загально-професійних дисциплін: загальних знаннях теорії і методики фізичного виховання, анатомії людини, фізіології спорту, психології, педагогіки, а також інших видів спортивних ігор.

Основні завдання дисципліни:

-дати студентам знання змісту навчального матеріалу та його планування відповідно до програм ЗОШ і ДЮСШ;

-сформувані знання про історію розвитку волейболу, тенісу, настільного тенісу, бадмінтону;

-сформувані у студентів навички професійно-педагогічної майстерності.

-сформувані вміння підбирати засоби навчання (підготовчі, підвідні, спеціальні вправи, естафети, рухливі ігри) та методи для вирішення поставлених завдань;

- сформувані необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних способів і тактичних дій у спортивних іграх;

- сформувані вміння методично грамотно навчати технічним способам і тактичним діям у спортивних іграх;

- сформувані знання про правила гри у спортивних іграх та вміння судити гру;

- сформувані знання та практичні вміння, необхідні для організації та проведення змагань із спортивних ігор.

В результаті вивчення дисципліни **студенти повинні знати:**

1. Теоретичні і методичні основи системи фізичного виховання.
2. Анатомо-фізіологічні особливості розвитку організму дітей і вплив різних вправ на розвиток організму.
3. Техніку і тактику гри, методи навчання.
4. Правила змагань, методику організації і проведення змагань різного рівня.
5. Методику проведення занять з командами різних розрядів.
6. Методику запису ігор, обробки і аналізу зібраного матеріалу.
7. Методичні прийоми навчання груповим і командним діям.
8. Основи планування навчально-тренувальних занять і змагань.
9. Методи лікарського контролю в процесі навчально-тренувальних занять і змагань.
10. Систему управління фізкультурним рухом в країні.

Студенти повинні уміти:

1. Проводити виховну роботу з учнями.
2. Організовувати і проводити змагання різного рівня.

3. Працювати з літературними джерелами.
4. Проводити з групою, класами підготовчу частину уроку, урок в цілому, підбирати вправи і складати комплекси по фізичній підготовці. Проводити аналіз, розбір уроку.
5. Оволодіти навиками суддівства.
6. Навчити технічним прийомам, підбирати вправи для виправлення помилок в техніці.
7. Провести заняття з командами різних розрядів.
8. Уміти визначати і виправляти помилки у гравців.
9. Записувати ігри, аналізувати матеріал.
10. Провести навчально-тренувальні заняття з навчання і вдосконалення прийомів тактики гри.
11. Складати плани роботи, методичну, навчально-спортивну і кошторисно-фінансову документацію.
12. Організувати будівництво і експлуатацію спортивних споруд.
13. Успішно трудитися за фахом.
14. Вести НДР, володіти прийомами проведення тестування, оформити і представити випускні роботи до захисту.

Студенти повинні володіти навиками:

1. Показу (демонстрації) і пояснення техніки гри, її окремих елементів і спеціальних вправ;
2. Навчання різних категорій людей руховим діям і розвитку фізичних якостей в процесі занять спортивними іграми;
3. Візуального контролю за технікою виконання ігрових вправ;
4. Спілкування, виховної роботи, технікою мови (професійною мовою) в процесі занять спортивними іграми;
5. Раціонального застосування навчального і лабораторного устаткування, аудіовізуальних засобів, комп'ютерної техніки, тренажерних пристроїв і спеціальної апаратури в процесі занять спортивними іграми;
6. Формування здорового стилю життя на основі потреби у фізичній активності і регулярному застосуванні ігрових вправ з метою оздоровлення і фізичного вдосконалення різного контингенту населення;
7. Суддівства змагань зі спортивних ігор (волейбол, теніс, настільний теніс, бадмінтон).

Програму укладено відповідно до вимог кредитно-модульної системи організації навчання у вищій школі. Запроваджено, відповідно до Болонської декларації, систему академічних та залікових кредитів, визначено змістовні модулі курсу, сформовано завдання для самостійної роботи, розроблено шкалу оцінювання навчальної діяльності студентів, передбачено тестовий контроль знань студентів.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 4.

Змістовний модуль 1. Теорія і методика волейболу

Тема 1. Історія виникнення та розвиток волейболу. Правила гри та методика суддівства. Організація і методика проведення змагань

Тема 2. Основи техніки і тактики гри у волейбол і методика навчання

Модуль 5.

Змістовний модуль 2. Теорія і методика настільного тенісу

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в настільний теніс. Правила гри і методика суддівства.

Тема 1. Основи техніки і тактики гри в настільний теніс. Методика їх навчання.

Змістовний модуль 3. Теорія і методика тенісу

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в теніс. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в теніс. Методика їх навчання.

Змістовний модуль 4. Теорія і методика бадмінтону

Тема 1. Історія виникнення і розвиток гри в бадмінтон. Правила гри і методика суддівства.

Тема 2. Основи техніки і тактики гри в бадмінтон. Методика їх навчання.

