

ІВАН КАРАТНИК

# ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНИХ ІГОР

(тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)

ДОВІДНИК



ІВАН КАРАТНИК

# ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНИХ ІГОР

(тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)

ДОВІДНИК

Львів  
ЛДУФК ім. Івана Боберського  
2023

УДК 796.34/386(035)

К 21

Рецензенти:

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

**В. І. Левків**

(Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського);

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
завідувач кафедри гімнастики

**О. Ю. Бубела**

(Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського)

*Рекомендувала до друку вчена рада  
Львівського державного університету фізичної культури  
імені Івана Боберського  
(протокол № 3 від 29 листопада 2022 року)*

**Каратник І.**

**К 21 Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу,  
бадмінтону) : довідник / Іван Каратник. – Львів : ЛДУФК ім. Івана  
Боберського, 2023. – 24 с.**

ISBN 978-617-8135-13-3

Довідник призначено для допомоги студентам в опрацюванні інформації з дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)». Містить інформацію щодо змісту та структури дисципліни, тематики лекцій і практичних занять та змісту і вимог щодо оформлення самостійної роботи. Студенти можуть ознайомитися з тематикою тестових контрольних робіт, системою бального оцінювання знань та екзаменаційними вимогами з дисципліни. Рекомендовано також для індивідуальної та самостійної роботи студентів.

УДК 796.34/386(035)

© Каратник І.В., 2023

© Львівський державний університет  
фізичної культури імені Івана Боберського, 2023

ISBN 978-617-8135-13-3

ВСТУП.....	4
<b>МОДУЛЬ ІЗ ДИСЦИПЛІНИ</b>	
«Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)».	
Змістові модулі.....	7
Теми та короткий зміст лекцій.....	8
Теми та короткий зміст практичних занять .....	9
Теми та короткий зміст самостійної роботи .....	11
Перелік питань для підготовки до підсумкового модульного тестування та підготовки до іспиту.....	15
Порядок оцінювання результатів навчання .....	16
Схема оцінювання за підсумками модуля.....	18
Список використаних джерел.....	19

## ВСТУП

«Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)» – це дисципліна, яка забезпечує теоретичну, методичну та практичну підготовку студентів до майбутньої професійної діяльності. Основна мета **курсу** – подати студентам знання про історію, теорію та методику викладання тенісу настільного, тенісу, бадмінтону; надати можливість оволодіти технічними прийомами і тактичними діями гри в теніс настільний, теніс, бадмінтон; навичками суддівства; навчити організовувати і проводити змагання із тенісу настільного, тенісу, бадмінтону.

**Основні завдання курсу** «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)»:

- дати студентам знання з навчального матеріалу та його планування відповідно до програм ЗОШ і ДЮСШ;
- сформувані знання про історію розвитку тенісу настільного, тенісу, бадмінтону;
- сформувані у студентів навички професійно-педагогічної майстерності;
- сформувані вміння добирати засоби навчання (підготовчі, підвідні, спеціальні вправи, естафети, рухливі ігри) та методи для виконання поставлених завдань;
- сформувані необхідні знання та практичні вміння у виконанні технічних способів і тактичних дій у спортивних іграх;
- сформувані вміння методично грамотно навчати технічних способів і тактичних дій у спортивних іграх;
- сформувані знання про правила гри у спортивних іграх та вміння судити гру;
- сформувані знання та практичні вміння, потрібні для організації та проведення змагань зі спортивних ігор.

Після закінчення курсу «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)» студенти повинні знати:

- сучасний стан техніки й тактики спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону), методи навчання техніки;
- сучасні правила змагань, методику організації і проведення змагань зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону);
- методичні прийоми навчання індивідуальних, групових і командних дій у спортивних іграх;
- основи планування уроків, навчально-тренувальних занять і змагань зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону).

Після вивчення дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)» студенти повинні вміти:

- планувати, організовувати і проводити уроки фізичної культури, гуртки та позакласні заходи фізичного виховання, використовуючи спортивні ігри (теніс настільний, теніс, бадмінтон);
- оволодіти навичками суддівства зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону);
- навчати технічних прийомів, добирати вправи для виправлення помилок у техніці спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону);
- вести науково-дослідну роботу, володіти прийомами проведення тестування у спортивних іграх (тенісі настільному, тенісі, бадмінтоні).

