

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор



Микола ПРОЗАР

підпис

28 серпня 2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ / ПІДВЕЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРОСТІ З НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ (ЧОЛОВІКИ, ЖІНКИ)

для підготовки фахівців вищої освіти	першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти
за освітньо-професійними програмами	«Тренер з видів спорту», «Середня освіта (Фізична культура)»
спеціальностей	017 Фізична культура і спорт та 014 Середня освіта (Фізична культура)
галузі знань	01 Освіта / Педагогіка
мова викладання	українська

2023-2024 навчальний рік

Розробник програми: Олександр АЛЕКСЄВ, доктор педагогічних наук, доцент кафедри спорту і спортивних ігор, доцент, суддя міжнародної категорії з настільного тенісу

Ухвалено на засіданні кафедри спорту і спортивних ігор

Протокол № 10 від 28 серпня 2023 року

ПОГОДЖЕНО

Гаранти освітньо-професійних програм



підпис

Іван СТАСЮК



підпис

Юрій ЮРЧИШИН



підпис

Аліна БОДНАР



підпис

Микола ПРОЗАР

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Метою вивчення дисципліни вибору навчального закладу професійної підготовки (4 курс СВО «бакалавр») / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки (1, 2, 3 курси СВО «бакалавр», 1, 2 курси СВО «магістр») Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з настільного тенісу» є формування загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у здобувачів вищої освіти спеціальностей 017 Фізична культура і спорт та 014 Середня освіта (Фізична культура), ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр», підготовка конкурентоздатного фахівця у сфері фізичної культури і спорту, оволодінням ним теоретичними знаннями в обраному виді спорту, відповідним рівнем загальної та спеціальної фізичної підготовки, технікою рухових дій, індивідуальними, командними тактичними діями у нападі та захисті, методикою навчання рухових дій, методикою проведення навчально-тренувальних занять, відповідним рівнем змагальної підготовки.

2. Обсяг дисципліни

Найменування показників	Характеристика освітнього компоненту
	денна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	1-й, 2-й, 3-й, 4-й СВО «бакалавр»; 1-й, 2-й СВО «магістр».
Семестр вивчення	1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 6-й, 7-й, 8-й СВО «бакалавр»; 1-й, 2-й, 3-й СВО «магістр».
Кількість кредитів ЄКТС	1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 6 кредитів; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 5 кредитів; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 3 кредити; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;

	<p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 кредити; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 2 кредити;</p>
Загальний обсяг годин	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 180 годин; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 150 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 90 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 90 годин; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 60 годин.</p>
Лекційні заняття	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 години; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 4 години; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 години; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 4 години; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 години; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години;</p>

	<p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 години;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 2 години.</p>
Практичні заняття	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 116 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 96 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 96 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 76 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 96 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 56 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 76 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 56 годин;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 36 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 18 годин;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 36 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 18 годин.</p>
Самостійна робота	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 50 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 50 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 30 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 50 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 30 годин;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 80 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта</p>

	(Фізична культура) – 40 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 80 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 40 годин.
Форма підсумкового контролю	2-й, 4-й, 6-й, 8-й семестри диференційований залік: СВО «бакалавр» спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорту. 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 1 семестр залік; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 1 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 3 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) (1,10 місяців) – 4 семестр залік.

3. Статус дисципліни:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

1-й курс СВО «бакалавр» з терміном навчання 2 роки 10 місяців, спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «бакалавр» з терміном навчання 2 роки 10 місяців, спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий компонент дисциплін професійної підготовки;

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий компонент дисциплін професійної підготовки;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий компонент дисциплін професійної підготовки;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий компонент дисциплін професійної підготовки;

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – обов'язковий освітній компонент професійної підготовки;

4. Передумови для вивчення освітнього компоненту: «Спортивно-педагогічне вдосконалення з настільного тенісу / Підвищення спортивної майстерності з настільного тенісу» передують наступні навчальні дисципліни:

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;

1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики»;

2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Психологія спорту», «Педагогіка спорту», «Адаптивний спорт», «Спортивні та національні види боротьби» «Теорія і методика фізичного виховання»;

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Управління у сфері фізичної культури і спорту», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики» «Теорія і методики фізичного виховання», «Теорія і методика юнацького спорту»;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики»;

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика спортивного тренування», «Теорія і методика юнацького спорту», «Професійна майстерність тренера» «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики»;

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Методика навчання фізичної культури у закладах освіти», «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні».

1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Спорт в освіті», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».

2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Методика навчання фізичної культури у закладах освіти», «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні».

2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Виробнича практика в ДЮСШ в групах спеціалізованої підготовки», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».

5. Програмні компетентності навчання.

За результатами вивчення освітнього компоненту «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з настільного тенісу» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися, інтегральні, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.

Інтегральні компетентності.

1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів фізичного виховання, медико-біологічних, практичних та психолого-педагогічних основ фізичного виховання і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.

1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

Здатність розв'язувати проблеми і завдання інноваційного, дослідницького змісту, що стосуються фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, передбачають проведення досліджень або (та) здійснення інновацій з урахуванням положень академічної доброчесності, відзначаються комплексним характером і невизначеністю умов вияву.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності:

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ЗК 02 здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність);

- ЗК 04 здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність).

1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ЗК 09 навички міжособистісної взаємодії;

- ЗК 10 здатність бути критичним і самокритичним;
- ЗК 12 здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ЗК 02 здатність працювати в команді та автономно;
- ЗК 04 здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях;
- ЗК 06 здатність до самовдосконалення та саморозвитку;
- ЗК 11 здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ЗК 02 здатність здійснювати міжособистісну взаємодію з представниками інших професійних груп різного рівня у вирішенні актуальних завдань фізичної культури дітей (соціальна);
- ЗК 04 здатність генерувати нові ідеї, виявляти та розв'язувати проблеми у професійній діяльності, враховуючи положення академічної доброчесності й використовуючи адекватні методи дослідження (інноваційна);
- ЗК 05 здатність під час роботи в команді приймати ефективні управлінські рішення, мотивувати людей досягати визначеної мети (лідерська).

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ЗК 01 здатність діяти соціально відповідально та свідомо;
- ЗК 03 здатність до адаптації та дії в новій ситуації;
- ЗК 04 здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми;
- ЗК 05 здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- ЗК 07 здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні (фахові предметні компетентності) спеціальності.

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 03 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність);
- СК 04 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність);

- СК 08 здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства);

- СК 11 здатність організовувати кожен визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність);

- СК 12 здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність);

- СК 13 здатність проектувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проектувальна компетентність).

