

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта»  
для направления специальности 1-88 02 01-01  
«Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по теннису)»  
для студентов четвертого курса дневной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ  
на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «28» июня 2024 г.,  
\_\_\_\_\_ К.А.Хорошилов

Минск 2025

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

по учебной дисциплине «Система подготовки в избранном виде спорта»  
для направления специальности 1-88 02 01-01  
«Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по теннису)»  
для студентов пятого курса заочной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ  
на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «28» июня 2024 г.,  
\_\_\_\_\_ К.А.Хорошилов

Минск 2025

1. История развития тенниса в Республике Беларусь.
2. Общая физическая подготовка теннисистов: задачи, методы и средства.
3. Показатели результативности техники: вариативность, минимальная тактическая информативность, экономичность, стабильность.
4. История возникновения и развития тенниса в мире.
5. Подвижная игра как специальное подготовительное средство при обучении теннису. Характеристика подвижных игр, содержащих элементы технико-тактических приемов тенниса.
6. Основы техники и технической подготовки теннисистов. Определение понятия «техника игры».
7. Методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки по теннису.
8. Методика спортивного отбора в процессе многолетней спортивной подготовки теннисистов.
9. Передвижение игрока в теннисе: основные задачи, средства и методы обучения.
10. Теннисный корт и его основные характеристики: постоянные принадлежности теннисного корта, современные покрытия теннисных кортов.
11. Специальная физическая подготовка теннисистов: задачи, методы и средства.
12. Перемещение теннисного мяча, его полет и взаимодействие с площадкой.
13. Основные правила тенниса: размер теннисного корта для одиночной и парной игры, характеристики теннисных мячей, характеристики теннисных ракеток.
14. Педагогический контроль уровня физической и технико-тактической подготовленности теннисистов.
15. Приемы техники тенниса. Фазовый состав приемов техники тенниса.
16. Медико-биологическое обеспечение тренировочного и соревновательного процессов теннисистов.
17. Требования к организации и проведению учебно-тренировочного занятия по теннису.
18. Способы хватки ракетки: средства и методы обучения.
19. Урок как основная форма организации и проведения учебно-тренировочного занятия по теннису.
20. Взаимосвязь видов подготовки в тренировочном процессе теннисистов.
21. Структура разучивания игровых приемов тенниса.

22. Методика судейства в теннисе.
23. Гибкость и основы методики ее воспитания в теннисе.
24. Биомеханическая характеристика технических приемов тенниса.
25. Методы организации деятельности учащихся на учебно-тренировочном занятии по теннису.
26. Совершенствование физической подготовки теннисистов: задачи, средства и методы.
27. Удары с лета; техника и методика обучения в теннисе.
28. Состав судейской бригады. Роль и обязанности судей по теннису.
29. Методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки по теннису.
30. Удары по отскочившему мячу; техника и методика обучения в теннисе.
31. Средства спортивной тренировки теннисистов.
32. Методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия в учебно-тренировочных группах по теннису.
33. Удары над головой; техника и методика обучения в теннисе.
34. Характеристика дидактических принципов и особенности их реализации в тренировочном процессе теннисистов.
35. Методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия в группах начальной подготовки по теннису.
36. Удары с полулета; техника и методика обучения в теннисе.
37. Специфические методы спортивной тренировки в теннисе.
38. Методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия в учебно-тренировочных группах по теннису.
39. «Свеча»; техника и методика обучения в теннисе.
40. Физическое упражнение как основное средство спортивной тренировки в теннисе.
41. Методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия в учебно-тренировочных группах по теннису.
42. Подача; техника и методика обучения в теннисе.
43. Сущность и определение понятия «физическая подготовка» теннисистов.
44. Методика проведения основной части учебно-тренировочного занятия в группах высшего спортивного мастерства по теннису.
45. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по теннису.
46. Общепедагогические методы спортивной тренировки в теннисе.

47. Методика проведения подготовительной части учебно-тренировочного занятия в группах высшего спортивного мастерства по теннису.

48. Укороченные удары; техника и методика обучения в теннисе.

49. Содержание и структура плана-конспекта учебно-тренировочного занятия по теннису.

50. Врачебно-педагогический контроль в теннисе.

51. Тактика парной игры в теннис. Основные задачи. Тактические действия теннисистов.

**52.** Сущность и определение понятия «физические качества» теннисистов.

53. Подготовка и управление спортсменами в соревновательном периоде.

54. Тактика тенниса. Понятие тактики. Тактические действия теннисиста (стили игры).

55. Современные информационные технологии в научно-исследовательской работе в теннисе.

56. Выносливость и основы методики ее воспитания в теннисе.

57. Техническая подготовка теннисистов: цель, задачи, средства и методы технической подготовки теннисистов различной квалификации.

58. Основы научно-исследовательской работы в теннисе: организация, содержание, методы исследования.

59. Ловкость (двигательно-координационные способности) и основы методики ее воспитания в теннисе.

60. Методика совершенствования технико-тактических приемов и действий в теннисе.

61. Этапы многолетней спортивной подготовки в теннисе их продолжительность; цель и задачи на каждом этапе подготовки.

62. Быстрота и основы методики ее воспитания в теннисе.

63. Теоретическая подготовка теннисистов: цель, задачи, средства, методы, формы.

64. Общие основы спортивной подготовки теннисистов.

65. Сила и основы методики ее воспитания в теннисе.

66. Тактическая подготовка теннисистов: цель, задачи, средства и методы тактической подготовки теннисистов различной квалификации.

67. Антидопинговая политика в современном спорте.

68. Методы обучения в теннисе.

69. Психологическая подготовка теннисистов: определение понятий «психологическая подготовка», «психические состояния» и методики их регуляции.

70. Планирование и контроль как важные звенья системы управления подготовкой спортсменов в теннисе.

71. Методика проведения заключительной части учебно-тренировочного занятия в группах высшего спортивного мастерства по теннису.

72. Организация деятельности спортивно-оздоровительных лагерей.