

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

по учебной дисциплине «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта» для направления специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (теннис)» для студентов третьего курса дневной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «26» июня 2025 г.,

\_\_\_\_\_ А.А.Шевцов

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 четвертого курса заочной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр  
протокол № 14 от «26» июня 2025 г.,

\_\_\_\_\_ А.А.Шевцов

Минск 2025

1. Организация учебно-тренировочного занятия по теннису на этапе спортивного совершенствования (продолжительность и содержание).
2. Ловкость как физическое качество. Методика развития ловкости у теннисистов.
3. Характеристика специальных физических качеств теннисиста.
4. История развития тенниса. Возникновение игры и этапы ее развития.
5. Определение понятия «спортивная тактика», «стратегия игры», «стиль игры».
6. Виды подготовки в теннисе.
7. Характеристика методов научного исследования в теннисе.
8. Удар справа с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.
9. Этапы развития тенниса в РБ. Достижения белорусских теннисистов на международных соревнованиях.
10. Технология составления плана-конспекта учебно-тренировочного занятия с теннисистами различной квалификации (структура и содержание).
11. Удар слева с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.
12. Методы обучения, применяемые в теннисе. Их общая классификация и краткая характеристика. Метод строго регламентированного упражнения при обучении технике.
13. Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы в теннисе.
14. Удары с лета. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.
15. Структура разучивания технических приемов в теннисе. Характеристика этапов.
16. Основы техники тенниса: «стойка теннисиста», удары с отскока и с лета.
17. Техника тенниса. Определение понятия. Классификация техники.
18. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по теннису.
19. Выносливость как физическое качество. Методика развития выносливости.
20. Тактическая система игры преимущественно у задней линии. Основные тактические задачи.
21. Поддача. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.
22. Тактическая система игры преимущественно у сетки. Основные тактические задачи.
23. Состав судейской коллегии. Обязанности судей, выполняющих различные функции.
24. Удар над головой. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.
25. Средства спортивной тренировки, применяемые в теннисе.
26. Комбинированная игра: активная оборона у задней линии площадки с последующим нападением у сетки. Основные тактические задачи.
27. Сила как физическое качество. Развитие силы у теннисистов.
28. Общая и специальная физическая подготовка теннисиста. Физические качества, необходимые теннисистам.
29. Задачи и организация научно-исследовательской работы в теннисе. Выбор направления и планирования исследований.
30. Быстрота как физическое качество. Методика развития быстроты у теннисистов.
31. Тактика парной игры. Тактические задачи партнеров в парной игре.
32. Фазовый состав приемов техники.
33. Гибкость как физическое качество. Методика развития гибкости у теннисистов.
34. Физические упражнения, применяемые при обучении техническим приемам в теннисе (классификация, краткая характеристика каждого вида).
35. Специальная психологическая подготовка теннисистов.
36. Правила игры и методика судейства.

37. Средства, методы и формы специальной психологической подготовки теннисистов.
38. Расположение партнеров на площадке в парной и игре. Правильное, точное распределение между партнерами игровых обязанностей.
39. Главный судья и его обязанности.
40. Цели и задачи совершенствования технико-тактических приемов и действий в теннисе.
41. Характеристика, содержание и задачи этапов: предварительной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования.
42. Основы тактики и тактической подготовки теннисистов.
43. Классификация технических приемов в теннисе.
44. Правила игры и методика судейства.
45. Технология составления годового плана-графика, распределение разделов программы. Структура годового плана-графика.
46. Эксперимент. Виды эксперимента.
47. Педагогический контроль, за уровнем специальной физической подготовленности теннисистов.
48. Технология составления поурочного календарно-тематического плана на месяц.
49. Правила игры и методика судейства.
50. Начальное обучение технике в теннисе. Упражнения для формирования чувства мяча. Использование при обучении технике различных технических устройств.
51. Предсоревновательные, соревновательные и послесоревновательные психические состояния (характеристика, проявления в соревновательной деятельности, методика регуляции).