- СК 14 здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямками: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність);

- СК 15 здатність застосовувати методи наукового пізнання, інновації та сучасні дієві підходи до розв'язання проблем у професійній діяльності з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, виходячи із положень документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності (інноваційна компетентність).

1-й, 2-й, 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- СК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- СК 05 здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя;

- СК 14 здатність до безперервного професійного розвитку;

- СК 15 здатність використовувати набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення кондиційних тренувань з видів спорту;

- СК 16 здатність здійснювати спортивний відбір та орієнтацію дітей, підлітків та молоді для занять видами спорту;

- СК 17 здатність використовувати традиційні, авторські форми та методи для організації і проведення спортивно-масових заходів з видів спорту;

- СК 18 здатність у процесі практичної підготовки вдосконалювати теоретичні знання, практичні вміння та навички для підвищення своєї професійної майстерності.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 02 здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні;

- СК 03 здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;

- СК 04 здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;

- СК 09 здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей;

- СК 11 здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ФК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- ФК 10 здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми;

- ФК 14 здатність до безперервного професійного розвитку.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 01 здатність враховувати особливості мовного середовища під час здійснення в закладі загальної середньої освіти професійної діяльності (мовно-комунікативна);

- СК 02 здатність формувати зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти відповідно до результатів науково-дослідної діяльності, проводити моніторинг необхідних характеристик дітей із використанням сучасних інформаційних технологій та оцінювати результати, враховуючи індивідуальні особливості (предметно-методична);

- СК 03 здатність до передачі навчального матеріалу, що стосується формування умінь, навичок у рухових діях із різних видів фізичної активності, формування знань у питаннях із фізичної культури в закладі загальної середньої освіти на засадах персоналізованого підходу (навчальна);

- СК 04 здатність реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології та самостійно розробляти методики різнобічного розвитку дітей в освітньому процесі з фізичної культури (розвивальна);

- СК 05 здатність орієнтуватись в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснювати пошук, критично оцінювати й оперувати

інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні електронні (цифрові) освітні ресурси (інформаційно-цифрова);

- СК 06 здатність визначати і враховувати під час реалізації різних форм фізичної культури психофізіологічні особливості дітей для посилення мотивації, формування позитивної самооцінки, я-ідентичності, ціннісного ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя і (психологічна);

- СК 07 здатність виявляти шанобливе ставлення, цінувати особистість кожної дитини та забезпечувати їй можливість керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури (емоційно-етична);

- СК 08 здатність до рівноправної дії і взаємодії з дітьми, залученими фахівцями при проведенні індивідуальних і групових занять з фізичної культури (педагогічного партнерства);

- СК 09 здатність створювати для дітей під час занять з фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні технології, а також здійснювати просвітницьку діяльність щодо безпеки життєдіяльності, санітарії, гігієни, формувати культуру здорової й безпечної життєдіяльності та зберігати власне фізичне, психічне, духовне здоров'я (здоров'язбережувальна);

- СК 11 здатність прогнозувати досягнення дітей у кожному визначеному завданні з фізичної культури, використовуючи адекватні методи дослідження (прогностична);

- СК 12 здатність проектувати групові й персональні програми фізичної активності дітей із чітко визначеними спрямованістю, параметрами та очікуваною зміною показників (проектувальна);

- СК 13 здатність здійснювати оцінювання та аналізувати дані щодо результатів дітей з фізичної культури за здоров'язбережувальним, розвивальним, навчальним, теоретико-методичним напрямками (оцінювально-аналітична);

- СК 14 здатність розв'язувати проблеми, що виникають при здійсненні професійної діяльності, у тому числі які потребують нових стратегічних підходів, відбуваються у нових (незнайомих) середовищах, відзначаються неповною (обмеженою) інформацією та передбачають урахування аспектів соціальної та етичної відповідальності (науково-пошукова);

- СК 15 здатність виокремлювати напрями, завдання і способи їх вирішення, що пов'язані з професійним розвитком фахівця, шляхом набуття нових знань, умінь, навичок (здатність до самоосвіти впродовж життя);

- СК 16 здатність критично оцінювати власну професійну діяльність та визначати шляхи, способи усунення наявних недоліків в організації, формуванні та реалізації змісту фізичної культури дітей у закладі загальної середньої освіти (рефлексивна).

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- СК 01 здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень;

- СК 02 здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту;

- СК 03 здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти;
- СК 04 здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів;
- СК 05 здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності;
- СК 06 здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту;
- СК 08 здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту;
- СК 10 здатність визначати основний фокус та зміст тренування з урахуванням виду спорту, завдань етапу річної та багаторічної підготовки, індивідуальних можливостей спортсменів;
- СК 11 здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності.

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі **програмні результати навчання**:

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ПРН 05 володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти;
- ПРН 06 володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури;
- ПРН 10 застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби;

- ПРН 14 знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання;

- ПРН 18 застосовує у професійній діяльності методи наукового пізнання, збирає інформацію, інтерпретує її та робить висновки щодо дієвості освітніх інновацій у фізичній культурі, умов упровадження й інтегрування останніх у власну практику, а при висвітленні результатів власної пошукової діяльності виконує положення документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності.

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ПРН 01 здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем;

- ПРН 04 показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

- ПРН 05 засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- ПРН 07 здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;

- ПРН 13 використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості;

- ПРН 17 знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини;

- ПРН 19 аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства;

- ПРН 21 застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати;

- ПРН 22 володіти необхідним арсеналом техніко-тактичних вмінь, рухових дій та навичок, належним рівнем розвитку фізичних якостей у професійній діяльності;

- ПРН 23 здійснювати аналіз та оцінку здібностей, задатків особи до певного виду фізичної активності;

- ПРН 24 використовувати під час практичної підготовки теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення тренувальних занять з обраного виду спорту із врахуванням рівня розвитку фізичної, технічної, тактичної, психологічної, змагальної та інтегральної підготовленості осіб, які займаються.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ПРН 2 усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії і методики фізичного виховання та спортивного тренування, медико-біологічні та

психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту;

- ПРН 3 знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури;

- ПРН 4 володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

- ПРН 5 знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності;

- ПРН 6 знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури.

- ПРН 11 знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні чинники, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту;

- ПРН 15 володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;

- ПРН 16 володіє руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена;

- ПРН 21 здатний складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання;

- ПРН 28 здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва;

- ПРН 29 здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію;

- ПРН 30 здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства;

- ПРН 31 здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту.

