

ПОЛОЖЕННЯ
про студентський науковий гурток
«Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі»
кафедри спорту і спортивних ігор
факультету фізичної культури, спорту і реабілітації
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

науковий керівник:

Алексєєв Олександр Олексійович,
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри спорту і спортивних ігор,
суддя міжнародної категорії з настільного тенісу

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Студентський науковий гурток «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі» є добровільним науковим об'єднанням здобувачів вищої освіти, які виявляють інтерес до науково-дослідної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, теорії та методики спортивної підготовки, зокрема підготовки спортсменів у настільному тенісі.

1.2. Гурток функціонує при кафедрі спорту і спортивних ігор Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.

1.3. Діяльність гуртка спрямована на залучення здобувачів вищої освіти до систематичної науково-дослідної роботи, формування навичок проведення досліджень у настільному тенісі, аналізу та інтерпретації отриманих результатів, підготовки наукових публікацій і представлення результатів на наукових заходах.

2. МЕТА ДІЯЛЬНОСТІ ГУРТКА

Метою діяльності студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі» є створення умов для розвитку наукового потенціалу здобувачів вищої освіти шляхом їх залучення до дослідження актуальних проблем теорії і методики спортивного тренування, технічної, тактичної, фізичної, психологічної та інтегральної підготовки спортсменів у настільному тенісі різної спортивної кваліфікації.

3. ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ГУРТКА

Основними завданнями гуртка є:

- залучення здобувачів вищої освіти до науково-дослідної діяльності у сфері настільного тенісу;
- формування навичок роботи з науковою та науково-методичною літературою з теорії і методики спортивної підготовки;

- опанування методології проведення досліджень у фізичній культурі і спорті та спортивних іграх;
- вивчення сучасних підходів до побудови багаторічної та річної підготовки тенісистів;
- дослідження технічної, тактичної, фізичної, психологічної та інтегральної підготовленості спортсменів;
- вивчення сучасних методів планування, програмування та контролю тренувальних і змагальних навантажень;
- дослідження структури та змісту змагальної діяльності в настільному тенісі;
- вивчення особливостей підготовки спортсменів різного віку та спортивної кваліфікації;
- формування вмінь здійснювати збір, систематизацію статистичне опрацювання та інтерпретацію експериментальних даних;
- підготовка студентських наукових статей, тез доповідей та інших наукових матеріалів;
- підготовка здобувачів до участі у конференціях, конкурсах студентських наукових робіт, круглих столах і семінарах;
- сприяння реалізації студентських наукових ініціатив і дослідницьких проєктів у сфері настільного тенісу.

4. ОСНОВНІ НАПРЯМИ НАУКОВО-ДОСЛІДНОЇ РОБОТИ

Науково-дослідна діяльність гуртка здійснюється за такими основними напрямками:

1. Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі.
Дослідження закономірностей побудови тренувального процесу, періодизації, планування, програмування, контролю та управління підготовкою тенісистів.
2. Технічна підготовка тенісистів.
Вивчення структури та біомеханічних особливостей технічних прийомів, ефективності методів їх навчання й удосконалення, стабільності та варіативності техніки.
3. Тактична підготовка і змагальна діяльність.
Аналіз тактичних дій, моделей ведення гри, подачі прийому подачі, побудови розіграшу, показників змагальної ефективності та індивідуального стилю спортсменів.
4. Фізична підготовка спортсменів у настільному тенісі.
Дослідження швидкісних, швидкісно-силових, координаційних здібностей, спеціальної витривалості, гнучкості та засобів їх цілеспрямованого розвитку.
5. Психологічна підготовка тенісистів.
Дослідження мотивації, стресостійкості, концентрації уваги, емоційної саморегуляції, передзмагальних станів та психологічної готовності до змагань.
6. Контроль і моделювання спортивної підготовки.

Вивчення методів педагогічного контролю тестування спеціальної підготовленості, моніторингу навантажень і відновлення, побудови модельних характеристик спортсменів різної кваліфікації.

7. Підготовка юних спортсменів і спортивний відбір

Дослідження особливостей початкової та базової підготовки, критеріїв відбору й орієнтації, вікових закономірностей розвитку та формування спортивної майстерності.

8. Інноваційні технології у настільному тенісі.

Вивчення можливостей відеоаналізу, цифрових засобів контролю тренажерів, роботів для настільного тенісу та інших технологій у навчально-тренувальному процесі.

