

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт физической культуры и спорта



Проф. Минзарипов Р.Г.

подписано электронно-цифровой подписью

### Программа дисциплины

Методика организации занятий по настольному теннису БЗ+.ДВ.4

Направление подготовки: 050100.62 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Образование в области физической культуры

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: на базе СПО

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Головина Е.А.

**Рецензент(ы):**

Мартьянов О.П.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Газизов Ф. Г.

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института физической культуры и спорта:

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No 81379914

Казань

2014

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, б/с Головина Е.А. кафедра гимнастики и циклических видов спорта Институт физической культуры и спорта , Elena.Golovina@kpfu.ru

### 1. Цели освоения дисциплины

Цель - формирование профессиональных навыков и умений, необходимых будущим учителям, тренерам, преподавателям для успешного решения основных задач физического воспитания различного рода образовательных учреждений.

### 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " БЗ+.ДВ.4 Профессиональный" основной образовательной программы 050100.62 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 3 курсе, 5 семестр.

Данная учебная дисциплина включена в раздел " БЗ.В.1 Профессиональный" и относится к вариативной части. Осваивается на 5 курсе (10 семестр).

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-1. (общекультурные компетенции)	владеет культурой мышления, способен к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения
ОК-5. (общекультурные компетенции)	готов к кооперации с коллегами, работе в коллективе
ОПК-1. (профессиональные компетенции)	осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности
ПК-2. (профессиональные компетенции)	способен использовать систематизированные теоретические и практические знания гуманитарных, социальных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач
СК-1.	умение использовать ценностный потенциал физической культуры для формирования основ здорового образа жизни, интереса и потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом
СК-5.	умеет использовать нормативные правовые документы в своей деятельности

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

Историю возникновения и развития настольного тенниса;

Значение и место настольного тенниса в системе физического воспитания;

Особенности формирования двигательных навыков и развития физических качеств, при занятиях настольным теннисом;

Методику занятий по настольному теннису с различными возрастными группами учащихся;

Методику проведения настольного тенниса на уроке и вне урока;

Организацию и методику проведения научно- методической и научно- исследовательской работы по настольному теннису;

Методику организации и проведения соревнований по настольному теннису;

Возрастные и физиологические особенности учащихся младших, средних и старших классов.

2. должен уметь:

Пользоваться методикой обучения навыками организации и проведения настольного тенниса с учетом возрастных особенностей и методикой развития физических качеств, при занятиях настольным теннисом;

Определять причины ошибок, возникших в ходе игры, уметь их прогнозировать и находить возможности их устранения;

Формулировать конкретные задачи, планировать и проводить основные виды занятий по настольному теннису с различными группами учащихся;

Организовать и проверить научно- исследовательскую и научно- методическую работу по настольному теннису;

Оказывать и проводить научно- исследовательскую и научно- методическую работу по настольному теннису;

3. должен владеть:

- техникой настольного тенниса;

- навыками проведения учебных занятий по дисциплине настольный теннис.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

- способен показать результат по настольному теннису;

- способен применять знания по профилактики травматизма на занятиях по настольному теннису.

#### 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 5 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

#### 4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

##### Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Общие основы теории настольного тенниса. Техника и тактика игры.	5		6	0	0	презентация

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
2.	Тема 2. Методика начального обучения способам хватки ракетки, технике стоек и передвижений.	5		0	4	0	презентация
3.	Тема 3. Обучение и методика преподавания подач.	5		0	4	0	домашнее задание
4.	Тема 4. Обучение и методика преподавания техники основных ударов (срезка, накат).	5		0	4	0	домашнее задание
5.	Тема 5. Обучение и методика преподавания ударов подставка, свеча.	5		0	4	0	домашнее задание
6.	Тема 6. Методика обучения тактическим действиям в одиночных играх.	5		0	4	0	домашнее задание
7.	Тема 7. Методика обучения тактическим действиям в парных играх.	5		0	6	0	
8.	Тема 8. Анализ характерных ошибок в защите. Судейство соревнований.	5		0	4	0	домашнее задание
	Тема . Итоговая форма контроля	5		0	0	0	зачет
	Итого			6	30	0	