4-й СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ПРН 4 показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;

- ПРН 5 застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- ПРН 7 здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;

- ПРН 8 здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- ПРН 21 застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

1-й, 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ПРН 01 Здійснює комунікацію з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу в закладі загальної середньої освіти на засадах поцінювання української національної культури, вияву поваги до багатоманітності й мультикультурності суспільства, творчого самовиразу;

- ПРН 03 Здійснює професійну діяльність свідомо та відповідально, поважаючи права і свободи кожної людини та реалізуючи свої права і обов'язки;

- ПРН 04 Генерує нові ідеї, виявляє і розв'язує проблеми у професійній діяльності з урахуванням положень про академічну доброчесність і використанням адекватних методів дослідження;

- ПРН 05 Приймає під час командної діяльності з фізичної культури ефективні управлінські рішення, вміє мотивувати людей до досягнення поставленої мети;

- ПРН 07 Формує зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти на основі результатів науково-дослідної діяльності з моніторингу необхідних характеристик дітей і оцінювання їхніх результатів із урахуванням індивідуальних особливостей;

- ПРН 08 Здійснює освітню діяльність із формування умінь, навичок дітей у рухових діях із різних видів фізичної активності, знань у питаннях фізичної культури на засадах персоналізованого підходу;

- ПРН 09 Здійснює різнобічний розвиток дітей під час реалізації різних форм фізичної культури за допомогою самостійно розроблених методик та наявних інноваційних педагогічних, медико-біологічних, інформаційних технологій;

- ПРН 10 Орієнтується в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснює пошук, критично оцінює й оперує інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні цифрові сервіси і технології для підвищення ефективності фізичної культури та професійного розвитку (онлайн тренінги, дистанційні курси тощо); у зв'язку з цим дотримується академічної доброчесності, вимог з охорони авторських прав під час використання та поширення електронних (цифрових) освітніх ресурсів;

- ПРН 14 Забезпечує дітям на заняттях із фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні педагогічні технології для формування знань про правила безпеки життєдіяльності, особисту гігієну, фізичну активність і відпочинок, здорове харчування, запобігання шкідливим звичкам, санітарні, протиепідемічні правила і норми, а також дотримуючись їх та здійснюючи профілактичні заходи зі збереження власного фізичного, психічного, духовного здоров'я;

- ПРН 16 Обирає методи і засоби дослідження, що адекватні завданням із прогнозу досягнень дітей з фізичної культури у кожному визначеному завданні з фізичної культури;

- ПРН 21 Визначає сильні та слабкі сторони власної педагогічної діяльності, відповідність професійних компетентностей чинним вимогам, а також шляхи і способи усунення існуючих недоліків в організації, формуванні, реалізації змісту фізичної культури для досягнення її мети.

1-й, 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ПРН 01 аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань;

- ПРН 02 приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби;

- ПРН 03 вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово;

- ПРН 05 розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти;

- ПРН 10 планувати тренувальний процес кваліфікованих спортсменів та реалізовувати його з використанням новітніх підходів, засобів та методів спортивного тренування.

За результатами вивчення нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності» у здобувачів вищої освіти мають **знати**:

- визначення базових понять предмету «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності»: техніка гри, технічна майстерність, класифікація техніки, технічний прийом, тактика гри, засоби ведення гри, форми ведення гри, система гри, індивідуальні, парні дії, стратегія, загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка;

- історію та розвиток настільного тенісу у світі;

- історію та розвиток настільного тенісу в Україні;

- сучасний стан та перспективи розвитку настільного тенісу в Україні;

- зміст, характеристика і значення гри;

- інвентар та обладнання для гри;

- основні правила гри з настільного тенісу;

- настільний теніс, як засіб фізичного виховання школярів;

- класифікацію технічних прийомів у нападі та захисті;

- класифікацію тактичних дій у нападі та захисті.

вміти:

-підбирати імітаційні, підвідні та підготовчі вправи для вивчення техніки та тактики гри у настільний теніс;

- виконувати технічні прийоми гри у настільний теніс: переміщення у нападі та захисті, подача з різними обертаннями м'яча, прийом подач, накат (справа, зліва); топ-спін (справа, зліва); свічка.

- володіти методикою суддівства ігор з настільного тенісу;

- розробити положення змагань першості школи;

- оформити технічну та іменну заявки для участі у змаганнях;

- скласти календар ігор для участі у змаганнях за системами розіграшу: колова, з вибуванням (прямий нокаут), з вибуванням (прогресивна) з визначенням усіх місць, з вибуванням (після двох поразок) з визначенням усіх місць;

- оформити таблицю результатів;

- вміти вести протокол гри;

- виконувати обов'язки головного судді, ведучого судді, асистента судді, судді секретаря;

- вміти оформити звіт головного судді;

- володіти методикою суддівства ігор з настільного тенісу.

7. Методи навчання:

Словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки, розповідь, діалогічний метод, бесіда; програмовий метод, презентація, демонстрація; методи навчання рухових дій загалом та по частинах, змагальний та ігровий методи, метод суворо регламентованої вправи, метод стандартно-повторної вправи, метод перемінної вправи, комбіновані методи, метод моделювання, рольовий метод; вирішення проблемних завдань; інтерактивні методи, технології дистанційного навчання; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів.

8. Засоби діагностики результатів навчання: виконання тестових випробувань з фізичної, технічної та тактичної підготовки, проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з настільного тенісу, виконання обов'язків суддів з настільного тенісу (головного судді, судді-секретаря, ведучого судді, асистента судді), участь у змаганнях, проведення змагань, підготовка звітної документації, диференційований залік СВО «бакалавр», залік СВО «магістр».

9.1 Програма обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки для спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, ОПП «Тренер з видів спорту», 014 Середня освіта (Фізична культура), ОПП Середня освіта «Фізична культура» СВО «бакалавр» – 1, 2, 3 курси та СВО «магістр» – 1, 2 курси.