4. Структура навчальної дисципліни

Модуль 4

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|---|-----------------|--------------|-----------|----------|----------|-----------|
| | усього | у тому числі | | | | |
| | | лекції | пр | мет | Інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Змістовний модуль 1. Теорія і методика волейболу | | | | | | |
| Тема 1. Історія виникнення і розвиток волейболу. Правила гри. | 14 | 2 | 4 | - | - | 8 |
| Тема 2. Основи техніки і тактики гри в волейбол. | 31 | 2 | 16 | 2 | - | 11 |
| Разом за модулем | 31 | 4 | 20 | 2 | - | 19 |
| Всього годин | 45 | 4 | 20 | 2 | - | 19 |

Модуль 5

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|--------------|----|-----|-----|------|
| | усього | у тому числі | | | | |
| | | лекції | пр | мет | Інд | с.р. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Змістовний модуль 2. Теорія і методика тенісу | | | | | | |
| Тема 1.1. Історія виникнення і розвиток гри в теніс. Правила гри і методика суддівства. | | 2 | - | - | - | 2 |
| Тема 1.2. Основи техніки і тактики гри в теніс. Методика їх навчання. | | 2 | 6 | - | - | 3 |
| Змістовний модуль 2. Теорія і методика тенісу | | | | | | |
| Тема 2.1. Історія виникнення і розвиток | | 2 | - | - | - | 2 |

| | | | | | | |
|--|--|----|----|---|---|----|
| гри в настільний теніс. Правила гри і методика суддівства. | | | | | | |
| Тема 2.2. Основи техніки і тактики гри в настільний теніс. Методика їх навчання. | | 2 | 6 | - | - | 3 |
| Змістовний модуль 3. Теорія і методика бадмінтону | | | | | | |
| Тема 3.1. Історія виникнення і розвиток гри в бадмінтон. Правила гри і методика суддівства. | | 2 | - | - | - | 2 |
| Тема 3.2. Основи техніки і тактики гри в бадмінтон. Методика їх навчання. | | 2 | 6 | 2 | - | 3 |
| Тестування (письмове опитування) | | - | - | 2 | - | - |
| Захист самостійної роботи | | - | - | 2 | - | - |
| Разом за модулем | | 12 | 18 | 4 | - | 15 |

5. Теми практичних занять Модуль 4

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|
| 1 | Методика навчання прийомів техніки гри в нападі у волейболі. Пояснити правила гри. Споруди та обладнання: ігрове поле, сітка та стійки, м'ячі. Учасники: команди, керівники команди. Методика навчання стійок і переміщень. Методика навчання техніки передачі м'яча двома руками зверху на місці і в русі. Навчальна гра. Ознайомитись з техніко-тактичними можливостями студентів. | 2 |
| 2 | Методика навчання прийомів техніки гри у волейболі. Пояснити правила гри. Ігровий формат: набір очка, виграш партії та матчу; структура гри; заміна гравців. Сприяти розвитку швидкості. Навчальна практика. Алгоритм навчання передачі м'яча двома руками зверху на місці і в русі. Вдосконалення техніки передачі м'яча двома руками зверху на місці і в русі. Методика навчання техніки нижньої і верхньої прямої подачі. Навчальна гра. Комплектація команди: 3-3. | 2 |
| 3 | Методика навчання прийомів техніки гри у волейболі. Пояснити правила гри. Судді, їх обов'язки і офіційні сигнали: суддівська бригада та процедури, перший суддя, другий суддя, секретар, лінійні судді. Офіційні сигнали. Сприяти розвитку стрибучості. Навчальна практика. Алгоритм навчання нижньої і верхньої прямої подачі. Вдосконалення техніки нижньої і верхньої прямої подачі. Методика навчання техніки прийому м'яча двома руками знизу. Навчальна гра. Навчити командним тактичним діям при простій системі нападу (розвідний гравець розташований в 3 зоні). Комплектація команди: 4-2. Система захисту «кутом вперед». | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| 4 | <p>Методика навчання прийомів техніки гри в нападі у волейболі. Пояснити правила гри. Ігрові дії: стан гри, гра з м'ячем, м'яч біля сітки, гравець біля сітки. Сприяти розвитку стрибкової витривалості. Навчальна практика. Алгоритм навчання прийому м'яча двома руками знизу. Вдосконалення техніки прийому м'яча двома руками знизу. Методика навчання техніки прямого нападаючого удару. Навчальна гра. Система нападу з передачі гравця передньої лінії. Комплектація команди:4-2, розвідний гравець знаходиться в 3 зоні. Навчити розташуванню гравців при подачі противника. Система захисту «кутом вперед».</p> | 2 |
| 5 | <p>Методика навчання прийомів техніки гри у волейболі. Пояснити правила гри. Перерви та затримки: звичайні перерви у грі, затримки гри, виключні перерви у грі, перерви та заміна майданчиків. Сприяти розвитку координації рухів. Навчальна практика. Алгоритм навчання техніки прямого нападаючого удару. Методика навчання техніки нападаючого удару з переводом руки і поворотом тулуба. Методика навчання техніки одиночного блокування. Навчальна гра. Навчити командним тактичним діям при міжнародній системі нападу (розвідний гравець знаходиться в 2 зоні).</p> | 2 |
| 6 | <p>Методика навчання прийомів техніки гри у волейболі. Пояснити правила гри. Поведінка учасників: вимоги до поведінки, неправильна поведінка та санкції за неї. Сприяти розвитку спритності. Навчальна практика. Алгоритм навчання одиночного блокування. Методика навчання техніки групового блокування. Методика навчання техніки передачі м'яча двома руками назад за голову. Навчальна гра. Система нападу з першої передачі. Комплектація команди: 4-2. Система захисту «кутом вперед».</p> | 2 |
| 7 | <p>Методика навчання тактичним діям в нападі у волейболі. Навчальна практика. Алгоритм навчання передачі м'яча двома руками зверху за голову. Навчити груповим тактичним діям в нападі: комбінація «Хвиля», «Ешелон». Практичне тестування. Прийом контрольних нормативів з техніки передачі м'яча двома руками зверху. Навчальна гра. Система нападу з передачі гравця задньої лінії, що виходить до сітки (при власній подачі). Комплектація команди: 5-1. Розвідний гравець виконує передачу для нападаючого удару між 2 і 3 зонами. Система захисту: «кутом назад» (2-1-3).</p> | 2 |
| 8 | <p>Методика навчання тактичним діям в захисті у волейболі. Навчити груповим тактичним діям в захисті: взаємодія блокуючих між собою; взаємодія гравців, що блокують з гравцями, які страхують. Практичне тестування. Прийом контрольних нормативів з техніки нижньої і верхньої прямої</p> | 2 |