#### 4.2 Содержание дисциплины

**Тема 1. Общие основы теории настольного тенниса. Техника и тактика игры.**

**лекционное занятие (6 часа(ов)):**

1. Теннис в Российской системе физвоспитания. 2. История развития тенниса. 3. Требования к месту занятий, костюму занимающегося, инвентарю. 4. Методы предупреждения травм. 5. Инвентарь, оборудование для игры в теннис. 6. Судейская коллегия (состав, обязанности). 7. Правила игры (подача, счет, ошибки). 8. Судейство (порядок проведения встречи, терминология, жестикауляция). 9. Способы проведения турниров по настольному теннису (жеребьевка, рассеивание сильнейших, составление расписания игр по турам, определение победителей). 10. Классификация ударов в теннисе. 11. Положение о соревнованиях. 12. Методика обучения хватке ракетки в теннисе. 13. Методика обучения подачам (разновидности, требования к ним, техника выполнения). 14. Методика обучения ударам сверху. 15. Методика обучения ударам снизу. 16. Методика обучения ударам сбоку. 17. Методика обучения атакующим и защитным ударам. 18. Методика обучения стойкам и перемещениям в теннисе. 19. Методика обучения ударам Удары по волану перед собой. 20. Методика обучения ударам (сверху, снизу, быстрым, медленным ударам у сетки). 21. Методика обучения передвижениям по площадке. 22. Этапы процесса обучения. 23. Методика обучения тактике в одиночных играх 24. Методика обучения тактике в парных играх 25. Организация и проведение соревнований по теннису

## **Тема 2. Методика начального обучения способам хватки ракетки, технике стоек и передвижений.**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Обучение хватке ракетки: а) европейская хватка; б) азиатская хватка. Обучение стойкам: а) основная стойка; б) правосторонняя стойка; в) левосторонняя стойка. Последовательное овладение элементами техники передвижений: а) приставным шагом; б) скрестным шагом; в) выпады вперед, в сторону. Обучение технике на месте в целом. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 3. Обучение и методика преподавания подач.**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Обучение подачам: а) подбрасывание мяча; б) прямой удар, маятник, веер, челнок, в) верхняя, нижняя, верхнебоковая. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 4. Обучение и методика преподавания техники основных ударов (срезка, накат).**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Обучение технике основных ударов: а) срезка, б) накат. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 5. Обучение и методика преподавания ударов подставка, свеча.**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Обучение технике ударов а) подставка, б) свеча. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 6. Методика обучения тактическим действиям в одиночных играх.**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Обучение тактическим действиям: а) в нападении; б) в защите. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 7. Методика обучения тактическим действиям в парных играх.**

### ***практическое занятие (6 часа(ов)):***

Обучение тактическим действиям: а) в нападении; б) в защите. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 8. Анализ характерных ошибок в защите. Судейство соревнований.**

### ***практическое занятие (4 часа(ов)):***

Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)**

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Общие основы теории настольного тенниса. Техника и тактика игры.	5		подготовка к презентации	3	презентация
2.	Тема 2. Методика начального обучения способам хватки ракетки, технике стоек и передвижений.	5		подготовка к презентации	6	презентация
3.	Тема 3. Обучение и методика преподавания подач.	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
4.	Тема 4. Обучение и методика преподавания техники основных ударов (срезка, накат).	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
5.	Тема 5. Обучение и методика преподавания ударов подставка, свеча.	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
6.	Тема 6. Методика обучения тактическим действиям в одиночных играх.	5		подготовка домашнего задания	6	домашнее задание
8.	Тема 8. Анализ характерных ошибок в защите. Судейство соревнований.	5		подготовка домашнего задания	3	домашнее задание
	Итого				36	

