УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

# **Зачетные требования**

по учебной дисциплине «Основы теории и методики избранного вида спорта» для направления специальности 6-05-1012-02

«Тренерская деятельность (теннис)»

для студентов первого курса

заочной формы получения образования

УТВЕРЖДЕНЫ

на заседании кафедры спортивных игр

протокол № 2 от «12» сентября 2023 г.

**Зачетные требования**

1. История возникновения и развития тенниса.
2. Подвижные игры, как один из основных этапов подготовки теннисистов.
3. Средства физического воспитания.
4. Возникновение и развитие тенниса в РБ, известные тренеры и спортсмены.
5. Краткая характеристика истории развития тенниса.
6. Дата зарождения тенниса, основатель тенниса, первые правила.
7. Теннисисты 80-х годов, успешно защищавшие честь Беларуси на международных соревнованиях.
8. Кубок Дэвиса и с какого года разыгрывается.
9. Теннис как вид спорта и зрелище, его место в системе физического воспитания человека.
10. Фамилии выдающихся теннисистов и тренеров.
11. Основатели тенниса в Республике Беларусь.
12. Организация соревнований по теннису.
13. Проведение соревнований по теннису.
14. Системы проведения соревнований по теннису. Характеристика и значимость.
15. Правила игры в теннис.
16. Основные правила игры в теннис.
17. Перерывы в игре, их количество и продолжительность.
18. Методы розыгрыша тай-брейка.
19. Смена сторон в сете и в тайм-брейке.
20. Особенности разминки в теннисе.
21. Значение подвижных игр в системе физического воспитания и спортивной тренировки.
22. Физические упражнения. Определение понятия, содержание.
23. Классификация физических упражнений.
24. Общеразвивающие упражнения. Определение понятия.
25. Подготовительные упражнения. Их значение и характеристика.
26. Подготовительные упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.
27. Подводящие упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.
28. Специальные упражнения для обучения техническим приемам в теннисе.
29. Виды подготовки в теннисе. Определение понятий и содержание.
30. Физическая подготовка. Определение понятия, виды.
31. Физическая подготовка теннисистов. Виды и задачи.