

**ПЛАНЫ И ЗАДАНИЯ К СЕМИНАРСКИМ ЗАНЯТИЯМ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ  
ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»  
(ТРЕНЕРСКАЯ РАБОТА ПО ТЕННИСУ)**

**ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Тематика семинарских занятий	Вопросы и задания
Тема 2. Актуальные вопросы развития тенниса в мире и в Республике Беларусь (итоги спортивного года)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Возникновение и развитие тенниса.</li> <li>2. Основные этапы в развитии тенниса.</li> <li>3. Актуальные вопросы развития тенниса в мире и Республике Беларусь (итоги спортивного года).</li> </ol>
Тема 5. Значение спортивных игр в современном спортивном движении, вводные понятия предмета	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Роль спортивных игр в современном спортивном движении.</li> <li>2. Классификация спортивных игр.</li> <li>3. Основные определения понятий предмета</li> <li>4. Характеристика подвижных игр.</li> </ol>
Тема 7. Подвижные игры, содержащие элементы технико-тактических приемов тенниса	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отличие подвижных игр от спортивных игр.</li> <li>2. Подвижные игры на занятиях с юными теннисистами.</li> <li>3. Подвижные игры содержащие элементы тенниса.</li> </ol>
Тема 9. Особенности реализации дидактических принципов при проведении игровых упражнений	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности реализации дидактических принципов в теннисе.</li> <li>2. Характеристика принципа сознательности и активности.</li> <li>3. Характеристика принципа наглядности.</li> <li>4. Характеристика принципа систематичности и последовательности.</li> <li>5. Характеристика принципа доступности.</li> <li>6. Характеристика принципа индивидуализации.</li> <li>7. Характеристика принципа прочности.</li> </ol>
Тема 10. Методы и средства обучения в теннисе	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Классификация методов обучения в физическом воспитании.</li> <li>2. Характеристика специфических методов обучения.</li> <li>3. Характеристика общепедагогических методов обучения.</li> <li>4. Средства обучения в теннисе и их</li> </ol>

	классификация.
Тема 11. Физические качества спортсмена как предмет воспитания на начальном этапе спортивной подготовки	1.Характеристика понятий «физическая подготовка спортсмена», «физические качества». 2.Общая и специальная физическая подготовка. 2.Специальные физические качества, необходимые теннисистам.
Тема 12. Методика воспитания специальных физических качеств на этапе начальной спортивной подготовки	1.Средства и методы развития быстроты. 2. Средства и методы развития силы. 3. Средства и методы развития координационных способностей. 4. Средства и методы развития гибкости. 5. Средства и методы развития выносливости.
Тема 14. Биомеханическая характеристика основных технических приемов тенниса	1.Основы техники тенниса: - хватки ракетки; - передвижения; - приемы техники. 2.Фазовый состав приемов техники: - подготовительная фаза; - предупредительная; - фаза удара; - заключительная фаза. 3.Биомеханическая характеристика технических приемов.
Тема 15. Урок как основная форма организации занимающихся теннисом	1.Урок по спортивным играм. 2.Структура урока: - подготовительная часть; - основная; - заключительная. 3.Организация учебной деятельности учащихся на уроке.
Тема 16. Методика обучения техническим приемам тенниса на начальном этапе спортивной подготовки юных теннисистов	1.Методика обучения техники тенниса. 2.Методика обучения ударам с отскока. 3.Методика обучения ударам с лета. 4.Методика обучения подачи. 5.Методика обучения удару над головой. 6.Методика обучения «свече». 7.Методика обучения укороченным ударам.
Тема 17. Совершенствование технических приёмов в теннисе	1.Основные тренировочные средства для совершенствования технических приемов