5. ФОРМИ РОБОТИ ГУРТКА

Основними формами роботи є:

- наукові засідання;
- проблемні семінари;
- наукові дискусії та круглі столи;
- майстер-класи та методичні практикуми;
- аналіз сучасних наукових публікацій із настільного тенісу;
- розроблення анкет, тестових батарей, карт педагогічного спостереження та протоколів дослідження;
- проведення педагогічних спостережень, тестувань та експериментальних досліджень;
- відеоаналіз техніко-тактичних дій у тренувальній і змагальній діяльності;
- статистичне опрацювання результатів;
- підготовка наукових доповідей, тез і статей;
- участь у всеукраїнських та міжнародних науково-практичних конференціях;
- презентація результатів власних студентських досліджень.

6. ОРГАНІЗАЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ

6.1. Загальне наукове та організаційно-методичне керівництво діяльністю гуртка здійснює його науковий керівник.

6.2. До роботи гуртка можуть залучатися здобувачі різних рівнів вищої освіти, які виявляють зацікавленість у науковій діяльності за тематичними напрямами гуртка.

6.3. Засідання гуртка проводяться відповідно до затвердженого плану роботи.

6.4. Тематика досліджень членів гуртка визначається відповідно до їхніх наукових інтересів та основних напрямів діяльності гуртка.

6.5. Результати роботи членів гуртка можуть бути представлені у формі наукових доповідей, тез конференцій, статей, студентських наукових робіт, кваліфікаційних досліджень, методичних розробок та інших результатів наукової діяльності.

7. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ

Діяльність студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі» має сприяти

- підвищенню наукової активності здобувачів вищої освіти;
- формуванню дослідницьких компетентностей;
- розвитку академічного та критичного мислення;
- набуттю навичок проведення самостійних наукових досліджень;
- підготовці студентських наукових публікацій;
- збільшенню участі здобувачів у наукових конференціях і конкурсах;
- інтеграції теоретичних знань із практикою спортивного тренування в настільному тенісі;
- розвитку перспективних досліджень із технічної, тактичної, фізичної та психологічної підготовки тенісистів;
- удосконаленню науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів різної кваліфікації;
- формуванню молодого наукового потенціалу кафедри.

8. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГУРТКА

Перспективними напрямками розвитку студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі» є розширення тематики експериментальних досліджень, залучення здобувачів різних рівнів вищої освіти, організація міжкафедральної та міжуніверситетської наукової співпраці, співпраця зі спортивними школами, клубами та тренерами, проведення спільних дослідницьких проєктів, участь у всеукраїнських і міжнародних наукових заходах.

Особливим перспективним напрямом є формування на базі гуртка студентської наукової школи з проблем теорії і методики спортивної підготовки та підвищення спортивної майстерності в настільному тенісі.

ПЛАН РОБОТИ
студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в
настільному тенісі»
на 2026/2027 навчальний рік

Кафедри спорту і спортивних ігор
факультету фізичної культури, спорту і реабілітації
Камаєнець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Науковий керівник:
Алексеев Олександр Олександрович,
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри спорту і спортивних ігор,
суддя міжнародної категорії з настільного тенісу

Науковий напрям гуртка: теорія і методика спортивної підготовки, удосконалення техніко-тактичної майстерності, фізичної та психологічної підготовленості спортсменів у настільному тенісі.

Мета роботи на 2026/2027 навчальний рік залучення здобувачів вищої освіти до системної науково-дослідної діяльності з актуальних проблем спортивної підготовки в настільному тенісі; формування практичних навичок проведення досліджень, аналізу тренувальної та змагальної діяльності й представлення результатів у наукових публікаціях і доповідях.

ВЕРЕСЕНЬ 2026

Засідання №1. Настільний теніс як об'єкт сучасних наукових досліджень
Основні питання:

- ознайомлення з метою завданнями та напрямками роботи гуртка;
- визначення наукових інтересів членів гуртка;
- сучасні напрями досліджень у настільному тенісі;
- актуальні проблеми теорії і методики спортивної підготовки тенісистів;
- аналіз вимог сучасної змагальної діяльності;
- формування індивідуальних напрямів досліджень.

Практична робота: кожен учасник формулює 2–3 можливі теми власного дослідження.