## 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Освоение дисциплины "Методика организации занятий по настольному теннису" предполагает использование как традиционных (лекции, практические занятия с использованием методических материалов), так и инновационных образовательных технологий с использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: выполнение ряда практических заданий с использованием профессиональных программных средств создания и ведения электронных баз данных; мультимедийных программ, включающих подготовку и выступления студентов на семинарских занятиях с фото-, аудио- и видеоматериалами по предложенной тематике

## 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

**Тема 1. Общие основы теории настольного тенниса. Техника и тактика игры.**  
презентация , примерные вопросы:

1. Теннис в Российской системе физвоспитания. 2. История развития тенниса. 3. Требования к месту занятий, костюму занимающегося, инвентарю. 4. Методы предупреждения травм. 5. Инвентарь, оборудование для игры в теннис. 6. Судейская коллегия (состав, обязанности). 7. Правила игры (подача, счет, ошибки). 8. Судейство (порядок проведения встречи, терминология, жестикация). 9. Способы проведения турниров по настольному теннису (жеребьевка, рассеивание сильнейших, составление расписания игр по турам, определение победителей). 10. Классификация ударов в теннисе. 11. Положение о соревнованиях. 12. Методика обучения хватке ракетки в теннисе. 13. Методика обучения подачам (разновидности, требования к ним, техника выполнения). 14. Методика обучения ударам сверху. 15. Методика обучения ударам снизу. 16. Методика обучения ударам сбоку. 17. Методика обучения атакующим и защитным ударам. 18. Методика обучения стойкам и перемещениям в теннисе. 19. Методика обучения ударам Удары по волану перед собой. 20. Методика обучения ударам (сверху, снизу, быстрым, медленным ударам у сетки). 21. Методика обучения передвижениям по площадке. 22. Этапы процесса обучения. 23. Методика обучения тактике в одиночных играх. 24. Методика обучения тактике в парных играх. 25. Организация и проведение соревнований по теннису

## **Тема 2. Методика начального обучения способам хватки ракетки, технике стоек и передвижений.**

презентация , примерные вопросы:

Методика обучения техники стоек и передвижений. Методика обучения способам хватки ракетки.

## **Тема 3. Обучение и методика преподавания подач.**

домашнее задание , примерные вопросы:

Обучение подачам: а) подбрасывание мяча; б) прямой удар, маятник, веер, челнок, в) верхняя, нижняя, верхнебоковая. Типичные ошибки при обучении методы их исправления.

## **Тема 4. Обучение и методика преподавания техники основных ударов (срезка, накат).**

домашнее задание , примерные вопросы:

Совершенствование техники основных ударов. Получить положительную оценку за технику выполнения подач, ударов.

## **Тема 5. Обучение и методика преподавания ударов подставка, свеча.**

домашнее задание , примерные вопросы:

Совершенствование техники основных ударов. Подачи по заданию преподавателя.

## **Тема 6. Методика обучения тактическим действиям в одиночных играх.**

домашнее задание , примерные вопросы:

Составить план-конспект подготовительной части занятия по настольному теннису. Провести на положительную оценку подготовительную часть занятия.

## **Тема 7. Методика обучения тактическим действиям в парных играх.**

## **Тема 8. Анализ характерных ошибок в защите. Судейство соревнований.**

домашнее задание , примерные вопросы:

Анализ игровой комбинации. Исправление ошибок. Судейство соревнований. Оценка за игровую комбинацию.

## **Тема . Итоговая форма контроля**

Примерные вопросы к зачету:

контрольные вопросы:

1. В какой стране в XIX в настольный теннис получил наибольшее распространение?
2. Кому принадлежит идея по поводу применения полого мяча для игры в настольный теннис?
3. Как возникло название игры "пинг-понг"?
4. В каком году проведен первый официальный турнир по настольному теннису?
5. В каком году была создана Международная федерация настольного тенниса?
6. В каком году настольный теннис стал Олимпийским видом спорта?