| | | |
|----|--|---|
| | подач. Навчальна гра. Навчити командним тактичним діям при системі нападу з другої передачі гравця задньої лінії, який виходить до сітки (при подачі противника). Комплектація команди: 5-1. Навчити командним тактичним діям в захисті „кутом назад” або (2-1-3) - система трьох захисників. | |
| 9 | Методика навчання тактичним діям в нападі у волейболі. Провести теоретичне тестування знань студентів. Навчити груповим тактичним діям в нападі: комбінація «Хрест», «Зворотний хрест». Практичне тестування. Прийом контрольних нормативів з техніки передачі м'яча двома руками знизу. Навчальна гра. Навчити командним тактичним діям в нападі при системі нападу з першої передачі розвідного гравця. Комплектація команди: 4-2 (звичайна система нападу), розвідний гравець знаходиться в 3 зоні. Система захисту «кутом назад». | 2 |
| 10 | Методика навчання тактичним діям в захисті у волейболі. Методика навчання груповим тактичним діям в захисті: взаємодія захисників між собою; взаємодія захисників з гравцями, що блокують; взаємодія захисників і гравців, що страхують з гравцями, що блокують. | 2 |
| 11 | Організація і проведення змагань з волейболу. Суддівство змагань з волейболу. Змагання з волейболу в групах, між групами. | 2 |

Модуль 5

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|--|-----------------|
| 1 | Методика навчання основним прийомам техніки та тактики гри в теніс. Методика навчання стійки, хватки ракетки, переміщень. Методика навчання удару справа, удару зліва, подачі, плоского удару. Жонглювання. Тактика подач. Рухлива гра «Естафета з м'ячем та ракеткою». | 2 |
| 2 | Методика навчання основним прийомам техніки та тактики гри в теніс. Методика навчання прийомів техніки гри – різаний удар, удар зльоту, удар з напівльоту. Тактика одиночної гри. Гра на задній лінії. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 3 | Методика навчання основним прийомам техніки та тактики гри в теніс. Методика навчання прийомів техніки гри – кручений удар, удар смеш, удар з льоту. Тактика парної гри. Гра біля сітки. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 4 | Методика навчання основним прийомам техніки та тактики гри в настільний теніс. Методика навчання стійки, | 2 |