Очікуваний результат: визначення перспективних напрямів студентських наукових робіт.

ЖОВТЕНЬ 2026

Засідання №2. Організація наукового дослідження у настільному тенісі
Основні питання:

- наукова проблема та її актуальність;
- об'єкт і предмет дослідження;
- формулювання мети та завдань;
- робоча гіпотеза;
- вибір методів дослідження;
- формування вибірки спортсменів;
- педагогічне спостереження та тестування;
- основи академічної доброчесності.

Практична робота: розроблення структури власного студентського дослідження.

Очікуваний результат: підготовка короткого протоколу майбутнього дослідження кожного учасника.

ЛИСТОПАД 2026

Засідання №3. Методи контролю фізичної та функціональної підготовленості тенісистів

Основні питання:

- оцінювання швидкісних і швидко-силових здібностей;
- тестування координаційних здібностей та швидкості реакції;
- оцінювання спеціальної витривалості;
- контроль функціонального стану спортсменів;
- показники тренувального навантаження;
- стандартизація умов тестування;
- ведення тренувальної документації.

Практична робота: складання протоколу комплексного тестування спеціальної підготовленості тенісистів.

Очікуваний результат: оволодіння базовими методами збору об'єктивних даних про фізичну підготовленість спортсменів.

ГРУДЕНЬ 2026

Засідання №4. Техніко-тактична підготовка та аналіз змагальної діяльності

Основні питання:

- класифікація технічних прийомів у настільному тенісі;
- аналіз подачі та прийому подачі;
- оцінювання атакуючих і захисних техніко-тактичних дій;
- структура розіграшу та ефективність дій у різних ігрових ситуаціях;
- відеоаналіз змагальної діяльності;
- індивідуальний стиль гри;
- показники техніко-тактичної ефективності.

Практична робота: розроблення карти педагогічного спостереження та протоколу аналізу матчу.

Очікуваний результат: формування інструментарію для дослідження техніко-тактичної майстерності тенісистів

СІЧЕНЬ 2027

Засідання №5. Робота з науковою літературою та академічними джерелами
Основні питання:

- пошук українських та міжнародних наукових джерел;
- використання наукометричних і бібліографічних баз;
- DOI як засіб ідентифікації публікації;
- критичний аналіз наукової статті;
- формування теоретичної бази дослідження;
- правила цитування;
- академічна доброчесність і недопущення плагіату;
- оформлення списку використаних джерел.

Практична робота: пошук та критичний аналіз 5–10 наукових публікацій за обраною темою

Очікуваний результат: формування початкової бібліографічної бази індивідуального дослідження.

ЛЮТИЙ 2027

Засідання № 6. Планування і програмування тренувального процесу в настільному тенісі

Основні питання:

- структура багаторічної підготовки;
- періодизація річного циклу;
- мікро-, мезо- та макроцикли підготовки;
- співвідношення технічної, тактичної, фізичної та психологічної підготовки;
- підведення спортсмена до головних змагань;
- контроль навантаження та відновлення;
- індивідуалізація підготовки спортсменів різної кваліфікації.

Практична робота: розроблення фрагмента тренувальної програми для тенісиста обраного рівня підготовленості.

Очікуваний результат: оволодіння основами науково обґрунтованого планування тренувального процесу.

БЕРЕЗЕНЬ 2027

Засідання №7. Від експериментальних даних до наукового результату

Основні питання:

- формування бази даних;
- первинне опрацювання результатів;
- середнє арифметичне та стандартне відхилення;
- порівняння результатів до і після експерименту;

- статистична значущість і р-рівень;
- розмір ефекту;
- кореляційний аналіз;
- побудова наукових таблиць і рисунків;
- правильна інтерпретація результатів

Практична робота: опрацювання навчального набору даних тестування тенісистів

Очікуваний результат: формування базових навичок статистичного аналізу та представлення результатів дослідження.

КВІТЕНЬ 2027

Засідання №8. Як написати наукову статтю та тези конференції

Основні питання:

- структура наукової статті;
- формулювання назви, анотації та ключових слів;
- постановка проблеми й аналіз останніх досліджень;
- мета та методи;
- представлення результатів;
- обговорення;
- формулювання висновків;
- оформлення літератури;
- особливості написання тез конференції.

Практична робота: підготовка першого варіанта тез або структурованого рукопису студентської статті.