	<p>в теннисе.</p> <p>2.Примерные упражнения для совершенствования технико-тактической подготовки теннисистов.</p>
<p>Тема 18. Приобретение и совершенствование умений и навыков составления планов-конспектов учебно-тренировочных занятий для теннисистов разной квалификации</p>	<p>1.Основы структуры урочных форм занятий.</p> <p>2.Основа методики построения учебно-тренировочного занятия.</p> <p>3.Составление план – конспекта по теннису.</p>
<p>Тема 19. Организация, содержание и проведение научно-исследовательской работы</p>	<p>1.Цель научно-исследовательской работы.</p> <p>2.Задачи научно-исследовательской работы.</p> <p>3.Этапы научно-исследовательской работы.</p>
<p>Тема 20. Методы исследования</p>	<p>1.Характеристика понятия «методы исследования».</p> <p>2.Характеристика методов исследования в теннисе:</p> <p>1.Анализ научно-методической литературы.</p> <p>2.Метод опроса - беседа, интервью и анкетирование.</p> <p>3.Педагогическое наблюдение.</p> <p>4.Хронометрирование (частный случай педагогического наблюдения).</p> <p>5.Педагогический эксперимент.</p> <p>6.Метод тестирования.</p> <p>7.Математико-статистические методы.</p> <p>8.Экспертное оценивание.</p>
<p>Тема 21. Основы тактики и тактической подготовки теннисистов</p>	<p>1.Характеристика и определение понятий «тактическая подготовка» и «тактика».</p> <p>2.Факторы влияющие на тактику теннисиста во время игры.</p> <p>3.Стили игры теннисистов.</p>
<p>Тема 22. Тактика одиночной игры</p>	<p>1.Тактические системы одиночной игры.</p> <p>2.Тактика игры преимущественно у задней линии.</p> <p>3.Тактика игры преимущественно у сетки.</p> <p>4.Комбинированная система игры.</p>
<p>Тема 23. Тактика парной игры</p>	<p>1. Характеристика тактики парной игры.</p> <p>2. Поддача в парной игре.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Прием подачи в парной игре.</li> <li>4. Игра у сетки.</li> <li>5. Игра в центре корта.</li> </ul>
Тема 25. Специальная психологическая подготовка теннисистов	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика психологической подготовки в теннисе.</li> <li>2. Личностные качества спортсмена.</li> </ul>
Тема 26. Психические состояния теннисистов, обусловленные тренировочным и соревновательным процессом	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Основные формы предстартовых реакций.</li> <li>2. Регуляция предстартовых состояний.</li> </ul>
Тема 27. Задачи и организация научно-исследовательской работы в теннисе. Выбор направления и планирования исследования	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Цель и задачи НИР студентов.</li> <li>2. Организация НИР студентов.</li> <li>3. Этапы научно-исследовательской работы.</li> </ul>
Тема 28. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика математико-статистической обработки научных материалов.</li> </ul>
Тема 29. Общие методические (методологические) положения и принципы спортивной тренировки и их реализация в процессе совершенствования технического мастерства спортсменов в игровых видах спорта	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика принципов спортивной тренировки.</li> <li>2. Принцип направленности к высшему индивидуальному результату и к максимальным достижениям.</li> <li>3. Принцип индивидуализации и углубленной специализации.</li> <li>4. Принцип единства общей, а также специальной подготовки.</li> <li>5. Принцип непрерывности процесса.</li> <li>6. Принцип постепенного увеличения нагрузки.</li> <li>7. Принцип вариативности и волнообразности нагрузок.</li> <li>8. Принцип цикличности тренировочного процесса.</li> </ul>
Тема 30. Общие основы спортивной тренировки как многолетний процесс подготовки в специализированных учебно-спортивных учреждениях по теннису	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Основные понятия. Цель и задачи спортивной тренировки.</li> <li>2. Средства спортивной тренировки.</li> <li>3. Методы спортивной тренировки.</li> </ul>
Тема 31. Этапы многолетней подготовки в теннисе	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Структура системы многолетней спортивной подготовки.</li> <li>2. Этапы многолетней подготовки в</li> </ul>

	теннисе.
Тема 35. Педагогический контроль в теннисе	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика педагогического контроля.</li> <li>2. Методы контроля.</li> <li>3. Характеристика предварительного контроля.</li> <li>4. Характеристика текущего контроля.</li> <li>5. Характеристика оперативного контроля</li> <li>6. Характеристика этапного контроля.</li> <li>7. Характеристика итогового контроля.</li> </ol>
Тема 36. Взаимосвязь видов подготовки в тренировочном процессе теннисистов	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общая и специальная физическая подготовка теннисистов.</li> <li>2. Техническая подготовка теннисистов.</li> <li>3. Тактическая подготовка теннисистов.</li> <li>4. Психологическая подготовка теннисистов.</li> <li>5. Теоретическая подготовка теннисистов.</li> </ol>
Тема 37. Совершенствование физической подготовленности теннисистов	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование специальных физических качеств теннисистов.</li> <li>2. Совершенствование силы.</li> <li>3. Совершенствование быстроты.</li> <li>4. Совершенствование гибкости.</li> <li>5. Совершенствование ловкости.</li> <li>6. Совершенствование выносливости.</li> </ol>
Тема 38. Методика отбора в процессе многолетней подготовки теннисистов	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки теннисистов.</li> <li>2. Определения понятий «Отбор», «Спортивный отбор», «Спортивная ориентация».</li> <li>3. Этапы отбора.</li> </ol>
Тема 39. Техника и тактика игры как предмет совершенствования мастерства теннисистов	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование технической подготовки в теннисе.</li> <li>2. Совершенствование тактической подготовки.</li> <li>3. Совершенствование техники, тактики и стратегии.</li> </ol>

<p>Тема 40. Подготовка и управление спортсменами в соревновательном периоде</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тренировка теннисистов в соревновательном периоде.</li> <li>2. Задачи соревновательного периода.</li> <li>3. Характеристика этапа ранних стартов, развития собственно спортивной формы.</li> <li>4. Характеристика этапа непосредственной подготовки к главным соревнованиям и выступлением в них.</li> </ol>
<p>Тема 41. Планирование и контроль как важные звенья системы управления подготовкой спортсменов в теннисе</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общие положения технологии планирования в теннисе.</li> <li>2. Перспективное планирование.</li> <li>3. Текущее планирование.</li> <li>4. Оперативное планирование</li> </ol>
<p>Тема 42. Медико-биологическое обеспечение тренировочного и соревновательного процессов теннисистов</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Медико-биологическое обеспечение подготовки теннисистов.</li> <li>2. Медико-биологические средства восстановления в теннисе.</li> </ol>