



Автономная некоммерческая образовательная организация  
высшего образования  
«Воронежский экономико-правовой институт»  
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор

по учебно-методической работе

А.Ю. Жильников

«22» *август* 20 *18* г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.09.01 Настольный теннис

(наименование дисциплины (модуля))

40.03.01 Юриспруденция

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Государственно-правовая

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Бакалавр

(наименование направленности (профиля))

Форма обучения Очная, очно-заочная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Рекомендована к использованию Филиалами АНОО ВО «ВЭПИ».

Воронеж 2018

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО, учебным планом по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, направленность (профиль) – «Государственно-правовая».

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии.

Протокол от « 19 » сентября 20 18 г. № 4

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:

Доцент



В.С. Шелестов

## 1. Цель дисциплины «Б1.В.ДВ.09.01 Настольный теннис»:

Целью изучения дисциплины «Б1.В.ДВ.09.01 Настольный теннис» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств настольного тенниса для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

## 2. Задачи дисциплины:

2.1. Понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке к ее профессиональной деятельности;

2.2. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;

2.3. Приобретение опыта творческого использования средств игр в настольный теннис для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Дисциплина «Б1.В.ДВ.09.01 Настольный теннис» относится к дисциплинам вариативной части учебного плана дисциплин по выбору.

Для изучения данной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: физическая культура и спорт.

## 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Процесс изучения дисциплины «Б1.В.ДВ.09.01 Настольный теннис» направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций:

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть
1.	ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	о пользе здорового образа жизни и негативные последствия вредных привычек	использовать информации о здоровом образе жизни и применять ее в своей жизни	навыками ведения здорового образа жизни, участия в занятиях физической культурой и спортом

## 5. Структура и содержание дисциплины

### 5.1. Структура дисциплины

#### 5.1.1. Объем дисциплины и виды учебной работы по очной форме обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр					
			№ 1 часов	№ 2 часов	№ 3 часов	№ 4 часов	№ 5 часов	№ 6 часов
Контактная работа (всего):		106	17	19	17	18	17	18
В том числе: Лекции (Л)		-	-	-	-	-	-	-
Практические занятия (Пр)		106	17	19	17	18	17	18
Лабораторная работа (Лаб)		-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента (СРС)		222	37	35	37	36	37	40
Контроль	форма контроля	3	3	3	3	3	3	3
	кол-во часов	-	-	-	-	-	-	-
Общая трудоемкость	часов	328	54	54	54	54	54	58
	зач. ед.							

#### 5.1.2. Объем дисциплины и виды учебной работы по заочной форме обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Курс
			2 часов
Контактная работа (всего):		2	2
В том числе: Лекции (Л)		2	2
Практические занятия (Пр)		-	-
Лабораторная работа (Лаб)		-	-
Самостоятельная работа студента (СРС)		322	322
Контроль	форма контроля	3	3
	кол-во часов	4	4
Общая трудоемкость	часов	328	328
	зач. ед.		

### 5.1.3. Объем дисциплины и виды учебной работы по очно-заочной форме обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестр
			№ 3
			часов
Контактная работа (всего):		2	2
В том числе: Лекции (Л)		2	2
Практические занятия (Пр)			
Лабораторная работа (Лаб)			
Самостоятельная работа студента (СРС)		326	326
Контроль	форма контроля	3	3
	кол-во часов		
Общая трудоемкость	часов	328	328
	зач. ед.		

## 5.2. Содержание дисциплины

### 5.2.1. Содержание дисциплины по очной форме обучения

Наименование раздела, темы	Количество часов, выделяемых на контактную работу			СРС	Контроль
	в том числе по видам учебных занятий				
	Л	Пр	Лаб		
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания	-	10	-	44	реферат
Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису	-	10	-	43	реферат
Тема 3. Техника настольного тенниса	-	33	-	45	реферат
Тема 4. Тактика настольного тенниса	-	33	-	46	реферат
Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису	-	20	-	44	реферат, тест
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	-	106	-	222	-

### 5.2.2. Содержание дисциплины по заочной форме обучения

Наименование раздела, темы	Количество часов, выделяемых на контактную работу			СРС	Контроль
	в том числе по видам учебных занятий				
	Л	Пр	Лаб		
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания	2	-	-	65	реферат
Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису		-	-	65	реферат
Тема 3. Техника настольного тенниса		-	-	62	реферат
Тема 4. Тактика настольного тенниса		-	-	62	реферат
Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису		-	-	68	реферат, тест
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	2	-	-	322	4

### 5.2.3. Содержание дисциплины по очно-заочной форме обучения

Наименование раздела, темы	Количество часов, выделяемых на контактную работу			СРС	Контроль
	в том числе по видам учебных занятий				
	Л	Пр	Лаб		
1	2	3	4	5	6
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания			-	65	реферат
Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису	2		-	65	реферат
Тема 3. Техника настольного тенниса			-	65	реферат
Тема 4. Тактика настольного тенниса			-	65	реферат
Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису			-	66	реферат, тест
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	2		-	326	-

### Тематическое содержание дисциплины

Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания (2 ч. – заочная форма обучения)

История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта. Краткие сведения о развитии настольного тенниса в России и за рубежом.