Після завершення вивчення дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)» студенти повинні володіти такими навичками та вміннями:

1. Показу (демонстрації) і пояснення техніки гри, її окремих елементів і спеціальних вправ.

2. Навчання різних категорій людей рухових дій і розвитку фізичних якостей у процесі занять спортивними іграми.
3. Візуального контролю за технікою виконання ігрових вправ.
4. Спілкування, виховної роботи, володіння термінологією у процесі занять спортивними іграми.
5. Раціонального застосування навчального й лабораторного устаткування, аудіовізуальних засобів, комп'ютерної техніки, тренажерних пристроїв і спеціальної апаратури в процесі занять спортивними іграми (тенісом настільним, тенісом, бадмінтоном).
6. Формування здорового стилю життя на основі потреби у фізичній активності й регулярному застосуванні ігрових вправ для оздоровлення й фізичного вдосконалення різного контингенту населення.
7. Суддівства змагань зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону).

Вивчення дисципліни «Теорія і методика спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)» завершується складанням модуля, а найважливіші його питання входять до екзаменаційних вимог навчального курсу «Теорія і методика спортивних ігор».

# МОДУЛЬ ІЗ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНИХ ІГОР  
(ТЕНІСУ НАСТІЛЬНОГО, ТЕНІСУ, БАДМІНТОНУ)»

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.**

**Теорія і методика тенісу настільного.**

- Тема 1.** Історія розвитку тенісу настільного. Інвентар.  
Основні правила гри.
- Тема 2.** Техніка й тактика гри в теніс настільний.  
Методика їх навчання.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.**

**Теорія і методика тенісу.**

- Тема 1.** Історія розвитку тенісу. Інвентар.  
Основні правила гри в теніс.
- Тема 2.** Техніка й тактика гри в теніс.  
Методика їх навчання.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3.**

**Теорія і методика бадмінтону.**

- Тема 1.** Історія розвитку бадмінтону. Інвентар.  
Основні правила гри.
- Тема 2.** Техніка й тактика гри в бадмінтон.  
Методика їх навчання.



## ТЕМИ ТА КОРОТКИЙ ЗМІСТ ЛЕКЦІЙ

### **1. Історія розвитку тенісу настільного. Інвентар.**

#### **Основні правила гри.**

Зародження тенісу настільного. Еволюція тенісу настільного. Розвиток тенісу настільного в Україні, регіоні. Інвентар для гри в теніс настільний. Основні правила гри. Організація та проведення змагань із тенісу настільного.

### **2. Техніка й тактика гри в теніс настільний.**

#### **Методика їх навчання.**

Класифікація прийомів техніки гри в теніс настільний. Аналіз основних прийомів техніки гри, методика їх навчання. Класифікація тактики гри в теніс настільний. Методика навчання основних тактичних дій.

### **3. Історія розвитку тенісу. Інвентар.**

#### **Основні правила гри в теніс.**

Зародження та розвиток тенісу. Теніс в Україні. Теніс на Олімпійських іграх. Турніри Великого шолому. Розміри корту. Інвентар для гри в теніс. Основні правила гри.

### **4. Техніка й тактика гри в теніс.**

#### **Методика їх навчання.**

Аналіз основних прийомів техніки гри в теніс, методика їх навчання. Тактика гри в теніс. Методика навчання тактики гри в теніс.

### **5. Історія розвитку бадмінтону. Інвентар.**

#### **Основні правила гри.**

Зародження та розвиток бадмінтону у світі. Бадмінтон в Україні. Розміри корту. Інвентар для гри в бадмінтон. Основні правила гри. Судді на корті.

### **6. Техніка й тактика гри в бадмінтон.**

#### **Методика їх навчання.**

Класифікації технічних прийомів у бадмінтоні. Методика їх навчання. Класифікація тактичних дій у бадмінтоні. Методика їх навчання.

## ТЕМИ ТА КОРОТКИЙ ЗМІСТ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

**1. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс настільний.** Методика виконання та навчання стійок, хватів ракетки, переміщень. Жонглювання. Методика виконання та навчання подач, поштовхового удару, ударів із нижнім обертанням м'яча (зрізок), ударів із верхнім обертанням м'яча (накатів). Гра на столі «Карусель». Одиночні ігри. Навчальна практика. Тактика подач. Тактика одиночної гри.