| | | |
|----|---|---|
| | хватки ракетки, переміщень. Методика навчання подачі, поштовхового удару. Жонглювання. Тактика подач. Гра на столі «Карусель». | |
| 5 | Методика навчання основним прийомом техніки та тактики гри в настільний теніс. Методика навчання захисних прийомів техніки гри – підрізка, підставка, свічка. Тактика одиночної гри. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 6 | Методика навчання основним прийомом техніки та тактики гри в настільний теніс. Методика навчання атакуючих прийомів техніки гри – накат, удар, контрудар, топ-спін. Тактика парної гри. Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 7 | Методика навчання основним прийомом техніки та тактики гри в бадмінтон. Методика навчання стійки, хватки ракетки, переміщень. Методика навчання подачі. Жонглювання. Тактика подач. Естафети з елементами бадмінтону. | 2 |
| 8 | Методика навчання основним прийомом техніки та тактики гри в бадмінтон. Методика навчання прийомів техніки гри – удар-підставка, удар високо-далекий, плоский удар. Тактика одиночної гри. Гра «Вертушка». Навчальна практика. Навчальна гра. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 9 | Методика навчання основним прийомом техніки та тактики гри в бадмінтон. Методика навчання прийомів техніки гри – удар-укорот, удар-смиш, комбінації ударів. Тактика парної гри. Гра на рахунок. Навчальна практика. Здача практичного нормативу. | 2 |
| 10 | Тестування (письмове опитування). | 2 |
| 11 | Здача та захист самостійної роботи. | 2 |

6. Самостійна робота

Модуль 4

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|
| 1 | Тема 1. Історія гри в волейбол. Описати сучасний стан розвитку волейболу на Львівщині, в Україні і світі за матеріалами засобів масової інформації (за завданням викладача). | 2 |
| 2 | Тема 2. Методика навчання прийомів техніки гри в нападі. Дати аналіз основних помилок, що зустрічаються при вивченні техніки гри в нападі і підібрати засоби їх усунення. Скласти комплекси підготовчих, імітаційних, підвідних та спеціальних вправ для навчання техніки передачі м'яча двома | 2 |

| | | |
|---|--|----|
| | руками зверху, подачі м'яча і нападаючого удару. Схематично відобразити класифікацію техніки гри в нападі. | |
| 3 | Тема 3. Методика навчання прийомів техніки гри в захисті. Дати аналіз основних помилок, що зустрічаються при навчанні техніки гри в захисті і підібрати засоби їх усунення. Скласти комплекси підготовчих, імітаційних, підвідних та спеціальних вправ для навчання техніки прийому м'яча двома руками знизу, індивідуального і групового блокування, самострахування і страхування м'яча. Схематично відобразити класифікацію техніки гри в захисті. | 3 |
| 4 | Тема 4. Методика навчання тактичним діям гри в нападі. Скласти алгоритм навчання групових тактичних взаємодій (зі спеціальної літератури вибрати 4 тактичних комбінації при взаємодії 3-х гравців і описати). Схематично відобразити класифікацію тактики гри в нападі. | 3 |
| 5 | Тема 5. Методика навчання тактичним діям гри в захисті. Скласти алгоритм навчання групових тактичних взаємодій (зі спеціальної літератури виписати взаємодії блокуючих гравців між собою, захисників з блокуючим, захисників між собою). Схематично відобразити класифікацію тактики гри в захисті. | 3 |
| 6 | Тема 6. Правила гри і методика суддівства. Знати правила гри класичного волейболу, і різновидів волейболу, основні відмінності їх правил, основні параметри майданчика, жести і обов'язки суддів. | 3 |
| 7 | Тема 7. Організація змагань і методика їх проведення. Знати документацію і вміти вести протокол змагань. Розробити положення і скласти календар для проведення змагань за коловою системою і системою з вибуттям для учнів загальноосвітніх шкіл. | 3 |
| | Разом | 19 |

Модуль 5

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|-------|---|-----------------|
| 1 | <p style="text-align: center;">Тема 1. Правила гри і методика суддівства в тенісі, настільному тенісі, бадмінтоні.</p> <p style="text-align: center;">План</p> <p>1. Ігровий майданчик та ігрове обладнання. Основні правила гри в настільному тенісі. Правило “прискореної гри”. Список використаної літератури.</p> <p>2. Ігровий майданчик та ігрове обладнання. Основні правила гри в тенісі. Правило “тай-брейк”. Список використаної літератури.</p> <p>3. Ігровий майданчик та ігрове обладнання. Основні правила гри</p> | 10 |

| | | |
|------|--|----|
| | в бадмінтоні. Список використаної літератури. | |
| 2.1. | <p align="center">Тема 2.1. Методика навчання прийомам техніки гри в теніс</p> <p align="center">План</p> <p>Зміст. Скласти алгоритм вправ для навчання технічного прийому в тенісі:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подача. Методика її навчання та вдосконалення; - захисного прийому техніки гри, за вибором – різаний удар, удар з напівльоту. Методика його навчання та вдосконалення; - атакуючого прийому техніки гри, за вибором – кручений удар, удар смеш, удар з льоту. Методика його навчання та вдосконалення. <p>Список використаної літератури.</p> | 5 |
| 2.2 | <p align="center">Тема 2.2. Методика навчання основним прийомам техніки гри в настільному тенісі</p> <p align="center">План</p> <p>Зміст. Скласти алгоритм вправ для навчання технічного прийому в настільному тенісі:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подача, за вибором (пряма, маятник, віяло, човник, тощо). Методика її навчання та вдосконалення; - прийом техніки гри (без обертів м'яча), за вибором: поштовховий удар, відкидка, підставка. Методика його навчання та вдосконалення; - захисний прийом техніки гри (з нижнім обертом м'яча), за вибором: зрізка, підрізка, запил, різана свічка). Методика його навчання та вдосконалення; - атакуючий прийом техніки гри (з верхнім обертом м'яча), за вибором: накат, топ-спін, топс-удар, кручена свічка). Методика його навчання та вдосконалення. <p>Список використаної літератури.</p> | 5 |
| 2.3 | <p align="center">Тема 2.3. Методика навчання прийомам техніки гри в бадмінтоні</p> <p align="center">План</p> <p>Зміст. Скласти алгоритм вправ для навчання технічного прийому в бадмінтоні:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подача, за вибором (відкритою або закритою стороною ракетки); - навчання прийомів техніки гри за вибором – удар-підставка, удар високо-далекий, плоский удар; - навчання прийомів техніки гри – удар-укорот, удар-відкидка, удар-смеш. <p>Список використаної літератури.</p> | 5 |
| | Разом | 15 |

7. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять.

- Оцінювання проведення навчальної практики
- Оцінювання здачі практичних нормативів
- Перевірка завдань для самостійної роботи
- Письмове тестування

Підсумковий контроль – екзамен (IV семестр)

8. Залікові вимоги

Модуль 4.

1. Характеристика волейболу як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання.
2. Історія волейболу.
3. Волейбол – Олімпійський вид спорту.
4. Розвиток волейболу в Європі.
5. Розвиток волейболу на Україні: історія, проблеми та перспективи.
6. Критерії технічної майстерності: стабільність, ефективність, різноманітність.
7. Вплив рівня розвитку нападу та захисту, фізичної підготовленості, змін правил гри на вдосконалення техніки.
8. Сучасна класифікація техніки гри в волейбол.
9. Форма організації виконання вправ при навчанні та вдосконалення техніки.
10. Методика розробки конспекту тренувального заняття з завданням навчання та вдосконалення технічних прийомів.
11. Основні методи та засоби навчання технічним прийомам волейболу.
12. Структура та етапи вивчення технічних прийомів волейболу.
13. Види змагань та їх характеристика.
14. Способи проведення змагань та розробки календаря.
15. Положення про змагання. Оцінка та облік результатів змагань.
16. Сучасні правила гри.
17. Методика суддівства.
18. Характеристика техніки нижньої прямої подачі м'яча. Методика навчання та вдосконалення.
19. Характеристика техніки передачі м'яча двома руками зверху. Методика навчання та вдосконалення.
20. Характеристика техніки передачі м'яча двома руками знизу. Методика навчання та вдосконалення.
21. Характеристика техніки прямого нападаючого удару. Методика навчання та вдосконалення.
22. Характеристика техніки блокування. Методика навчання та вдосконалення.
23. Характеристика індивідуальних технічних дій в нападі.
24. Характеристика індивідуальних технічних дій в захисті.
25. Характеристика індивідуальних тактичних дій в нападі.
26. Характеристика індивідуальних тактичних дій в захисті.
27. Характеристика групових технічних дій в нападі.

28. Характеристика групових технічних дій в захисті.
29. Характеристика групових тактичних дій в нападі.
30. Характеристика групових тактичних дій в захисті.
31. Характеристика командних технічних дій в нападі.
32. Характеристика командних технічних дій в захисті.
33. Характеристика командних тактичних дій в нападі.
34. Характеристика командних тактичних дій в захисті.
35. Послідовність вивчення прийомів техніки гри.
36. Методика вивчення індивідуальних, групових і командних дій в нападі та захисті.

Модуль 5.

1. Характеристика тенісу як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання.
2. Етапи розвитку тенісу.
3. Теніс – олімпійський вид спорту.
4. Сучасний розвиток тенісу в Європі, світі.
5. Розвиток тенісу в Україні (історія, проблеми, перспективи).
6. Теніс на Львівщині.
7. Класифікація прийомів техніки гри в теніс.
8. Аналіз основних прийомів техніки гри в теніс.
9. Методика навчання подач.
10. Методика навчання прийому подач.
11. Тактика гри в теніс.
12. Методика навчання тактичним діям в тенісі.
13. Правила гри, методика суддівства.
14. Організація та проведення змагань з тенісу.
15. Характеристика настільного тенісу як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання.
16. Етапи розвитку настільного тенісу.
17. Настільний теніс – олімпійський вид спорту.
18. Сучасний розвиток настільного тенісу в Європі, світі.
19. Розвиток настільного тенісу в Україні (історія, проблеми, перспективи).
20. Настільний теніс на Львівщині.
21. Класифікація прийомів техніки гри в настільний теніс.
22. Аналіз основних прийомів техніки гри в настільний теніс.
23. Методика навчання подач.
24. Методика навчання прийому подач.
25. Тактика гри в настільний теніс.
26. Методика навчання тактичним діям в настільному тенісі.
27. Правила гри, методика суддівства.
28. Організація та проведення змагань з настільного тенісу.
29. Характеристика бадмінтону як виду спорту, його місце та значення в системі фізичного виховання.
30. Етапи розвитку бадмінтону.
31. Бадмінтон – олімпійський вид спорту.