7. В каком году в нашей стране создана Федерация бадминтона?
8. Перечислите основные технические приемы ведения игры в настольный теннис.
9. Что относится к тактическим действиям игры в настольный теннис?
10. Назовите виды соревнований по настольному теннису.
11. Назовите размеры стола, сетки, мяча и ракетки для игры в настольный теннис.
12. В чем заключается сущность игры в настольный теннис?
13. Кто входит в судейскую коллегию?
14. Перечислите обязанности главного судьи.
15. Какая подача считается правильной?
16. Когда розыгрыш очка переигрывается?
17. В каких случаях применяется правило активизации игры?
18. Как осуществляется разминка перед игрой?
19. В каких случаях игрока удаляют с площадки?
20. В каких случаях игроку разрешается заменять ракетку?

### 7.1. Основная литература:

Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения, Железняк, Ю.Д.; Портнов, Ю.М.; Савин, В.П.; Лексаков, А.В.; Железняк, Ю.Д.; Портнов, Ю.М., 2006г.

Физическая культура и спорт : методология, теория, практика, Барчуков, Игорь Сергеевич; Нестеров, А.А.; Маликов, Н.Н., 2006г.

Теория и методика физического воспитания и спорта, Холодов, Жорж Константинович; Кузнецов, В.С., 2006г.

Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта, Холодов, Жорж Константинович; Кузнецов, В.С., 2006г.

Теория и методика обучения предмету "Физическая культура", Железняк, Юрий Дмитриевич; Минбулатов, Вагаб Минбулатович, 2008г.

Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко, А. Ю. Близневский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=443255>

Здоровье и физическая культура студента: Учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. - 336 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=180800>

### 7.2. Дополнительная литература:

Спортивные игры в программе по физической культуре в вузе, Васенков, Н. В.; Бариев, Марат Мансурович, 2009г.

Акмеология физической культуры и спорта, Хозяинов, Геннадий Иванович; Кузьмина, Н.В.; Варфоломеева, Л.Е., 2007г.

Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте, Железняк, Юрий Дмитриевич; Петров, Павел Карпович, 2008г.

Основы спортивной подготовки детей и подростков, Вахитов, Ильдар Хатыпович, 2007г.

Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2012. - 208 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=357794>

Вайнер, Э. Н. Краткий энциклопедический словарь : Адаптивная физическая культура [Электронный ресурс] / Э. Н. Вайнер, С. А. Кастюнин. - 2-е изд., стер. - М.: Флинта, 2012. - 144 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=495879>

Физическая культура студента и жизнь : учебник для студентов высших учебных заведений, изучающих дисциплину "Физическая культура", кроме направления и специальностей в области физической культуры и спорта / В. И. Ильинич. - Москва : Гардарики, 2008. - 366 с.

Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2008. - 478

Железняк, Ю.Д. Спортивные игры [Текст] : совершенствование спортив. мастерства: учеб. для студентов пед. вузов по спец. 033100 - Физ. культура / [Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.] ; под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - Москва : Академия, 2004. - 396, [1] с.

### **7.3. Интернет-ресурсы:**

Физическая культура и спорт - <http://www.sport-tennis.com/info2.php>

Физическая культура и спорт - [nsportal.ru??fizkultura-i?metodicheskiy-kompleks?](http://nsportal.ru/fizkultura-i/metodicheskiy-kompleks?)

Физическая культура и спорт - [fizkult-ura.ru?books/table-tennis/4](http://fizkult-ura.ru/books/table-tennis/4)

Физическая культура и спорт - <http://www.tennis.rbes.ru/>

Физическая культура и спорт - [do.gendocs.ru?docs/index-290528.html](http://do.gendocs.ru/docs/index-290528.html)

### **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)**

Освоение дисциплины "Методика организации занятий по настольному теннису" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Спортивный зал, столы для настольного тенниса, сетка, ракетки, шарик.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 050100.62 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Образование в области физической культуры .

Автор(ы):

Головина Е.А. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Мартьянов О.П. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.