**2. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс настільний.** Повторення технічних прийомів – подач, ударів із верхнім обертанням м'яча (накатів), ударів із нижнім обертанням м'яча (зрізок). Методика виконання та навчання прийомів техніки гри – ударів із верхнім обертанням м'яча (підрізок), ударів із нижнім обертанням м'яча (топспінів). Ознайомлення та виконання практичного нормативу з тенісу настільного. Парні ігри. Навчальна практика. Тактика парної гри. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента).

**3. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс настільний.** Повторення технічних прийомів – подач, ударів із верхнім обертанням м'яча (накатів, топспінів), ударів із нижнім обертанням м'яча (зрізок, підрізок) тощо. Одиночні та парні ігри на рахунок. Навчальна практика. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента). Складання практичного нормативу.

**4. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс.** Методика виконання та навчання стійок, хватів ракетки, переміщень. Жонглювання. Методика виконання та навчання прямого удару праворуч після відскоку, прямого удару ліворуч після відскоку, подачі. Рухлива гра «Естафета з м'ячем та ракеткою». Елементи одиночних ігор у тенісі. Навчальна практика. Тактика подач. Тактика одиночної гри.

**5. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс.** Повторення технічних прийомів – ударів праворуч та ліворуч після відскоку, подачі. Методика виконання та навчання прийомів техніки гри – зрізаний удар, кручений удар, **удару з льоту**. Ознайомлення та виконання практичного нормативу з тенісу. Елементи парних ігор у тенісі. Навчальна практика. Тактика парної гри. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента).

**6. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в теніс.** Повторення технічних прийомів – ударів праворуч, ударів ліворуч, кручених ударів, різаних ударів, подач. Елементи одиночних та парних ігор. Навчальна практика. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента). Складання практичного нормативу.

**7. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в бадмінтон.** Методика виконання та навчання стійок, хватів ракетки, переміщень. Жонгливання воланом. Методика виконання та навчання подач, удару підставки, плоского удару, високо-далекого удару, удару смешу, удару свічки. Естафети та ігри з елементами бадмінтону. Елементи одиночної гри. Тактика подач. Тактика одиночної гри.

**8. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в бадмінтон.** Повторення технічних прийомів – подач, удару підставки, плоского, високо-далекого, смешу, свічки. Методика виконання та навчання прийомів техніки гри: укороченого удару, відкидки, атаки на сітці, захисту із середньої зони корту (відкидки з центру корту), комбінації ударів. Ознайомлення та виконання практичного нормативу з бадмінтону. Елементи парних ігор у бадмінтоні. Навчальна практика. Тактика парної гри. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента).

**9. Методика навчання основних прийомів техніки та тактики гри в бадмінтон.** Повторення технічних прийомів – подач, удару підставки, плоского, високо-далекого, смешу, свічки, укороченого, відкидки, комбінації ударів. Елементи одиночних та парних ігор. Навчальна практика. Оцінювання методики навчання технічного прийому (за вибором викладача / студента). Складання практичного нормативу.

**10. Тестування (письмове опитування).** Контрольну роботу проводять у формі тестування на практичному занятті аудиторно або на сайті дистанційного навчання. Тестові завдання охоплюють весь теоретичний і практичний матеріал змістових модулів із тенісу настільного, тенісу, бадмінтону та потребують старанної підготовки.

**11. Здавання реферату та усний захист самостійної роботи** «Основні правила та інвентар у тенісі настільному, тенісі, бадмінтоні».

**Форма контролю:** самостійна робота – реферат. Перевірка змісту реферату та його захист.

## ТЕМИ ТА КОРОТКИЙ ЗМІСТ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

**ТЕМА 1. Основні правила гри та інвентар у тенісі настільному, тенісі, бадмінтоні**

Самостійну роботу № 1 виконують у формі реферату, у якому висвітлюють три основні питання, та захищають під час занять згідно з розкладом.

1. Основні правила гри в теніс настільний (правила гри та значення основних термінів: зустріч, партія, одиночні та парні зустрічі, правило прискореної гри, правила подачі тощо). Інвентар для гри в теніс настільний (стіл, комплект сітки, ракетка, м'яч, накладка, одяг та ін.).
2. Основні правила гри в теніс (правила гри та значення основних термінів: матч, сет, гейм, тайбрейк, ейс тощо). Інвентар для гри в теніс (корт, сітка, ракетка, м'яч, одяг та ін.).

