



СИЛАБУС ВИБІРКОВОЇ ДИСЦИПЛІНИ ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ(НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС)

Факультет	Бізнесу та соціальних комунікацій
Кафедра	Кіберпсихології та реабілітації
Статус навчальної дисципліни	Вибіркова компонента освітніх програм першого (бакалаврський) рівня вищої освіти
Рекомендовано для спеціальностей	053 Психологія; 051 Економіка; 061 Журналістика; 073 Менеджмент; 075 Маркетинг; 121 Інженерія програмного забезпечення; 122 Комп'ютерні науки; 125 Кібербезпека та захист інформації; 171 Електроніка; 172 Електронні комунікації та радіотехніка; 174 Автоматизація, комп'ютерно-інтегровані технології та робототехніка; 175 Інформаційно-вимірювальні технології; 176 Мікро- та наносистемна техніка; 275 Транспортні технології на автомобільному транспорті; 281 Публічне управління та адміністрування
Форма навчання	Денна, заочно-дистанційна

Викладачі

Гордієнко Дмитро Володимирович
gordienko344@gmail.com



викладач кафедри Кіберпсихології та реабілітації

Загальна інформація про дисципліну

Анотація до дисципліни	Дисципліна «Ігрові види спорту(настільний теніс)» рекомендована для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за всіма спеціальностями. «Ігрові види спорту (настільний теніс)» має міждисциплінарний характер. Вона інтегрує, відповідно до свого предмету, знання з медико-біологічних, психолого-педагогічних та інших наук, які сприяють підвищенню рівня фізичного розвитку, функціональному удосконаленню систем організму, набуттю основних життєво важливих рухових навичок, вмінь для подальшої професійної діяльності.
-------------------------------	---

Мета дисципліни	– Основною метою навчальної дисципліни «Ігрові види спорту (настільний теніс)» є формування у студентів здатності підтримувати на достатньому рівні стан фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності; розвивати основні життєво необхідні професійно-прикладні рухові навички; формувати мотивацію до занять руховою активністю та спортом як складової здорового способу життя
Компетентності, формуванню яких сприяє дисципліна	<ul style="list-style-type: none"> – Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. – Навички міжособистісної взаємодії. – Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. – Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості. – Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.
Результати навчання	<ul style="list-style-type: none"> – Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення. – Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. – Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати. – використовувати засоби настільного тенісу з метою підвищення фізичної та розумової працездатності, розвитку фізичних якостей, відновлення та збереження здоров'я; – здійснювати контроль та самоконтроль за функціональним станом організму; – забезпечувати збереження і зміцнення стану індивідуального здоров'я з метою підтримки належного рівня фізичного стану.
Обсяг дисципліни	Загальний обсяг дисципліни 6 кредитів ЄКТС (180 академічних годин), з них: лекцій – 10 год.; практичних занять – 120 год.; самостійна робота – 50 год.
Форма підсумкового контролю	Залік
Терміни викладання дисципліни	Відповідно до розкладу занять вибіркових компонент освітньої програми

Програма дисципліни Теоретичний блок

Тема 1.	<p><i>Інформаційне забезпечення проведення занять з настільного тенісу.</i></p> <p>Характеристика ігрових видів спорту (настільний теніс). Організація системи фізичного виховання в ДУІТЗ. Особливості тактикотехнічної підготовки в ігрових видах спорту (настільний теніс). Техніка безпеки на заняттях зі складно-координаційних видів спорту. Вплив занять з ігрових видів спорту (настільний теніс) на організм</p>
----------------	---

	людини
Тема 2.	<i>Методика визначення індивідуального фізичного стану.</i> Оцінювання фізичного стану тих, хто займається ігровими видами спорту. Функціональна діагностика систем організму: тестування рівня функціонального стану ССС, дихальної системи та психофізичного стану організму людини. Антропометрія. Оцінка стану опорно-рухового апарату. Тестування рівня розвитку фізичних якостей, технічної підготовленості. Методи самооцінки фізичних станів людини.
Тема 3.	<i>Вдосконалення фізичних якостей засобами настільного тенісу.</i> Методики розвитку фізичних якостей людини: швидкості, сили, координаційних здібностей, гнучкості, витривалості засобами ігрових видів спорту.
Тема 4.	<i>Розвиток та вдосконалення фізичних якостей засобами ігрових видів спорту.</i> Особливості застосування фізичних навантажень відповідно до рівня фізичної підготовленості тих, хто займається. Методики відновлення фізичної працездатності
Практичний блок	
Тема 1.	<i>Інформаційне забезпечення проведення занять з настільного тенісу</i>
Тема 2.	<i>Методика визначення індивідуального фізичного стану. Аналіз та оцінювання рівня індивідуальної фізичної підготовленості.</i>
Тема 3.	<i>Вдосконалення фізичної підготовленості засобами настільного тенісу</i>
Тема 4.	<i>Методика навчання техніки виконання вправ з настільного тенісу</i>
Тема 5.	<i>Контроль і оцінювання рівня власної фізичної підготовленості</i>
Тема 6.	<i>Вдосконалення фізичних якостей засобами настільного тенісу</i>
Тема 7.	<i>Тестування рівня фізичної підготовленості</i>

Список рекомендованих джерел

- Фізичне виховання. Матеріально-технічне забезпечення гри в настільний теніс [Електронний ресурс] : методичні рекомендації до вивчення дисципліни для студентів навчального відділення настільного тенісу / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад. Л. Г. Гришко, І. В. Новікова, В. К. Щербаченко, О. М. Чиченьова. – Електронні текстові данні (1 файл: 1,45 Мбайт). – Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2017. – 43 с. – Назва з екрана. URI (Уніфікований ідентифікатор ресурсу): <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/19854>.
- В. В. Команов Тренувальний процес у настільному тенісі Навчально-методичний посібник. 2014р. Видавництво “Радянський спорт”.
- А. Уточкин В. Жданов И. Жданов Сучасний настільний теніс .Удари, тренування, стратегії. 2018р. Інтелектуальне видавництво системи RIDERO

Інформація про консультації

Щосереди протягом 2024/2025 н.р. з 16⁰⁰ до 17³⁰ год., ауд. 334(спортивна зала)

Загальна схема оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Шкала ЄКТС	Оцінка за національною шкалою		Нарахування балів	Бали нараховуються таким чином:
		для іспиту	для заліку		
90-100	A	Відмінно	зараховано		<i>Оцінювання знань здобувачів вищої освіти здійснюється за 100-бальною шкалою і становить: за поточну успішність (участь у практичних заняттях, виконання практичних завдань та контрольних робіт) – до 60 балів, за результати індивідуального завдання – до 40 балів. При оформленні документів за екзаменаційну сесію використовується таблиця відповідності оцінювання знань здобувачів вищої освіти за різними системами</i>
82-89	B	Добре			
74-81	C				
64-73	D				
60-63	E	Задовільно			
35-59	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		

Політика опанування дисципліни

Відвідування: Здобувачі вищої освіти самостійно планують відвідування лекційних занять, що проводяться в межах дисципліни. Присутність на практичних заняттях та контрольних заходах (залік) є обов'язковою. Важливим є своєчасне виконання індивідуальних завдань в межах самостійної роботи, передбачених програмою дисципліни.

Умови зарахування пропущених занять: Відпрацювання академічної заборгованості з дисципліни можливо до початку екзаменаційної сесії (відповідно до розкладу консультацій викладача).

Інші умови: Навчально-методичні матеріали дисципліни розміщені на платформі Moodle.