Лекційні заняття

Тематика лекційних занять	Кількість годин											
	Академічні групи											
	FK1- B23, FK2-B23 2/2	FK1- B22, FK2- B22 2/2	FK1- B21, FK2-B21 2/2	FKS1- B23	FKS1- B22	FKS1- B21	FKS1ml- B23 2/2	FKS1ml- B22 2/2	FKS1- M23 2/2	FKS1- M22, FKS2- M22 2	FK1- M23 2/2	FK1- M22, FK2- M22 2
	Години											
Тема 1. Вступ у навчальну дисципліну «Підвищення спортивної майстерності».	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Тема 2. Особливості фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інтегральної підготовки в циклічних і ациклічних видах спорту.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

Практичні заняття

Тематика практичних занять	Академічні групи											
	FK1- B23, FK2- B23 2/2	FK1- B22, FK2- B22 2/2	FK1- B21, FK2- B21 2/2	FKS1- B23	FKS1- B22	FKS1- B21	FKS1ml- B23 2/2	FKS1ml- B22 2/2	FKS1- M23 2/2	FKS1- M22, FKS2- M22 2	FK1- M23 2/2	FK1- M22, FK2- M22 2
		Кількість годин практичних занять в осінньому та весняному семестрах										

	58/58	38/38	38/38	48/48	48/48	28/28	48/48	28/28	18/18	18	18/18	18
Змістовий модуль 1. Фізична підготовка												
Тема 1. (ПЗ 1). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів шиї, рук та плечового поясу.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 2. (ПЗ 2). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів тулуба.	2	2	2	-	-	-	-	-	2	-	2	-
Тема 3. (ПЗ 3). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів ніг.	2	2	2	2	2	-	2	-	2	-	2	
Тема 4. (ПЗ 4). Загальна фізична підготовка – вправи для рук, тулуба і ніг.	2	2	2	-	-	-	-	-	-	2	-	2
Тема 5. (ПЗ 5). Загальна фізична підготовка – вправи з предметами.	2	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-	2
Тема 6. (ПЗ 6). Загальна фізична підготовка – вправи з тенісним м'ячем.	2	2	2	-	-	-	-	-	-	2	-	2
Тема 7. (ПЗ 7). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку гнучкості.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 8. (ПЗ 8). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку витривалості: біг, стрибки через скакалку.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 9. (ПЗ 9). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку сили.	2	-	-	2	2	2	2	2	-	-	-	-
Тема 10. (ПЗ 10). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили верхнього плечового поясу.	2	2	2	2	2	2	2	2	-	-	-	-

Тема 11 (ПЗ 11) Спеціальна фізична підготовка – розвиток ігрової витривалості.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 12 (ПЗ 12). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили м'язів верхніх і нижніх кінцівок.	2	-	-	2	2	2	2	2	-	-	-	-
Разом за ЗМ 1	24	20	20	18	18	10	18	10	6	6	6	6
Змістовий модуль 2. Технічна підготовка												
Тема 1 (ПЗ 13) Способи тримання ракетки: європейська хватка (горизонтальна) та азіатська хватка (вертикальна).	2	-	-	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 2 (ПЗ 14). Стійки та пересування: основна початкова стійка; діагональна стійка; випадки для ударів зліва і справа; переміщення під час гри.	2	-	-	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 3 (ПЗ 15). Імітаційні вправи: індивідуальне та групове вивчення ударів зліва і справа в шерензі без ракетки і з ракеткою за допомогою імітації.	2	2	2	-	-	-	-	-	2	-	2	-
Тема 4 (ПЗ 16). Ознайомлення з основними видами обертання м'яча під час виконання технічних елементів.	2	-	-	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 5 (ПЗ 17). Удосконалення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа підрізкою і накатом.	2	2	2	2	2	-	2	-	2	-	2	-
Тема 6 (ПЗ 18). Вивчення технічного елемента гри в	2	2	2	2	2	-	2	-	2	-	2	-

настільний теніс – поштовх зліва.												
Тема 7 (ПЗ 19). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх зліва.	2	2	2	-	-	2	-	2	-	2	-	2
Тема 8 (ПЗ 20). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	2	2	2	2	2	2	2	2		2	-	2
Тема 9 (ПЗ 21). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	2	-	2
Тема 10 (ПЗ 22). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	2	-	-	-	-	2	-	2	-	2	-	2
Тема 11 (ПЗ 23). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	2	-	2
Тема 12 (ПЗ 24). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	2	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-	2
Тема 13 (ПЗ 25). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 14 (ПЗ 26). Вивчення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа з нижнім обертанням в задану зону тенісного стола.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-

елементів техніки гри справа і зліва.													
Тема 5 (ПЗ 35). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжностей подачі з початком атаки.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 6 (ПЗ 36). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	2	-	-	2	2	-	2	-	2	-	-	2	-
Тема 7 (ПЗ 37). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва в пересуванні з різних ігрових зон.	2	2	2	-	-	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 8 (ПЗ 38). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжностей подачі з початком атаки.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	-	-	-	-
Тема 9 (ПЗ 39). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-	-
Тема 10 (ПЗ 40). Вивчення і удосконалення тактики подачі з різними обертаннями м'яча в різні ділянки столу.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	-	-	-

Тема 2 (ПЗ 51). Види змагань.	2	2	2	-	-	-	-	-	2	-	2	-
Тема 3 (ПЗ 52). Вік учасників.	2	-	-	2	2	2	2	2	2	-	2	-
Тема 4 (ПЗ 53). Учасники і допуск до змагань.	2	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Тема 5 (ПЗ 54). Права і обов'язки учасника.	2	-	-	2	2	2	2	2	-	-	-	-
Тема 6 (ПЗ 55). Учасник змагань запов'язується.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 7 (ПЗ 56). Учаснику заборонено.	2	-	-	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 8 (ПЗ 57). Порухення несе за собою.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 9 (ПЗ 58). Представники (тренер) і капітан команди.	2	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Тема 10 (ПЗ 59). Організація змагань.	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-	-	-
Тема 11 (ПЗ 60). Суддівство змагань.	2	2	2	2	2	2	2	2	-	-	-	-
Разом за ЗМ 4	22	14	14	16	16	8	16	8	6	-	6	-
Разом	116	76	76	96	96	56	96	56	36	18	36	18

Самостійна робота

Тематика практичних занять	Академічні групи											
	FK1- B23, FK2- B23 2/2	FK1- B22, FK2- B22 2/2	FK1- B21, FK2- B21 2/2	FKS1- B23	FKS1- B22	FKS1- B21	FKS1ml- B23 2/2	FKS1ml- B22 2/2	FKS1- M23 2/2	FKS1- M22, FKS2- M22 2	FK1- M23 2/2	FK1- M22, FK2- M22 2
	Кількість годин, які виділені на самостійну роботу занять в осінньому та весняному семестрах											
	30/30	20/20	20/20	25/25	25/25	15/15	25/25	25/25	40/40	40	40/40	40