3. Основні правила гри в бадмінтоні (правила гри та значення основних термінів, таких як матч, гейм, спірний, правила подачі тощо). Інвентар для гри в бадмінтон (корт, сітка, ракетка, волан, одяг та ін.).

Список використаних джерел.

### **Вимоги до самостійної роботи у формі реферату (структура реферату) «Основні правила та інвентар у тенісі настільному, тенісі, бадмінтоні»**

#### **1. Титульний аркуш:**

- назва навчального закладу;
- кафедра;
- тема реферату;
- виконавець (ПІБ, група, факультет);
- місто, рік.

#### **2. Зміст (план):**

- вступ;
- основні розділи й підрозділи реферату з посиланнями на літературні джерела наведено у списку використаних джерел (у квадратних дужках, наприклад [4], де «4» – порядковий номер джерела);
- список використаних джерел.

### **ТЕМА 2. Методика навчання одного технічного прийому гри за вибором студента (або за призначенням викладача) зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)**

#### **Тема 2.1. Методика навчання прийому техніки гри в тенісі настільному**

*Зміст.* Скласти алгоритм вправ для навчання одного з технічних прийомів за вибором студента (або за призначенням викладача) у тенісі настільному:

- подача (пряма, з нижнім обертанням, з верхнім обертанням тощо). Методика її навчання та вдосконалення;

- прийом техніки гри без обертання м'яча або з мінімальним обертанням: поштовховий удар, відкидка, підставка. Методика його навчання та вдосконалення;
- захисний прийом техніки гри (з нижнім обертанням м'яча): зрізка, підрізка, запил, різана свічка. Методика його навчання та вдосконалення;
- атакувальний прийом техніки гри (з верхнім обертанням м'яча): накат, топспін, топс-удар, кручена свічка. Методика його навчання та вдосконалення.

Подати список використаних джерел.

### **Тема 2.2. Методика навчання прийому техніки гри в теніс**

*Зміст.* Скласти алгоритм вправ для навчання одного з технічних прийомів за вибором студента (або за призначенням викладача) у тенісі;

- подача (пряма, кручена, різана). Методика її навчання та вдосконалення;
- захисний прийом техніки гри: різаний удар, удар із напівльоту тощо. Методика його навчання та вдосконалення;
- атакувальний прийом техніки гри: кручений удар, удар смеш, удар із льоту тощо. Методика його навчання та вдосконалення.

Подати список використаних джерел.

### **Тема 2.3. Методика навчання прийому техніки гри в бадмінтоні**

*Зміст.* Скласти алгоритм вправ для навчання одного з технічних прийомів за вибором студента (або за призначенням викладача) у бадмінтоні:

- подачі (відкритим або закритим боком ракетки, короткої, плоскої, високої тощо). Методика її навчання та вдосконалення;

- удару підставки, плоского удару, високо-далекого удару, удару смесу, удару свічки, укороченого удару, удару відкидки тощо. Методика його навчання та вдосконалення.

Подати список використаних джерел.

**Вимоги до самостійної роботи (структура)  
«Методика навчання одного технічного прийому  
за вибором студента (або за призначенням викладача)  
зі спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу,  
бадмінтону)»**

**1. Титульний аркуш:**

- назва навчального закладу;
- кафедра, для якої виконують роботу;
- тема роботи (самостійна робота з назвою технічного прийому);
- виконавець (ПІБ, група, факультет);
- місто, рік.

**2. Зміст:**

- вступ (назва технічного прийому; його функції та важливість; характеристика технічного прийому);
- основні розділи й підрозділи реферату;
- методика виконання технічного прийому (фази технічного прийому, основна частина технічного прийому, виконання імітації удару, виконання основної частини удару, виконання та розуміння технічного прийому);
- методика навчання технічного прийому (послідовність навчання техніки прийому загалом та частинами, 2–5 вправ з імітації удару загалом та частинами, виконання 2–7 вправ від найпростіших до найскладніших, виконання технічного прийому цілісно в парах або безпосередньо в грі);
- список використаних джерел.

## ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ПІДСУМКОВОГО МОДУЛЬНОГО ТЕСТУВАННЯ ТА ПІДГОТОВКИ ДО ІСПИТУ

1. Характеристика тенісу настільного як виду спорту, його значення в системі фізичного виховання.
2. Зародження та розвиток тенісу настільного.
3. Теніс настільний – олімпійський вид спорту.
4. Розвиток тенісу настільного в Україні.
5. Теніс настільний на Львівщині.
6. Класифікація прийомів техніки гри в теніс настільний.
7. Методика навчання основних прийомів техніки гри в теніс настільний.
8. Тактика гри в теніс настільний.
9. Методика навчання тактичних дій у тенісі настільному.
10. Правила гри, методика суддівства в тенісі настільному.
11. Організація та проведення змагань із тенісу настільного.
12. Характеристика тенісу як виду спорту, його значення в системі фізичного виховання.
13. Зародження та розвиток тенісу.
14. Теніс – олімпійський вид спорту.
15. Розвиток тенісу в Україні.
16. Теніс на Львівщині.
17. Класифікація прийомів техніки гри в теніс.
18. Методика навчання основних прийомів техніки гри в теніс.
19. Тактика гри в теніс.
20. Методика навчання тактичних дій у тенісі.
21. Правила гри, методика суддівства в тенісі.
22. Організація та проведення змагань із тенісу.
23. Характеристика бадмінтону як виду спорту, його значення в системі фізичного виховання.
24. Зародження та розвиток бадмінтону.



25. Бадмінтон – олімпійський вид спорту.
26. Розвиток бадмінтону в Україні.
27. Бадмінтон на Львівщині.
28. Класифікація прийомів техніки гри в бадмінтон.
29. Методика навчання основних прийомів техніки гри в бадмінтон.
30. Тактика гри в бадмінтон.
31. Методика навчання тактичних дій у бадмінтоні.
32. Правила гри, методика суддівства в бадмінтоні.
33. Організація та проведення змагань із бадмінтону.

### ПОРЯДОК ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

№ з/п	Назва завдання	Характеристика	Кількість балів	Термін виконання
1	Навчальна практика	Провести навчання прийому техніки гри за вибором	0–30	2–9 заняття
2	Практичний норматив 1 (теніс настільний) (подачі в різні зони)	Виконати кількість точних подач у зони (16 подач, по 8 у ближню та дальню зони на столі). Показати техніку виконання подачі в тенісі настільному	0–5	2–3 заняття
3	Практичний норматив 2 (теніс) (виконання ударів у тенісі)	Виконати певну кількість ударів у тенісі (виконання ударів у парах або зі стінкою, від 0 до 20). Показати техніку виконання прямого удару в тенісі	0–5	5–6 заняття

4	Практичний норматив 3 (бадмінтон) (подачі через сітку в зону)	Виконати кількість точних подач через сітку в зони діагонально (16 подач, 8 праворуч та 8 ліворуч). Показати техніку виконання подачі в бадмінтоні	0–5	8–9 заняття
5	Письмове опитування (написання модульної контрольної роботи)	Виконання модульної контрольної у вигляді тесту з 60 питань (по 20 із видів спортивних ігор (тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)	0–30	10 заняття
6	Самостійна робота у формі реферату на тему «Основні правила та інвентар тенісу настільного, тенісу, бадмінтону» та захист його	Написати реферат та захистити його. У рефераті висвітлити 3 питання:  1. Основні правила та інвентар тенісу настільного.  2. Основні правила та інвентар тенісу.  3. Основні правила та інвентар бадмінтону	0–25	11 заняття

Бали нараховують за такі види робіт: складання практичних нормативів; захист самостійних робіт та підсумкове модульне тестування. Бали за виконані роботи нараховують лише за умови вчасного оформлення та подання на захист викладачеві.

