

Силабус курсу
Літній табірний збір

Ступінь вищої освіти – бакалавр
Освітньо-професійна програма Фізична культура і спорт

Дні занять: понеділок-п'ятниця

Консультації:

Рік навчання: 1, Семестр:2

Кількість кредитів: 3 Мова викладання: українська

Керівник курсу

ПП к.н.ф.в.с., доц. Огнистий А.В.

Контактна інформація ognystyy@tnpu.edu.ua +380673506533

Опис дисципліни

Предметом вивчення навчальної дисципліни є теорія і методика навчання гри у бадмінтон, настільний теніс, городки, опанування основ оздоровчого бігу та ходьби, оволодіння засобами, які входять в арсенал названих видів рухової активності, а також професійними навичками і уміннями, які необхідні для педагогічної та організаційної роботи з дітьми та дорослими.

Структура курсу

Години (лек./сем.)	Тема	Результати навчання	Завдання
4 / 0	Бадмінтон, настільний теніс, городки, оздоровчий біг та ходьба, як засіб фізичного виховання.	Знання про бадмінтон, настільний теніс, городки, оздоровчий біг та ходьбу, як засіб фізичного виховання та оздоровлення людини.	Питання
4/ 0	Основи техніки гри у бадмінтон, настільний теніс, городки. Основні засади оздоровчої ходьби та бігу.	Знання про основи техніки гри у бадмінтон, настільний теніс, городки, основні засади оздоровчої ходьби та бігу.	Питання

4 / 0	Майданчик, інвентар, спортивна форма для занять бадмінтоном, настільним тенісом, городками, оздоровчим бігом та ходьбою.	Знання про майданчик, інвентар, спортивну форму для занять бадмінтоном, настільним тенісом, городками, оздоровчим бігом та ходьбою.	Питання
4 / 2	Правила змагань з бадмінтону, настільного тенісу, городків. Техніка безпеки та анатомо-фізіологічні особливості занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Знання правил та навички суддівства змагань з бадмінтону, настільного тенісу, городків. Знання техніки безпеки та анатомо-фізіологічні особливості занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Питання. Ігрові ситуації.
4 / 0	Організація та суддівство змагань з бадмінтону, настільного тенісу, городків. Контрольні показники занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Знання особливостей суддівства, жести суддів система розіграшу, фоли, визначення переможці та ін. Знання контрольних показників занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Тести. Змодельовані ситуації.
0 / 10	Способи тримання ракетки, волана, м'ячика, битки. Місце гравця (гравців на майданчику). Способи пересування по майданчику, вихідні положення для кидка битки. Підготовка до занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Вміння використовувати різні способи тримання ракетки, волана, м'ячика, битки. Вміння визначати місце гравця (гравців на майданчику). Вміння обирати раціональні способи пересування по майданчику, вихідні положення для кидка битки. Уміння здійснювати підготовку до занять оздоровчою ходьбою та бігом.	Ігрові ситуації.
0 / 10	Подачі (кидки) та техніка їх виконання. Прийом та способи організації контратак після подачі (бадмінтон, настільний теніс). Траєкторії польоту битки у городках. Тривалість заняття (серії занять) оздоровчою ходьбою та бігом).	Вміння використовувати різні подачі (кидки) та техніки їх виконання. Вміння використовувати різні прийом та способи організації контратак після подачі (бадмінтон, настільний теніс). Вміння визначати траєкторії польоту битки у городках. Вміння правильно планувати тривалість заняття (серії занять) оздоровчою ходьбою та бігом).	Тести. Змодельовані ситуації. Контрольні вправи.