Змістовий модуль 1. Фізична підготовка												
Тема 1. (ПЗ 1). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів шиї, рук та плечового поясу.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Тема 2. (ПЗ 2). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів тулуба.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Тема 3. (ПЗ 3). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів ніг.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Тема 4. (ПЗ 4). Загальна фізична підготовка – вправи для рук, тулуба і ніг.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Тема 5. (ПЗ 5). Загальна фізична підготовка – вправи з предметами.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Тема 6. (ПЗ 6). Загальна фізична підготовка – вправи з тенісним м'ячем.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Тема 7. (ПЗ 7). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку гнучкості.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Тема 8. (ПЗ 8). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку витривалості: біг, стрибки через скакалку.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Тема 9. (ПЗ 9). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку сили.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Тема 10. (ПЗ 10). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили верхнього плечового поясу.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Тема 11 (ПЗ 11) Спеціальна	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1

фізична підготовка – розвиток ігрової витривалості.												
Тема 12 (ПЗ 12). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили м'язів верхніх і нижніх кінцівок.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1
Разом за ЗМ 1	12	10	10	12	12	5	12	12	12	12	12	12
Змістовий модуль 2. Технічна підготовка												
Тема 1 (ПЗ 13) Способи тримання ракетки: європейська хватка (горизонтальна) та азіатська хватка (вертикальна).	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 2 (ПЗ 14). Стійки та пересування: основна початкова стійка; діагональна стійка; випаді для ударів зліва і справа; переміщення під час гри.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 3 (ПЗ 15). Імітаційні вправи: індивідуальне та групове вивчення ударів зліва і справа в шерензі без ракетки і з ракеткою за допомогою імітації.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 4 (ПЗ 16). Ознайомлення з основними видами обертання м'яча під час виконання технічних елементів.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 5 (ПЗ 17). Удосконалення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа підрізкою і накатом.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 6 (ПЗ 18). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2

зліва.													
Тема 7 (ПЗ 19). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх зліва.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 8 (ПЗ 20). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 9 (ПЗ 21). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 10 (ПЗ 22). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Тема 11 (ПЗ 23). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1
Тема 12 (ПЗ 24). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1
Тема 13 (ПЗ 25). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1
Тема 14 (ПЗ 26). Вивчення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа з нижнім обертанням в задану зону тенісного стола.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1
Тема 15 (ПЗ 27). Вивчення	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1

технічного елемента гри в настільний теніс – накат зліва.												
Тема 16 (ПЗ 28). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – накат зліва.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1
Тема 17 (ПЗ 29). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – конроудару справа.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1
Тема 18 (ПЗ 30). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – конроудару справа.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	1	1	1
Разом за ЗМ 2	18	10	10	13	13	10	13	13	28	28	28	28
Змістовий модуль 3. Тактична підготовка												
Тема 1 (ПЗ 31). Вивчення тактики гри в настільний теніс гравця атакуючого стилю гри проти гравця захисного стилю.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	-	2	-
Тема 2 (ПЗ 32). Удосконалення тактики гри в настільний теніс гравця атакуючого стилю гри проти гравця захисного стилю.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	-	2	-
Тема 3 (ПЗ 33). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	1	1	1	1	1	1	1	1	2	-	2	-
Тема 4 (ПЗ 34). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і	1	1	1	1	1	1	1	1	2	-	2	-

нападу – удосконалення техніки нападаючих ударів з незручного положення.												
Тема 12 (ПЗ 42). Вивчення і удосконалення тактики гри в парній грі з партнером лівшою.	1	-	-	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 13 (ПЗ 43). Вивчення і удосконалення тактики гри в парній грі з партнером правшою.	1	-	-	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 14 (ПЗ 44). Тактика захисту: удосконалення техніки прийому подачі.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 15 (ПЗ 45). Вивчення тактики розіграшу м'яча в незручні ділянки столу для суперника.	1	-	-	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 16 (ПЗ 46) Вивчення і удосконалення тактики зміни ігрового ритму.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-
Тема 17 (ПЗ 47). Вивчення і удосконалення тактики тривалого розіграшу очка.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-
Тема 18 (ПЗ 48). Вивчення і удосконалення тактики постійної зміни напрямку польоту м'яча.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-
Тема 19 (ПЗ 49). Вивчення і удосконалення тактики гри універсального гравця.	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-
Разом за ЗМ 3	19	10	10	15	15	10	15	15	28	-	28	-
Змістовий модуль 4. Суддівська і змагальна підготовка												
Тема 1 (ПЗ 50). Зміст гри. Історія розвитку гри.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	-

Тема 2 (ПЗ 51). Види змагань.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 3 (ПЗ 52). Вік учасників.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 4 (ПЗ 53). Учасники і допуск до змагань.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 5 (ПЗ 54). Права і обов'язки учасника.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 6 (ПЗ 55). Учасник змагань заборонено.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 7 (ПЗ 56). Учаснику заборонено.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 8 (ПЗ 57). Порухення несе за собою.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	-
Тема 9 (ПЗ 58). Представники (тренер) і капітан команди.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 10 (ПЗ 59). Організація змагань.	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	-
Тема 11 (ПЗ 60). Суддівство змагань.	1	-	-	1	1	-	1	1	2	-	2	-
Разом за ЗМ 4	11	10	10	10	10	5	10	10	12	-	12	-
Разом	60	40	40	50	50	30	50	50	80	40	80	40

9.2 Програма обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки (4 курс СВО «бакалавр») для спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, ОПП «Тренер з видів спорту» та 014 Середня освіта (Фізична культура), ОПП Середня освіта «Фізична культура».