**СХЕМА ОЦІНЮВАННЯ ЗА ПІДСУМКАМИ МОДУЛЯ  
«Теорія і методика спортивних ігор  
(тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)»**

Вид роботи	Бали	Сума
Підготовка та проведення методики навчання технічного прийому на занятті	0-30	30
Тестування (письмове опитування, складання модульної контрольної роботи у формі тестів)	0-30	30
Написання та захист самостійної роботи у формі реферату з правил та інвентарю	0-25	25
Тестування (складання практичних нормативів з тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)	0-15	15
Усього		100

**Шкала оцінювання: національна та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для іспиту, курсового проєкту (роботи), практики	для модуля, заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Борисова О. В. Формування системи тенісу в Україні: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Борисова Ольга Володимирівна; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ, 2000. – 19 с.
2. Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена: навч. посіб. / Булатова М. М., Платонов В. М. – Київ: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
3. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту / Герич Л., Сова А., Ковальчук С. // Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор: зб. наук. ст. – Львів, 2016. – С. 9–13.
4. Горлова Л. Теніс на олімпійських іграх 1996–2008 років / Горлова Л., Мудра В., Каратник І. // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді: матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів: Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2014. – С. 55–57.
5. Гречанюк О. Особливості техніки ігрових переміщень бадмінтоністів / Гречанюк О., Колоскова І. // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2002. – Вип. 6, т. 2. – С. 78–80.
6. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення) / Гук Г., Сова А. // Фізична культура, спорт та здоров'я: матеріали III Всеукр. студент. наук. інтернет-конф. – Харків, 2016. – С. 18–20.
7. Деревянко В. В. Збірник програм гуртків, факультативів, курсів за вибором із фізичної культури / Деревянко В. В., Коломоєць Г. А. – Київ: Літера ЛТД, 2019. – 480 с.
8. Дятленко С. М. Фізична культура в школі: метод. посіб. 5–11 класи / Дятленко С. М. – Київ: Літера ЛТД, 2011. – 368 с.
9. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

10. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
11. Ібрагімова М. В. Бадмінтон: навч. прогн. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / Ібрагімова М. В., Швачко В. М. – Київ: ФБУ, 2019. – 126 с.
12. Ільницька Г. С. Фізична культура. 10 клас. Рівень стандарту / Ільницька Г. С., Ільницька Л. В., Ільницька С. В. – Харків: Основа, 2018. – 112 с.
13. Індик П. М. Бадмінтон: навч.-метод. посіб. / П. М. Індик, А. Є. Сірик. – Суми: Сумський державний університет, 2017. – 111 с.
14. Камаєва О. К. Конспект лекцій з курсу «Бадмінтон» (для студентів денної форми навчання усіх спеціальностей Академії з дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична культура» і може бути рекомендована широкому колу осіб, які цікавляться питаннями гри в бадмінтон і питаннями фізичного самовдосконалення) / Камаєва О. К. – Харків: ХНАМГ, 2012. – 44 с.
15. Камаєва О. К. Теоретико-методичні основи підготовки бадмінтоніста в умовах вузу (для студентів денної форми навчання з дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична культура»): метод. реком. / Камаєва О. К. – Харків: ХНАМГ; 2011. – 68 с.
16. Каратник І. Бадмінтон на Олімпійських іграх 1992–2012 років / Каратник І., Горлова Л., Тодорук В., Мудра В. // Проблеми формування здорового способу життя молоді: матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. студ., магістрантів та асп.. – Львів: Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2015. – С. 232–238.
17. Каратник І. В. Вплив нових правил в бадмінтоні на підготовку спортсменів / Каратник І. В., Мудра В. В. // Сучасні проблеми розвитку теорії і методики спортивних ігор: матеріали VII Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2010. – С. 22–25.

18. Каратник І. В. Історія розвитку бадмінтону. Правила гри: Лекція з ТiМСi (бадмінтон) для студентів II курсу ФФВ, ФС, ЗЛiТ [Електронний ресурс] / Каратник І. В. – Львів: ЛДУФК, 2013. – 8 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/7457/1/lek.pdf>
19. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 269 с.
20. Кривопальцев В. Я. Бадмінтон для всіх / Кривопальцев В. Я. – Київ: Здоров'я, 1985. – 64 с.
21. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.
22. Марусін В. Ю. Настільний теніс для всіх / Марусін В. Ю. – Київ: Здоров'я, 1991. – 112 с.
23. Митюк О. Р. Аналіз розвитку та проведення змагань з тенісу настільного в СК «ЛІРС» / Митюк О. Р., Каратник І. В. // Фізична культура та здоров'я різних груп населення: матеріали IV Міжнар. електрон. наук.-практ. конф. студ. та молодих вчених. – Одеса, 2013. – С. 71–72.
24. Фізична культура: 5–9 класи : навч. прогр. для закл. заг. серед. освіти: наказ МОН України від 23.10.2017 № 1407.
25. Настільний теніс: бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту [Електронний ресурс] / уклад. І. Свістельник. – Львів, 2015. – 5 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/399>
26. Настільний теніс. Правила змагань. – Київ: ФНТУ, 2005. – 60 с.
27. Окопний А. Організація та проведення змагань з настільного тенісу: метод. посіб. / Окопний А., Мартиненко В., Мудрий І. – Львів: ЛДУФК, 2014. – 60 с.
28. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин. – Львів: ЛДУФК, 2015. – 372 с.
29. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Сергієнко Л. П. – Київ: Олімпійська література, 2001. – 440 с.

