УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

# **Зачетные и экзаменационные требования**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 1-88 02 01-01
«Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по теннису)» для студентов второго курса дневной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

 на заседании кафедры спортивных игр

 протокол № 2 от «12» сентября 2023 г.

Зачетные требования

1.Выносливость как физическое качество. Методика развития выносливости.

2. Структура и содержание план-конспекта учебно-тренировочного занятия по теннису.

3. Теннисная площадка и ее оборудование.

4. Удар справа с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

5. Этапы развития тенниса в РБ. Достижения белорусских теннисистов на международных соревнованиях.

6. История развития тенниса. Возникновение игры и этапы ее развития.

7. Подвижные игры, содержащие элементы технико-тактических приемов тенниса.

8. Основы техники тенниса: «стойка теннисиста», удары с отскока и с лета.

9. Возникновение и развитие тенниса в Республике Беларусь, известные тренеры и спортсмены.

10. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по теннису.

11. Гибкость как физическое качество. Методика развития гибкости у теннисистов.

12. Биомеханическая характеристика технических приемов.

13. Основы организации и проведения учебно-тренировочных занятий по теннису (поточный, фронтальный, групповой, индивидуальный).

14. Ловкость как физическое качество. Методика развития ловкости у теннисистов.

15. Характеристика специальных физических качеств теннисиста.

16. Характеристика дидактического принципа сознательности и активности.

17. Удар слева с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

18. Методы обучения, применяемые в теннисе. Их общая классификация и краткая характеристика. Метод строго регламентированного упражнения при обучении технике.

19. Характеристика дидактического принципа наглядности.

20. Удары с лета. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

21. Виды подготовки в теннисе. Определение понятий и содержание.

22. Характеристика дидактических принципов доступности и индивидуализации.

23. Подача. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

24. Средства спортивной тренировки, применяемые в теннисе.

25. Состав судейской коллегии. Обязанности судей, выполняющих различные функции.

Экзаменационные требования

1.Выносливость как физическое качество. Методика развития выносливости.

2. Структура и содержание план-конспекта учебно-тренировочного занятия по теннису.

3. Теннисная площадка и ее оборудование.

4. Удар справа с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

5. Этапы развития тенниса в РБ. Достижения белорусских теннисистов на международных соревнованиях.

6. История развития тенниса. Возникновение игры и этапы ее развития.

7. Подвижные игры, содержащие элементы технико-тактических приемов тенниса.

8. Основы техники тенниса: «стойка теннисиста», удары с отскока и с лета.

9. Возникновение и развитие тенниса в Республике Беларусь, известные тренеры и спортсмены.

10. Правила безопасности и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях по теннису.

11. Гибкость как физическое качество. Методика развития гибкости у теннисистов.

12. Биомеханическая характеристика технических приемов.

13. Основы организации и проведения учебно-тренировочных занятий по теннису (поточный, фронтальный, групповой, индивидуальный).

14. Ловкость как физическое качество. Методика развития ловкости у теннисистов.

15. Характеристика специальных физических качеств теннисиста.

16. Характеристика дидактического принципа сознательности и активности.

17. Удар слева с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

18. Методы обучения, применяемые в теннисе. Их общая классификация и краткая характеристика. Метод строго регламентированного упражнения при обучении технике.

19. Характеристика дидактического принципа наглядности.

20. Удары с лета. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

21. Виды подготовки в теннисе. Определение понятий и содержание.

22. Характеристика дидактических принципов доступности и индивидуализации.

23. Подача. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

24. Средства спортивной тренировки, применяемые в теннисе.

25. Состав судейской коллегии. Обязанности судей, выполняющих различные функции.

26. Удар над головой. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательности.

27. Классификация физических упражнений.

28. Характеристика дидактического принципа непрерывности спортивной тренировки.

29. Сила как физическое качество. Методика развития силы у теннисистов.

30. Общая и специальная физическая подготовка теннисиста. Физические качества, необходимые теннисистам.

31. Правила игры в теннис.

32. Быстрота как физическое качество. Методика развития быстроты у теннисистов.

33. Структура разучивания игровых приемов в теннисе.

34. Фазовый состав приемов техники.

35. Покрытия теннисных кортов. Особенности игры на них.

36. Быстрота как физическое качество. Методика развития быстроты у теннисистов.

37. Особенности разминки в теннисе.

38. Показатели результативности техники (вариативность, минимальная тактическая информативность, экономичность, стабильность).

39. Главный судья и его обязанности.

40. Начальное обучение технике в теннисе. Упражнения для формирования чувства мяча. Использование при обучении технике различных технических устройств.

41. Подготовительные упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.

42. Организация проведения соревнований по теннису.

43. Характеристика основополагающих (дидактических) принципов обучения и особенностей их реализации в тренировочном процессе.

44. Подводящие упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.

45. Удары с отскока. Техника и методика обучения: подводящие упражнения и их последовательность.

46. Биомеханическая характеристика технических приемов. Фазовый состав приемов техники.

47. Специальные упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.

48. Основные характеристики теннисной ракетки (вес, натяжка струн, толщина ручки).

49. Основы методики построения и проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по теннису.

50. Методы строго регламентированного упражнения.

51. Теннисные мячи, их характеристика, определение пригодности к спортивному соревнованию.