Тематика практичних занять	Кількість годин	
	Академічні групи	
	FK1-B20, FK2-B20	FKS1- B20
	Кількість годин в осінньому та весняному семестрах	
	60/60	60/60
Змістовий модуль 1. Фізична підготовка		
Тема 1. (ПЗ 1). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів шиї, рук та плечового поясу.	2	2
Тема 2. (ПЗ 2). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів тулуба.	2	2
Тема 3. (ПЗ 3). Загальна фізична підготовка – вправи для розвитку м'язів ніг.	2	2
Тема 4. (ПЗ 4). Загальна фізична підготовка – вправи для рук, тулуба і ніг.	2	2
Тема 5. (ПЗ 5). Загальна фізична підготовка – вправи з предметами.	2	2
Тема 6. (ПЗ 6). Загальна фізична підготовка – вправи з тенісним м'ячем.	2	2
Тема 7. (ПЗ 7). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку гнучкості.	2	2
Тема 8. (ПЗ 8). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку витривалості: біг, стрибки через скакалку.	2	2
Тема 9. (ПЗ 9). Спеціальна фізична підготовка – вправи для розвитку сили.	2	2
Тема 10. (ПЗ 10). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили верхнього плечового поясу.	2	2
Тема 11 (ПЗ 11) Спеціальна фізична підготовка – розвиток ігрової витривалості.	2	2
Тема 12 (ПЗ 12). Спеціальна фізична підготовка – розвиток вибухової сили м'язів верхніх і нижніх кінцівок.	2	2
Разом за ЗМ 1	24	24
Змістовий модуль 2. Технічна підготовка		
Тема 1 (ПЗ 13) Способи тримання ракетки: європейська хватка (горизонтальна) та азіатська хватка (вертикальна).	2	2
Тема 2 (ПЗ 14). Стійки та пересування: основна початкова стійка; діагональна стійка; випаді для ударів зліва і справа; переміщення під час гри.	2	2
Тема 3 (ПЗ 15). Імітаційні вправи: індивідуальне та групове вивчення ударів зліва і справа в шерензі без ракетки і з ракеткою за допомогою імітації.	2	2
Тема 4 (ПЗ 16). Ознайомлення з основними видами обертання м'яча під час виконання технічних елементів.	2	2
Тема 5 (ПЗ 17). Удосконалення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа підрізкою і накатом.	2	2

Тема 6 (ПЗ 18). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх зліва.	2	2
Тема 7 (ПЗ 19). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх зліва.	2	2
Тема 8 (ПЗ 20). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	2	2
Тема 9 (ПЗ 21). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – поштовх справа.	2	2
Тема 10 (ПЗ 22). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	2	2
Тема 11 (ПЗ 23). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки зліва.	2	2
Тема 12 (ПЗ 24). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	2	2
Тема 13 (ПЗ 25). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – підрізки справа.	2	2
Тема 14 (ПЗ 26). Вивчення техніки гри в настільний теніс – подачі зліва і справа з нижнім обертанням в задану зону тенісного стола.	2	2
Тема 15 (ПЗ 27). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – накат зліва.	2	2
Тема 16 (ПЗ 28). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – накат зліва.	2	2
Тема 17 (ПЗ 29). Вивчення технічного елемента гри в настільний теніс – конроудару справа.	2	2
Тема 18 (ПЗ 30). Удосконалення технічного елемента гри в настільний теніс – конроудару справа.	2	2
Разом за ЗМ 2	36	36
Змістовий модуль 3. Тактична підготовка		
Тема 1 (ПЗ 31). Вивчення тактики гри в настільний теніс гравця атакуючого стилю гри проти гравця захисного стилю.	2	2
Тема 2 (ПЗ 32). Удосконалення тактики гри в настільний теніс гравця атакуючого стилю гри проти гравця захисного стилю.	2	2
Тема 3 (ПЗ 33). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	2	2
Тема 4 (ПЗ 34). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва.	2	2
Тема 5 (ПЗ 35). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжностей подачі з початком атаки.	2	2
Тема 6 (ПЗ 36). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	2	2
Тема 7 (ПЗ 37). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва в пересуванні з різних ігрових зон.	2	2
Тема 8 (ПЗ 38). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжностей подачі з початком атаки.	2	2
Тема 9 (ПЗ 39). Вивчення і удосконалення тактики гри в настільний теніс – удосконалення суміжних елементів техніки гри справа і зліва на точність і стабільність.	2	2
Тема 10 (ПЗ 40). Вивчення і удосконалення тактики подачі з	2	2

різними обертаннями м'яча в різні ділянки столу.		
Тема 11 (ПЗ 41). Тактика нападу – удосконалення техніки нападаючих ударів з незручного положення.	2	2
Тема 12 (ПЗ 42). Вивчення і удосконалення тактики гри в парній грі з партнером лівшою.	2	2
Тема 13 (ПЗ 43). Вивчення і удосконалення тактики гри в парній грі з партнером правшою.	2	2
Тема 14 (ПЗ 44). Тактика захисту: удосконалення техніки прийому подачі.	2	2
Тема 15 (ПЗ 45). Вивчення тактики розіграшу м'яча в незручні ділянки столу для суперника.	2	2
Тема 16 (ПЗ 46) Вивчення і удосконалення тактики зміни ігрового ритму.	2	2
Тема 17 (ПЗ 47). Вивчення і удосконалення тактики тривалого розіграшу очка.	2	2
Тема 18 (ПЗ 48). Вивчення і удосконалення тактики постійної зміни напрямку польоту м'яча.	2	2
Тема 19 (ПЗ 49). Вивчення і удосконалення тактики гри універсального гравця.	2	2
Разом за ЗМ 3	38	38
Змістовий модуль 4. Суддівська і змагальна підготовка		
Тема 1 (ПЗ 50). Зміст гри. Історія розвитку гри.	2	2
Тема 2 (ПЗ 51). Види змагань.	2	2
Тема 3 (ПЗ 52). Вік учасників.	2	2
Тема 4 (ПЗ 53). Учасники і допуск до змагань.	2	2
Тема 5 (ПЗ 54). Права і обов'язки учасника.	2	2
Тема 6 (ПЗ 55). Учасник змагань забов'язується.	2	2
Тема 7 (ПЗ 56). Учаснику заборонено.	2	2
Тема 8 (ПЗ 57). Порушення несе за собою.	2	2
Тема 9 (ПЗ 58). Представники (тренер) і капітан команди.	2	2
Тема 10 (ПЗ 59). Організація змагань.	2	2
Тема 11 (ПЗ 60). Суддівство змагань.	2	2
Разом за ЗМ 4	22	22
Разом	120	120

10. Форми та методи поточного семестрового та підсумкового контролю.

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування (для вияву рівня розвитку фізичних якостей), контрольне виконання рухових дій (технічна та тактична підготовка) проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з волейболу, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, диференційований залік (СВО «бакалавр» 2, 4, 6, 8 семестри), СВО «магістр» залік (1, 2, 3 семестри).

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Поточний і модульний контроль (100 балів)				Сума
ЗМ 1	ЗМ 2	ЗМ 3	ЗМ 4	100 балів
Поточний контроль	Поточний контроль	Поточний контроль	Поточний контроль	
20 балів	30 балів	30 балів	20 балів	

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами і критерії оцінювання

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Критерії оцінювання практичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
						Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Технічний елемент виконано правильно, точно, впевнено і вільно, але допущена одна не суттєва помилка	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок	Технічний елемент виконаний правильно, але допущено не більше двох незначних помилок, які ведуть до неточного виконання деталей техніки		
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією помилкою, яка призводить до невиконання деталі техніки або трьох помилкам, які спричиняють неточне виконання рухової дії	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні	Технічний елемент виконано в основному правильно, але з однією грубою помилкою		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Технічний елемент виконаний неправильно, допущено спотворення основи техніки або допущено більше чотирьох інших помилок	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів	Технічний елемент не виконано зовсім		

Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять

З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (<http://surl.li/hwbc>).

Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.

Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, невідповідністю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою:

$$R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$$

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;

ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «СПВ/ПСМ з волейболу (жінки)» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 7 оцінок, а саме: 12, 10, 8, 12, 10, 11, 7. Ваговий бал ЗМ 1 складає 20 балів.

Дії НПП, або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 10 балів;

- отримані значення підставити у формулу:

$$R = ((0,05 \times 10) + 0,4) \times 20 = 18$$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «СПВ/ПСМ з настільного тенісу» отримав – 18 балів

Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Кількісний показник						Бали що нарах. за 12 б.с.о.
	СВО «бакалавр»				СВО «магістр»		
	I	II	III	IV	I рік навчання	II рік навчання	
Змістовий модуль 1 Фізична підготовка (ваговий бал 20)							

лежачи, руки за головою, ноги зігнуті в колінах. Вимірюється в кількості раз.	23	25	27	29	29	29	
	ч. 24	ч. 26	ч. 28	ч. 30	ч. 30	ч. 30	7-9
	ж. 18	ж. 20	ж. 22	ж. 24	ж. 24	ж. 24	
	ч. 19	ч. 21	ч. 23	ч. 25	ч. 25	ч. 25	4-6
	ж. 13	ж. 15	ж. 17	ж. 19	ж. 19	ж. 19	
	5. Стрибок у гору з місця. Виконується поштовхом обох ніг та замахом рук від поверхні підлоги. Вимірювання висоти стрибка здійснюється рулеткою або сантиметровою стрічкою за методикою Абалакова. Вимірюється в сантиметрах.	ч. 41	ч. 46	ч. 51	ч. 56	ч. 56	ч. 56
ж. 35		ж. 40	ж. 45	ж. 50	ж. 50	ж. 50	
ч. 36		ч. 41	ч. 46	ч. 51	ч. 51	ч. 51	7-9
ж. 30		ж. 35	ж. 40	ж. 45	ж. 45	ж. 45	
ч. 31		ч. 36	ч. 41	ч. 46	ч. 46	ч. 46	4-6
ж. 25		ж. 30	ж. 35	ж. 40	ж. 40	ж. 40	
6. Стрибок у довжину з місця. Виконується поштовхом обох ніг від лінії або краю дошки на покриття, що виключає жорстке приземлення. Відстань стрибка вимірюється сталеву рулеткою. Вимірюється в сантиметрах.	ч. 250	ч. 260	ч. 270	ч. 280	ч. 280	ч. 280	10-12
	ж. 200	ж. 210	ж. 220	ж. 230	ж. 230	ж. 230	
	ч. 240	ч. 250	ч. 260	ч. 270	ч. 270	ч. 270	7-9
	ж. 190	ж. 200	ж. 210	ж. 220	ж. 220	ж. 220	
	ч. 225	ч. 235	ч. 245	ч. 255	ч. 255	ч. 255	4-6
	ж. 175	ж. 185	ж. 195	ж. 205	ж. 205	ж. 205	
7. Біг «ялинкою».	ч. 26	ч. 24	ч. 22	ч. 20	ч. 20	ч. 20	10-12
	ж. 30	ж. 28	ж. 26	ж. 24	ж. 24	ж. 24	
	ч. 30	ч. 28	ч. 26	ч. 24	ч. 24	ч. 24	7-9
	ж. 34	ж. 32	ж. 30	ж. 28	ж. 28	ж. 28	
	ч. 34	ч. 32	ч. 30	ч. 28	ч. 28	ч. 28	4-6
	ж. 38	ж. 36	ж. 34	ж. 32	ж. 32	ж. 32	
Змістовий модуль 2 Технічна підготовка (ваговий бал 20)							
1. Випробування на точність технічного елемента підрізка справа. Основні вимоги: при	ч. 11	ч. 13	ч. 15	ч. 20	ч. 20	ч. 20	10-12
	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 15	ж. 15	ж. 15	
	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 15	ж. 15	ж. 15	

якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	7-9
	9	11	13	15	15	15	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	4-6
	4	6	8	10	10	10	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	
	7	9	11	13	13	13	
2. Випробування на точність технічного елемента підрізка зліва. Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	10-12
	11	13	15	20	20	20	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	7-9
	6	8	10	15	15	15	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	
	9	11	13	15	15	15	
якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	4-6
	4	6	8	10	10	10	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	10-12
	7	9	11	13	13	13	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	
	2	4	6	8	8	8	
3. Випробування на точність технічного елемента накат справа. Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	7-9
	11	13	15	20	20	20	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	4-6
	6	8	10	15	15	15	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	
	9	11	13	15	15	15	
якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	10-12
	4	6	8	10	10	10	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	7-9
	7	9	11	13	13	13	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	
	2	4	6	8	8	8	
4. Випробування на точність технічного елемента накат зліва. Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	10-12
	11	13	15	20	20	20	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	7-9
	6	8	10	15	15	15	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	
	9	11	13	15	15	15	
якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	4-6
	4	6	8	10	10	10	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	10-12
	7	9	11	13	13	13	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	
	2	4	6	8	8	8	
5. Випробування на точність технічного елемента «топ-спін» справа. Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	10-12
	11	13	15	20	20	20	
	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	7-9
	6	8	10	15	15	15	
	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	ч.	
	9	11	13	15	15	15	
якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	ж.	10
	4	6	8	10	10	10	

по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 7 ж. 2	ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	4-6						
6. Випробування на точність технічного елемента «топ-спін» зліва. Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованого елемента влучання м'ячем по діагоналі на протилежну сторону стола. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	10-12						
ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	7-9						
							ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	4-6
							ч. 7 ж. 2	ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8
Змістовий модуль 3 Тактична підготовка (ваговий бал 30)													
1. Виконання короткої подачі з нижнім обертанням м'яча. Основні вимоги: після виконанні короткої подачі потрібно виконати технічний елемент накат справа по діагоналі. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	10-12						
ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	7-9						
							ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	4-6
							ч. 7 ж. 2	ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8
2. Виконання короткої подачі з боковим обертанням м'яча. Основні вимоги: після виконанні короткої подачі потрібно виконати технічний елемент накат зліва по діагоналі. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	10-12						
ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	7-9						
							ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	4-6
							ч. 7 ж. 2	ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8
3. Виконання довгої подачі з нижнім обертанням м'яча. Основні вимоги: після виконанні довгої подачі потрібно виконати технічний елемент «топ-спін» справа по діагоналі. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	10-12						
ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	ч. 20 ж. 15	7-9						
							ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	ч. 15 ж. 10	4-6
							ч. 7 ж. 2	ч. 9 ж. 4	ч. 11 ж. 6	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8	ч. 13 ж. 8