32. Сучасний розвиток бадмінтону в Європі, світі.
33. Розвиток бадмінтону в Україні (історія, проблеми, перспективи).
34. Бадмінтон на Львівщині.
35. Класифікація прийомів техніки гри в бадмінтон.
36. Аналіз основних прийомів техніки гри в бадмінтон.
37. Методика навчання подач.
38. Методика навчання прийому подач.
39. Тактика гри в бадмінтон.
40. Методика навчання тактичним діям в бадмінтоні.
41. Правила гри, методика суддівства.
42. Організація та проведення змагань з бадмінтону.

9. Розподіл балів, які отримують студенти Модуль 4.

| Вид роботи | Бали | Сума |
|---|------|------------|
| Проведення навчальної практики (підготовча частина) | 0-10 | 10 |
| Проведення навчальної практики (основна частина) | 0-10 | 10 |
| Написання самостійних робіт | 0-20 | 20 |
| Тестування (практичних нормативів) | 0-30 | 30 |
| Тестування (письмовий опит) | 0-30 | 30 |
| Всього | | 100 |

Модуль 5.

| Вид роботи | Бали | Сума |
|------------------------------------|------|------------|
| Проведення методики навчання (СТГ) | 0-30 | 30 |
| Тестування (письмове опитування) | 0-30 | 30 |
| Написання самостійних робіт | 0-25 | 25 |
| Тестування (практичних нормативів) | 0-15 | 15 |
| | | |
| Всього | | 100 |

Шкала оцінювання: національна та ECTS

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою | |
|--|-------------|--|----------------------------|
| | | для екзамену, курсового проекту (роботи), практики | для заліку |
| 90 – 100 | A | відмінно | Зараховано |
| 82-89 | B | добре | |
| 75-81 | C | | |
| 68-74 | D | | |
| 61-67 | E | задовільно | не зараховано з можливістю |
| 35-60 | FX | незадовільно з можливістю повторного | |

| | | | |
|------|----------|--|---|
| | | складання | повторного складання |
| 0-34 | F | незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни | не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни |

10. Методичне забезпечення

1. Наглядний матеріал з рисунками майданчика, зон.
2. Таблиці із класифікацією елементів техніки та тактики гри нападу та захисту.
3. Навчальні відеофільми.
4. Методичний матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу, тенісу, настільного тенісу, бадмінтону.

11. Рекомендована література

Модуль 4.

Основна

1. Волейбол : учеб. для вузов / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. – 4-е изд. – Москва : Дивизион, 2009. - 360 с.
2. Демчишин А. П. Волейбол – гра для всіх / А. П. Демчишин. – Київ : Здоров'я, 1986. – 104 с.
3. Підготовка юних волейболістів / А.П. Демчишин, Р.С. Мозола, Ю.М. Панишко. – Київ : Радянська школа, 1982.-191 с.
4. Демчишин А.П. Підготовка волейболістів / Демчишин А.П., Пилипчук Б.С. – Київ : Здоров'я, 1979. - 104 с.
5. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр : учеб. для вузов физ. культуры / Ю.Д. Железняк. – Москва : Академия, 2014. - 412 с.
6. Железняк Ю.Д. Волейбол : учеб. для ин-тов физ. культуры / Ю. Д. Железняк А.В. Ивойлов. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 382 с.
7. Ковцун В. І. Волейбол: основи гри, методика навчання й тренування : метод. поради для оволодіння навичками, вміннями гри волейбол при проходженні курсу теорії та методики викладання волейболу студентам 2^{го} року навчання / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.
8. Ковцун В. І. Волейбол : основи техніки і тактики гри в волейбол : метод. матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. – Львів : Фернеза, 2002. – 33 с.
9. Ковцун В. І. Волейбол як важливий засіб виховання гармонійної особистості / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів II Міжрегіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2002. – С. 37–40.
10. Ковцун В. І. Виникнення і розвиток волейболу в Галичині / В. І. Ковцун, Ю. М. Панишко // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних ігор : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2007. – С. 40– 41.
11. Костюков В. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор: курс лекцій / Костюков В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. – Вінниця : ВДПУ, 2004. – 117 с.