Очікуваний результат: кожен активний член гуртка має підготовлений матеріал для наукової публікації.

ТРАВЕНЬ 2027

Засідання №9. Представлення результатів досліджень із настільного тенісу

Основні питання:

- структура усної наукової доповіді;
- підготовка презентації;
- представлення таблиць, графіків і відеофрагментів;
- аргументація наукової новизни та практичного значення;
- відповіді на запитання;
- типові помилки молодих дослідників

Практична робота: студентські доповіді тривалістю 5–7 хвилин із презентацією результатів власних досліджень.

Очікуваний результат: підготовка членів гуртка до участі у студентських, всеукраїнських та міжнародних конференціях.

ЧЕРВЕНЬ 2027

Засідання №10. Підсумкова наукова конференція гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі»

Основні питання:

- презентація результатів індивідуальних та колективних досліджень;
- обговорення студентських наукових робіт;
- аналіз результативності роботи гуртка;
- визначення перспективних досліджень для продовження;
- формування напрямів роботи на наступний навчальний рік.

Практична робота: проведення підсумкової студентської наукової конференції гуртка.

Очікуваний результат: апробація результатів студентських досліджень та формування наукового доробку гуртка.

ПЛАНОВІ РЕЗУЛЬТАТИ РОБОТИ ГУРТКА ЗА 2026/2027 НАВЧАЛЬНИЙ РІК

За результатами роботи передбачається:

- проведення не менше 10 засідань студентського наукового гуртка;
- залучення здобувачів вищої освіти до індивідуальних та колективних досліджень із настільного тенісу;
- підготовка студентами тез доповідей для участі у наукових конференціях;
- підготовка найбільш перспективних студентських досліджень до публікації у фахових або студентських наукових виданнях;
- участь членів гуртка у всеукраїнських та міжнародних науково-практичних конференціях;
- залучення результатів досліджень до виконання курсових і кваліфікаційних робіт;
- формування електронного банку наукових матеріалів гуртка;
- проведення щорічної підсумкової студентської наукової конференції гуртка.

КЛЮКОВИЙ ПІДСУМКОВИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Робота гуртка повинна бути орієнтована не лише на проведення засідань, а насамперед на отримання конкретного наукового результату: виконане студентське дослідження → статистично опрацьовані результати → тези або наукова стаття → доповідь на конференції.

Науковий керівник гуртка:

доктор педагогічних наук, професор

Олександр АЛЕКСЄЄВ _____

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ
студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в
настільному тенісі»

на 2026/2027 навчальний рік

Кафедри спорту і спортивних ігор

Факультету фізичної культури, спорту і реабілітації

Ка м'янець- Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Науковий керівник:

Алексеев Александр Олександрович,

доктор педагогічних наук, професор,

професор кафедри спорту і спортивних ігор

НАПРЯМ 1. ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ТА ЗМАГАЛЬНА
ДІЯЛЬНІСТЬ

1. Особливості технічної підготовленості тенісистів різної спортивної кваліфікації.

Можливі показники: стабільність і точність технічних дій швидкість виконання, ефективність атакуючих і захисних прийомів.

2. Ефективність подачі та прийому подачі у змагальній діяльності тенісистів.
Доцільно аналізувати види подач, варіативність обертання, результативність третього м'яча та якість прийому.

3. Техніко-тактична структура змагального поєдинку в настільному тенісі.

Можливі показники: тривалість розіграшів, кількість ударів, способи завершення атак, ефективність дій у різних фазах гри.

4. Використання відеоаналізу для оцінювання техніко-тактичної майстерності тенісистів.

Перспективним є створення карт спостереження та кількісна оцінка ігрових дій.

5. Індивідуальний стиль гри як чинник спортивної результативності тенісистів.

Можливе вивчення технічних, тактичних, морфофункціональних і психологічних чинників формування стилю гри.

НАПРЯМ 2. ФІЗИЧНА ТА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА

6. Розвиток координаційних здібностей у спортсменів, які спеціалізуються в настільному тенісі.

Можливе проведення педагогічного експерименту із застосуванням спеціально-підготовчих вправ.

7. Взаємозв'язок швидкості реакції та ефективності ігрової діяльності тенісистів

Доцільно поєднати психофізіологічне тестування з аналізом змагальних показників

8. Розвиток швидкісно-силових здібностей нижніх кінцівок у підготовці тенісистів

Можливе дослідження впливу спеціальних вправ на переміщення та швидкість виходу до м'яча.