0 / 16	Різновиди ударів (бадмінтон, настільний теніс) кидків (городки) техніка їх виконання і використання та способи їх відбиття. Пересування по дистанції у оздоровчому бігу та ходьбі.	Вміння використовувати різновиди ударів (бадмінтон, настільний теніс) кидків (городки), техніки їх виконання і використання та способи їх відбиття. Вміти правильно пересуватись по дистанції у оздоровчому бігу та ходьбі.	Тести. Змодельовані ситуації. Контрольні вправи.
0 / 14	Основи тактики. Особливості тактики одиночних, парних та змішаних ігор (настільний теніс, бадмінтон). Основи такти гри у городки. Використання авторських методик під час занять оздоровчим бігом та ходьбою.	Знати та вміти на практиці використовувати особливості тактики одиночних, парних та змішаних ігор (настільний теніс, бадмінтон). Знати основи такти гри у городки. Використовувати авторських методик під час занять оздоровчим бігом та ходьбою.	Тести. Змодельовані ситуації. Контрольні ігри.
0 / 10	Фізичні якості необхідні для гри у бадмінтон, настільний теніс, городки. Оздоровчий ефект та його оцінка під час занять оздоровчим бігом та ходьбою.	Знати методику розвитку фізичних якостей необхідних для гри у бадмінтон, настільний теніс, городки. Вміти оцінити оздоровчий ефект під час занять оздоровчим бігом та ходьбою.	Тести. Змодельовані ситуації. Контрольні вправи.

Літературні джерела

1. Огніста К.М., Огністий А.В. Бадмінтон. – Тернопіль: «Тайп», 2016. – 160 с
2. Огніста К.М. Бадмінтон (основи техніки гри). – Тернопіль: ТНПУ ім. В.Гнатюка, 2006. – 116 с.
3. Огніста К.М., Огністий А.В. Бадмінтон (основи тактики гри). – Тернопіль: «Тайп», 2008. – 54 с.
4. Семенов С.С. Городки: от новичка до мастера / С. С. Семенов. - М. : Физкультура и спорт, 1982. - 96 с. : ил.
5. Баранов В.М. Заняття в групах здоров'я. – К. : Здоров'я, 1983. – 120 с.
6. Бег для всех: Сборник / Сост. А.К. Шедченко. – М. : Физкультура и спорт, 1984. – 112 с.
7. Виру А.А. и др. Аеробные упражнения / Виру А.А., Юримья Т.А., Сирнова Т.А. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 142 с.
8. Гайс И.А. Оздоровительная ходьба. – Москва: «Советский спорт», 1990. – 48 с.
9. Фурман Ю.Н. Физиология оздоровительного бега. – К. : Здоров'я, 1994. – 208 с.
10. Юшкевич Т.П. Оздоровительный бег. – МН.: Полямя, 1985. – 111 с.
11. Методичні вказівки до проведення практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання» на тему «Настільний теніс»/укладачі: Р.М. Стасюк, О. В. Куриленко. – Суми: Сумський державний університет, 2015. –45 с.

12. Мехоношин, С. О. Настільний теніс: методика навчання та тренування [Текст] : навчальний посібник / С. О. Мехоношин. – Тернопіль : ТНПУ, 2010. – 148 с.

Допоміжна:

1. Кривопапальцев В.Я. Бадмінтон для всіх. – К.: „Здоров’я”. 1985. – 64 с.
2. Лифшиц В., Галицкий А. Бадминтон. – М: ФиС, 1986. – 176 с.
3. Мамчев В.М. Бадминтон в физическом воспитании студенческой молодежи (методические рекомендации) Оренбург: ГОУ ОГУ, 2003. - 27 с.
4. Книжка молодого вчителя фізичної культури: Навч. Посібник/Папуша В.Г. [та ін.]/за заг. ред. В.Г.Папуші. – Тернопіль: Підручники і посібники. 2014. – С 337-351
5. Івахненко В. О. Особливості навчання основ гри у настільний теніс: методична розробка / В.О. Івахненко. – Красноград: ФОП Сирота Т. В., 2017. – 56 с.

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Завдання, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (-10 балів). Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 20%. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов’язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються бали. За об’єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбутись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Види оцінювання	% від остаточної оцінки
Практичне виконання завдань (виконання контрольний вправ з оцінкою техніки)	30
Методичні завдання (планування і проведення фрагменту навчального заняття, організація змагань, спортивно-масових та оздоровчих заходів)	40
Виконання нормативів фізичної підготовленості (згідно вимог шкільної програми)	10
Підсумкове тестування	20