30. Теніс: бібліогр. покажч. автореф. дис. галузі фіз. культури та спорту [Електронний ресурс] / уклад. І. Свістельник. – Львів, 2015. – 18 с. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/398>
31. Теніс. Правила гри в теніс. – Київ: ФТУ, 2000. – 76 с.
32. Теорія і методика фізичного виховання: підручник: у 2 т. / за ред. Круцевич Т. Ю. – Київ: Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
33. Федерація настільного тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://uttfc.com.ua/>
34. Федерація тенісу України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ftu.org.ua/>
35. Фізична культура: 5–6 класи : модельна навч. прогр. для закл. заг. серед. освіти [Електронний ресурс] / автори: Педан О. С., Коломоєць Г. А., Боляк А. А., Ребриня А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та ін. – Київ, 2021. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya>
36. Фізична культура: 6–9 класи : навч. прогр. для закл. заг. серед. освіти: наказ МОН України від 03.08.2022 № 698.
37. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання: навч. посіб. для студ. фіз. виховання / Шиян Б. М., Папуша В. Г. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 183 с.
38. Шиян О. В. Бадмінтон у системі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку: метод. рек. для вчителів фіз. культури / Шиян О. В. – Дніпропетровськ, 2004. – 50 с.
39. Шиян О. В. Обґрунтування змісту уроків фізичної культури з елементами бадмінтону для дітей молодшого шкільного віку: дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 / Шиян Ольга Володимирівна; Дніпроп. держ. ін-т фіз. культури і спорту. Дніпропетровськ, 2004. – 201 с.
40. European table tennis union [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ettu.org>

41. International Table Tennis Federation: Home [Electronic resource].  
– Access mode: <https://www.ittf.com/>
42. The official website of the Badminton World Federation (BWF) [Electronic resource]. – Access mode: <http://bwfbadminton.com>
43. Ukrainian badminton federation [Electronic resource]. – Access mode: <https://ubf.com.ua/>



Навчальне видання

КАРАТНИК Іван Васильович

**ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА  
СПОРТИВНИХ ІГОР**  
(тенісу настільного, тенісу, бадмінтону)

Довідник

Випусковий редактор

**Оксана БОРИС**

Редактори

**Єлизавета ЛУПІНИС, Ольга ГРОМИК**

Коректор

**Наталія ВЕЛИЧКОВИЧ**

Комп'ютерне верстання і дизайн **Олександри ОРИНЧИН**

Підписано до друку 14.06.2023. Формат 60x84/16.

Папір офсет. Гарнітура Mulish. Друк цифровий.

Ум. друк. арк. 1,39. Обл. вид. арк. 1,36.

Наклад 100 прим. Зам. № 283.



Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського

Редакційно-видавничий відділ  
79007, м. Львів, вул. Костюшка, 11  
тел. +38 (032) 261-59-90  
<http://www.ldufk.edu.ua/>  
e-mail: [redaktor@ldufk.edu.ua](mailto:redaktor@ldufk.edu.ua)

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи  
до Державного реєстру видавців, виготівників  
та книгорозповсюджувачів видавничої продукції  
ДК № 6963 від 5.11.2019 р.

Друк ФОП Гуменецький М. В. 81630 Львівська обл.,  
Миколаївський р-н, с. Гонятичі, вул. Польова, 10.  
Свідоцтво фізичної особи підприємця: № 083613 від 18.08.2008 р.



Іван Каратник – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри спортивних та рекреаційних ігор Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського. Майстер спорту України з бадмінтону. Тренер і тьютор Всесвітньої федерації бадмінтону за програмою «Shuttle Time».