12. Костюков В. В. Пляжный волейбол : учеб. пособие / В. В. Костюков. – Москва : Советский спорт, 2005. – 156 с.
13. Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика) : пособие. – 5-е изд., перераб. и доп. / В.В. Костюков. – Краснодар, 2007. – 266 с., ил.
14. Кунянский В.А. Волейбол: профессиональная подготовка судей : метод. пособие по подготовке судей по волейболу / В.А. Кунянский. – Москва : Дивизион, 2007. – 176 с.
15. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Музика Ф. В., Гриньків М. Я., Куцериб Т. М. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
16. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учеб. для студ. высш. пед. учеб. завед. / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. – 6-е изд. стер. – Москва : Академия, 2010. – 520 с.
17. Effect of physical development parameters and conditioning abilities on the level of motor coordination in female volleyball players in the phase of specialized basic training / Roman Boichuk, Sergii Iermakov, Vasyl Kovtsun, Viktoria Pasichnyk, Valeryi Melnyk, Mykola Lazarenko, Mariya Troyanovska, Vitalii Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18, suppl. is. 4. – P. 1950–1957.
18. Офіційні волейбольні правила 2017–2020, затверджені 35-м конгресом ФІВБ 2016. – Київ, 2016. – 83 с.

Допоміжна

1. Железняк Ю. Д. 120 Уроков по волейболу / Ю. Д. Железняк. – Москва : Физкультура и спорт, 1965. – 192 с.
2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе/ Ю. Д. Железняк. – Москва, 1978. – 224 с.
3. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. – Москва : Физкультура и спорт. – 1979. – 48 с.
4. Клещев Ю. Н. Юный волейболист / Ю. Н. Клещев, А.Г. Фурманов. – Москва : Физкультура и спорт. – 1979. – 231с.
5. Роль швидко-силових здібностей у формуванні технічної підготовки волейболістів 10–14 років / Олександр Швай, Валерій Поляковський, Леонід Гнітецький, Євген Приступа // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – № 1. – С. 73–76.
6. Пименов М.П. Волейбол: специальные упражнения / М. П. Пименов. – Киев, 1993. – 188 с.
7. Приступа Є. Н. Теоретичні та методичні аспекти класифікації засобів народної фізичної культури / Є. Н. Приступа, В. І. Левків, Р. С. Мозола // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. ст. – Київ, 1997. – С. 115–131.
8. Подготовка волейболистов. / А. Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329с., ил.
9. Поташник А., Гезенцвей В. Судейство соревнований по волейболу / А. Поташник, В. Гезенцвей. – Москва : Физкультура и спорт, 1973.

10. Поташник А. Волейбол (судейство и организация соревнований) / А. Поташник. – Москва : Советская Россия, - 1973.

11. Фурманов М.П. Волейбол /М.П. Фурманов. – Киев : Радянська школа, 1993. – 196 с.

12. Хапко В. Е. Волейбол / В. Е. Хапко, В. И. Белоус. – Киев : Радянська школа, 1988. -112с.

13. Хапко В. Е. Совершенствование мастерства волейболистов / В.Е. Хапко, В.Н. Маслов. – Киев : Здоровье, 1990. - 124 с.

14. Музыка Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музыка, М. Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

Інформаційні ресурси інтернет:

1 Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

2 Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3 Волейбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 32 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/282>

4 Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>

5 Офіційний інтернет-сайт міжнародної федерації волейболу (FIVB) [Режим доступу] (<http://www.fivb.com>).

6 Офіційний інтернет-сайт європейської конференції волейболу (CEV) [Режим доступу] (<http://www.cev.ua>)

7 Офіційний сайт Федерації волейболу України [Режим доступу] www.fvu.in.ua/

8 <https://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/>

Модуль 5.

Основна

1. Амелин А. Н. Настольный теннис / А. Н. Амелин, В. А. Пашинин. – Изд. 2-е доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1985. – 112 с.

2. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ : Здоров'я, 1991. – 112 с.

3. Барчукова Г. Настольный теннис / Барчукова Г. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 174 с.

4. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса / Барчукова Г. В., Богушас В. М., Матыцин О. В. – Москва : Академия, 2006. – 528 с.

5. Ормаи Л. Современный настольный теннис / Ормаи Л. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 175 с.

6. Сюй Яньшэн. Настольный теннис / Сюй Яньшэн. – Москва : Физкультура и спорт, 1987. – 320 с.
7. Настільний теніс. Правила змагань. – Київ: ФНТУ, 2005. – 60 с.
8. Белиц-Гейман С. П. Теннис : учеб. для ин-тов физ. культуры / С. П. Белиц-Гейман. – Москва : Физкультура и спорт, 1977. - 224 с.
9. Белиц-Гейман С. П. Теннис для родителей и детей / С. П. Белиц-Гейман. – Москва : Педагогика, 1988. – 224 с.
10. Белиц-Гейман С. П. Теннис / Белиц-Гейман С. П. – Москва : Физкультура и спорт, 1989. – С. 75-87.
11. Корбут З. Е. Теннис : 10 уроков техники и тактики / Корбут З. Е. – Москва : МО, 1987. – 43 с.
12. Кондратьева Г. Теннис в спортивных школах / Г. Кондратьева, А. Шокин. – Москва : Физкультура и спорт, 1975. – 160 с.
13. Теніс. Правила гри в теніс. – Київ : ФТУ, 2000. – 76 с.
14. Кривоपालцев В. Я. Бадмінтон для всіх / Кривоपालцев В. Я. – Київ, 1985. – 64 с.
15. Лифшиц В. Я. Бадминтон / Лифшиц В. Я., Галицкий А. В. – 2-е изд., перераб., доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1984. – 176 с.
16. Марков О. Бадминтон / Марков О. – 3-е изд., перераб. и допол. – Москва : Физкультура и спорт, 1966. – 144 с.
17. Рыбаков Д. П. Основы спортивного бадминтона / Д. П. Рыбаков, М. И. Штильман. – 2-е изд., доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 176 с.
18. Смирнов Ю. Н. Бадминтон : учеб для ин-тов физ. культуры / Ю. Н. Смирнов. – Москва : Физкультура и спорт, 1990. – 159 с.
19. Смирнов Ю. Н. Бадминтон : учеб. для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., исправ. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 248 с.