	ж. 2	ж. 4	ж. 6	ж. 8	ж. 8	ж. 8	
4. Виконання довгої подачі з боковим обертанням м'яча. Основні вимоги: після виконанні довгої подачі потрібно виконати технічний елемент «топ-спін» зліва по діагоналі. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11	ч. 13	ч. 15	ч. 20	ч. 20	ч. 20	10-12
	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 15	ж. 15	ж. 15	
	ч. 9	ч. 11	ч. 13	ч. 15	ч. 15	ч. 15	7-9
	ж. 4	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 10	ж. 10	
5. Виконання блокування нападаючих ударів, які виконуються по діагоналі. Вимірюється в кількості попадань.	ч. 11	ч. 13	ч. 15	ч. 20	ч. 20	ч. 20	10-12
	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 15	ж. 15	ж. 15	
	ч. 9	ч. 11	ч. 13	ч. 15	ч. 15	ч. 15	7-9
	ж. 4	ж. 6	ж. 8	ж. 10	ж. 10	ж. 10	
	ч. 7	ч. 9	ч. 11	ч. 13	ч. 13	ч. 13	4-6
	ж. 2	ж. 4	ж. 6	ж. 8	ж. 8	ж. 8	
Змістовий модуль 4 Суддівська і змагальна підготовка (ваговий бал 20)							
1. Загальні положення правил гри.							4-12
2. Виконання обов'язків головного судді.							4-12
3. Виконання обов'язків судді - секретаря.							4-12
4. Виконання обов'язків ведучого судді.							4-12
5. Виконання обов'язків асистента судді.							4-12
6. Підготовка до змагань. Проведення змагань та дії, які потрібно зробити до, під час та після змагань. Положення про змагання. Документація (заявки, технічні заявки, протоколи, таблиця результатів ігор, календар змагань).							4-12

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакція) (<http://surl.li/idvnd>) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);

- підготовка конкурсної наукової роботи;

- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;

- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді;
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Рейтингова оцінка з кредитного модуля (навчальної дисципліни)	Підсумкова оцінка за шкалою ЄКТС	Рекомендовані системою ЄКТС статистичні значення (у %)	Підсумкова оцінка за національною шкалою	
			екзаменаційна	залікова
90-100 і більше	A (відмінно)/Excellent	10	відмінно	Зараховано/ Passed
82-89	B (добре)	25	добре	
75-81	C (добре)/Good	30	задовільно	
67-74	D (задовільно)/Satisfactory	25		
60-66	E (достатньо)/Enough	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)/Fail		незадовільно	не зараховано /Fail
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)/Fail			

12. Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Спортивно-педагогічне вдосконалення / підвищення спортивної майстерності з настільного тенісу»:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує

підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор VIEWSONIC PJ5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проєктора; ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX (2008 р., 1 шт).

Спортивний зал № 7 аудиторія 19 для проведення практичних занять, стадіон К-ПНУ, для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять:

- тенісні столи;
- м'ячі для настільного тенісу;
- ракетки для настільного тенісу;
- сітки для настільного тенісу;
- скакалки;
- напівсфера балансувальна;
- фітболи;
- резинки;
- джгути;
- координаційна драбина.

14. Рекомендована література.

Основна

1. Алексеев О. О. Настільний теніс. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 104 с.
2. Алексеев О. О., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Ребрина А. А. Настільний теніс: навчально-методичний посібник. Київ – Кам'янець-Подільський : ТОВ «Альянт», 2022. 135 с.
3. Журавський А. А. Техніка і тактика настільного тенісу: методичний посібник. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А. 2014. 144 с.
4. Ребрина А. А., Коломоєць Г. А., Дерев'янка В. В. Настільний теніс. Другий рік навчання: методичний посібник К.: Літера ЛТД, 2010. 144 с.
5. Ребрина А. А., Коломоєць Г. А., Дерев'янка В. В. Настільний теніс. Перший рік навчання: методичний посібник. К.: Літера ЛТД, 2010. 144 с.

Допоміжна

1. Бірук І. Д. Настільний теніс: Навчально-методичний посібник. Рівне: НУВГП, 2014. 164 с.
2. Герич Л. Становлення та розвиток настільного тенісу як олімпійського виду спорту. Л. Герич, А. Сова, С. Ковальчук. Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор : зб. наук. ст. Львів, 2016. С. 9-13.
3. Гук Г. Розвиток спеціалізації настільний теніс у ЛДУФК (на прикладі науково-методичного забезпечення). Г. Гук, А. Сова. Фізична культура, спорт та здоров'я : матеріали III Всеукраїнської студентської наукової Інтернетконференції. Харків, 8-9 грудня 2016 р. С. 18-20.
4. Зюзь В. М. Дослідження фізіологічного портрету гри в настільний теніс. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Випуск 1: Теорія та методика навчання: фізична культура і спорт, 2005. С.109-114.
5. Кіндрат В. К., Смірнов С. Л. Настільний теніс : Навчальний посібник. Рівне : 2004. 148 с.
6. Кольцова О., Соколов А. Особливості відбору та вибору стилю гри в настільний теніс з урахуванням психологічних аспектів розвитку особистості. Актуальні проблеми юнацького спорту. Зб. наук. праць. Херсон, 2005. С. 8-11.
7. Митюк О. Р. Аналіз розвитку та проведення змагань з тенісу настільного в СК“ЛІРС”. Митюк О. Р., Каратник І. В. Матеріали IV Міжнародної електронної науково-практичної конференції студентів та молодих вчених “Фізична культура та здоров'я різних груп населення” (18-25 квітня 2013 року). Одеса, 2013 С. 71-72.
8. Окопний А. Організація та проведення змагань з настільного тенісу: методичний посібник. А. Окопний, В. Мартиненко, І. Мудрий. Львів : ЛДУФК, 2014. 60 с.

15. Рекомендовані джерела інформації.

1. Корисні ресурси Інтернету:

http://referat.parta.ua	База даних українських рефератів
http://ua.textreferat.com	
http://ua-referat.com	
http://referat.parta.ua	
http://www.nbu.gov.ua/	Бібліотека ім. В.І.Вернадського
https://www.uttf.com.ua/	Федерації настільного тенісу України
https://www.ittf.com/	Міжнародна Федерація настільного тенісу