9. Спеціальна витривалість тенісистів та методика її вдосконалення.

Дослідження може передбачати тестування до і після цілеспрямованої тренувальної програми.

10. Психологічна готовність тенісистів до змагальної діяльності.

Можливі напрями: мотивація, концентрація уваги, емоційна саморегуляція, стресостійкість і передстартові стани.

НАПРЯМ3. ПЛАНУВАННЯ КОНТРОЛЬ ТА ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

11. Особливості планування тренувального процесу тенісистів різної спортивної кваліфікації.

Передбачається аналіз структури річного циклу, співвідношення видів підготовки та динаміки навантажень.

12. Комплексний контроль спеціальної підготовленості спортсменів у настільному тенісі.

Доцільно обґрунтувати батарею тестів для оцінювання фізичної, технічної та функціональної підготовленості.

13. Моделювання змагальної діяльності кваліфікованих тенісистів

Можливе визначення модельних характеристик результативних техніко-тактичних дій

14. Використання роботів і тренажерних пристроїв у технічній підготовці тенісистів

Тема передбачає оцінювання ефективності технологічних засобів для формування стабільності та варіативності технічних дій

15. Цифрові технології та відеозворотний зв'язок у навчально-тренувальному процесі з настільного тенісу.

Перспективним є дослідження впливу оперативного відеозворотного зв'язку на якість засвоєння та корекції техніки

ПРІОРИТЕТНІ ТЕМИ ГУРТКА НА 2026/2027 НАВЧАЛЬНИЙ РІК

Для поглибленої роботи членів гуртка доцільно визначити п'ять пріоритетних тем

1. Техніко-тактична структура змагальної діяльності тенісистів різної спортивної кваліфікації.

2. Ефективність подачі та прийому подачі як чинник спортивної результативності в настільному тенісі.

3. Розвиток координаційних здібностей спортсменів у системі спеціальної фізичної підготовки тенісистів.

4. Комплексний контроль спеціальної підготовленості спортсменів у настільному тенісі.

5. Використання відеоаналізу та цифрових технологій для вдосконалення техніко-тактичної майстерності тенісистів.

АЛГОРИТМ РОБОТИ СТУДЕНТА НАД ОБРАНОЮ ТЕМОЮ

Кожне дослідження доцільно реалізовувати за єдиною послідовністю: вибір теми → обґрунтування актуальності → аналіз наукової літератури → визначення мети → вибір методів → формування вибірки → збір фактичних даних → статистичне опрацювання → аналіз та обговорення результатів → висновки → підготовка тез або статті → представлення результатів на конференції.

ІІІ ДСУМКОВИЙ НАУКОВИЙ ПРОДУКТ

За результатами роботи протягом навчального року кожен активний член студентського наукового гуртка «Теорія і методика спортивної підготовки в настільному тенісі» має підготувати щонайменше один завершений науковий продукт:

- тези доповіді на науковій конференції;
- студентську наукову статтю
- конкурсну наукову роботу;
- матеріали для курсової або кваліфікаційної роботи;
- наукову доповідь із презентацією результатів власного дослідження.

Найбільш перспективні дослідження можуть бути продовжені в наступному навчальному році з розширенням вибірки, удосконаленням методичного інструментарію та підготовкою результатів до публікації у фахових наукових виданнях.

Науковий керівник гуртка:

доктор педагогічних наук, професор

Олександр АЛЕКСЄВ _____

Список здобувачі в наук гуртка

Професор кафедри спорту і спортивних ігор Олександр АЛЕКСЕЄВ

№ з/п	Прізвище	Ім'я	По батькові	Рік народження	Група	Розряд
1.	Бобенко	Володимир	Юрі йович	1989	FKS1- B24	б/р
2.	Дудченко	Віталій	Анатолійович	1995	FKS1- B25	б/р
3.	Завада	Микита	Михайлович	2005	FKS1- B23	МСУ
4.	Оврях	Аліна	Сергіївна	2008	FKS1- B25	МСУ
5.	Пентюк	Олена	Василівна	2004	FKS1- M25	МСУ
6.	Солодкий	Назарій	Володимирович	2008	FKS1- B25	МСУ