Допоміжна:

1. Горлова Л. Теніс на олімпійських іграх 1996-2008 років / Горлова Лариса, Мудра Віра, Каратник Іван // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. / за заг. ред. Сіренко Р. Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 55-57.
2. Имас Е. В. Использование средств срочной информации в процессе совершенствования технического мастерства теннисистов / Е. В. Имас // Педагогические и социально-философские аспекты физической культуры и спорта : сб. науч.-метод. работ. – Киев, 1996. – Вып. 1. – С. 381–383.
3. Имас Е. В. Оптимизация технической подготовки юных теннисистов на этапе начальной спортивной специализации / Е. В. Имас // Фізична культура, спорт та здоров'я : зб. наук. пр. – Харків : ХДІФК, 1997. – С. 353–355.
4. Имас Е. В. Особенности технико-тактической подготовки теннисистов на этапе углубленной тренировки / Е. В. Имас // Фізична культура, спорт та здоров'я : зб. наук. пр. – Харків : ХДІФК, 1997. – С. 355–356.
5. Келлер В. С. [Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях \(ДСВКС\) единоборств и игр](#) / В. С. Келлер // Педагогика. Психология. Сборник. – Москва, 1980. – С. 116–117.

6. Митюк О. Р. Аналіз розвитку та проведення змагань з тенісу настільного в СК“ЛПРС” / Митюк О. Р., Каратник І. В. // Фізична культура та здоров'я різних груп населення : матеріали IV Міжнар. електрон. наук.-практ. конф. студ. та мол. вчених. – Одеса, 2013. – С. 71–72.

7. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.

8. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Г. Гук, А. Сова // Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 8–9 грудня 2016 р. – С. 18–20.

9. Окопний А. Організація та проведення змагань з настільного тенісу : метод. посіб. / А. Окопний, В. Мартиненко, І. Мудрий. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 60 с.

10. Лифшиц В. Я. Бадмінтон / Лифшиц В. Я., Галицкий А. В. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – 144 с.

11. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

12. Скрипко А. В. В игре стремительный волан / Скрипко А. В., Шульман В. С. – Минск : Полымя, 1990. – 144 с.

13. Подчос З. До питання виникнення та історичного розвитку бадмінтону / Подчос З., Каратник І., Пітин М. // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : материалы II Междунар. Электрон. науч. конф. / под ред. Ермакова С. С. – Харьков; Белгород; Красноярск, 2006. – С. 197 – 200.

14. Каратник І. В. Вплив нових правил в бадмінтоні на підготовку спортсменів / І. В. Каратник, В. В. Мудра // Сучасні проблеми розвитку теорії і методики спортивних ігор : матеріали VII Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2010. – С. 22–25.

15. Каратник І. Бадмінтон на Олімпійських іграх 1992-2012 років / Каратник Іван, Горлова Лариса, Тодорук Владислав, Мудра Віра // Проблеми формування здорового способу життя молоді : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. студ., магістр. та асп. / за заг. ред. Сіренко Р.Р. – Львів : Видавничий центр ЛНУ ім. І.Франка, 2015. – С. 232–238.

16. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна асоціація, 1993. – 269 с.

17. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Львів : Штабар, 1997. – 208 с.

18. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / Юлія Беляк, Ірина Грибовська, Федір Музика, Вікторія Іваночко, Любов Чеховська. – Львів : ЛДУФК, 2018. – 208 с.

Інформаційні ресурси інтернет

1. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

2. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
3. Настільний теніс : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 5 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2). Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/399>
4. Теніс : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 18 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/398>
5. Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. - (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>
6. Федерація настільного тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uttf.com.ua/>
7. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>
8. International Table Tennis Federation: Home [Electronic resource]. – Access mode: <https://www.ittf.com/>
9. Федерація тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ftu.org.ua/>
10. Федерація бадмінтону України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://fbubadminton.org.ua/>
11. Ukrainian badminton federation [Electronic resource]. – Access mode: <https://ubf.com.ua/>