

## **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

### **для студентів 1 курсу навчання з виду спорту «НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС» (2 семестр)**

1. Хронологія історичних подій при становленні настільного тенісу, як виду спорту.
2. Характеристика історичних етапів розвитку настільного тенісу, як виду спорту.
3. Вплив настільного тенісу на становлення історії Олімпійського руху.
4. Вплив оздоровчих факторів на організм людини при заняттях настільним тенісом на свіжому повітрі.
5. Формування якостей характеру особистості при заняттях настільним тенісом.
6. Особливості організації занять настільним тенісом у групах.
7. Особливості побудови і облаштування майданчиків для занять настільним тенісом на свіжому повітрі.
8. Особливості побудови і облаштування майданчиків з твердим покриттям для занять настільним тенісом на свіжому повітрі.
9. Особливості побудови і облаштування майданчиків для занять настільним тенісом у закритому приміщенні.
10. Еволюція спортивного інвентарю для занять настільним тенісом.
11. Еволюційні зміни у правилах гри на різних історичних етапах розвитку світового настільного тенісу.
12. Загальна фізична підготовка гравця у настільний теніс, комплексний розвиток фізичних якостей.
13. Спеціальна фізична підготовка гравця у настільному тенісі, розвиток швидкісно-силових якостей і швидкісно-координаційних здібностей.
14. Техніка гравця у настільний теніс. Накат зліва. Накат справа.
15. Техніка гравця у настільний теніс. Зрізка зліва. Зрізка з права.
16. Техніка гравця у настільний теніс. Топ-спін справа і зліва.
17. Техніка гравця у настільний теніс. Подачі з різним обертанням м'ячу та різної спрямованості.
18. Техніка гравця у настільний теніс. Рухові особливості пересування гравця по майданчику у підготовчій фазі до удару.
19. Тактика гри у настільний теніс. Тактичні ситуації та тактичні моделі у одиночній грі.
20. Тактика гри у настільний теніс. Тактичні ситуації та тактичні моделі у парній грі.

## **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

### **для студентів 2-3 курсу навчання з виду спорту «ТЕНІС» (4 і 6 семестр)**

1. Загальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методика комплексного розвитку швидкісних якостей.

2. Загальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методика розвитку гнучкості.
3. Загальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методика розвитку спритності.
4. Загальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методика розвитку витривалості.
5. Загальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методика розвитку сили.
6. Спеціальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методи розвитку швидкісно-силових якостей.
7. Спеціальна фізична підготовка гравців у настільний теніс. Методи розвитку швидкісно-координаційних здібностей.
8. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам накат зліва.
9. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам накат справа.
10. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам зрізка зправа.
11. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам зрізка зліва.
12. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам топ-спін зліва.
13. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам топ-спін справа.
14. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання ударам без обертання, підставка.
15. Технічна підготовка гравців у настільний теніс. Методика навчання способам пересування по майданчику у підготовчій фазі до удару.
15. Тактична підготовка гравців у настільний теніс. Характеристика факторів, що впливають на обрання тактичної моделі ведення гри.
16. Тактична підготовка гравців у настільний теніс. Тактичні ситуації у одиночній грі, методика навчання діям у тактичних ситуаціях.
17. Тактична підготовка гравців у настільний теніс. Тактичні ситуації у парній грі, методика навчання діям у тактичних ситуаціях.
18. Тактична підготовка гравців у настільний теніс. Характеристики базових тактичних моделей ведення гри.
19. Психологічна підготовка гравців у настільний теніс. Система розвитку мотивації до занять настільним тенісом.
20. Психологічна підготовки гравців у настільний теніс. Система розвитку вольових якостей.