**Практическое занятие (10 ч. – очная форма обучения)**

**Контрольные вопросы:**

1. История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса.
2. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта.
3. Развитие настольного тенниса в России и за рубежом.

Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису - 2 часа (2 ч. – очно-заочная форма обучения)

Оборудование инвентарь: игровые условия, сетка, мяч, ракетка. Основные термины. Проведение встречи, партии. Порядок игры. Выбор подачи, приема и сторон. Требования к правильной подаче, правильному возврату. Присуждение выигрышного очка. Переигровка. Остановка игры. Перерывы. Права и обязанности участника соревнований. Техника безопасности. Организация и проведение соревнований. Система проведения соревнований: круговая, с выбыванием, смешанная. Командные матчи. Обязанности и права судей. Судейская бригада. Руководство ходом проведения встречи.

**Практическое занятие (10 ч. – очная форма обучения)**

**Контрольные вопросы:**

1. Оборудование для игры в настольный теннис
2. Основные термины
3. Порядок игры
4. Техника безопасности
5. Организация проведения соревнований

Тема 3. Техника настольного тенниса

Классификация техники настольного тенниса. Стойка, хват ракетки, передвижения, подачи, атакующие удары

**Практическое занятие (33 ч. – очная форма обучения)**

**Контрольные вопросы:**

1. Техника игры в настольный теннис
2. Классификация техники настольного тенниса

#### Тема 4. Тактика настольного тенниса

Классификация тактики настольного тенниса. Тактические действия теннисистов в одиночных и парных соревнованиях. Индивидуальные тактические действия теннисиста в нападении и защите. Тактические действия в защите и нападении в парной игре.

#### **Практическое занятие (33 ч. – очная форма обучения)**

##### **Контрольные вопросы:**

1. Классификация тактики настольного тенниса
2. Индивидуальные тактические действия теннисиста в нападении и защите.
3. Парные тактические действия теннисиста в нападении и защите.

#### Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису

Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису. Судейство учебных соревнований.

#### **Практическое занятие (20 ч. – очная форма обучения)**

##### **Контрольные вопросы:**

1. Участие в соревнованиях по настольному теннису.
2. Судейство соревнований.

#### **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Основными видами самостоятельной работы являются:

##### **На 1 этапе «Текущий контроль успеваемости»:**

1. Подготовка к опросу. Опрос проводится в виде собеседования по вопросам изученной темы. При подготовке к опросу обучающемуся необходимо ознакомиться со списком вопросов (находятся в пункте 12.3); с основной и дополнительной литературой (список находится в пункте 7).

2. Подготовка и написание реферата.

Ответы оцениваются по следующим критериям:

«Зачтено» – обучающийся при устном опросе способен излагать теоретический материал по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; историю развития игр; терминологию настольного тенниса; правила игры в настольный теннис; основные правила безопасности.

«Не зачтено» – не соответствует критериям «зачтено». Представленный реферат не соответствует предъявляемым требованиям.

##### **Требования к написанию реферата**

Тематика рефератов разрабатывается преподавателем дисциплины и предоставляется заранее.



Реферат выполняется на листах формата А4 в компьютерном варианте. Поля: верхнее, нижнее – 2 см, правое – 3 см, левое – 1,5 см, шрифт Times New Roman, размер шрифта – 14, интервал – 1,5; абзац – 1,25; выравнивание по ширине. Объем реферата 15-20 листов. Нумерация страниц обязательна. Номер ставится по центру вверху страницы. *Титульный лист* не нумеруется.

**При написании реферата необходимо следовать следующим правилам:**

Раскрытие темы реферата предполагает наличие нескольких источников (как минимум 4-5 публикаций, монографий, справочных изданий, учебных пособий) в качестве источника информации.

Подготовка к написанию реферата предполагает внимательное изучение каждого из источников информации и отбор информации непосредственно касающейся избранной темы. На этом этапе работы важно выделить существенную информацию, найти смысловые абзацы и ключевые слова, определить связи между ними.

**Содержание** реферата ограничивается 2-3 параграфами (§§).

Сведение отобранной информации непосредственно в текст реферата, должно быть выстроено в соответствии с определенной логикой. Реферат состоит из трех частей: введения, основной части, заключения.

**Во введении** логичным будет обосновать выбор темы реферата, актуальность (почему выбрана данная тема, каким образом она связана с современностью?); цель (должна соответствовать теме реферата); задачи (способы достижения заданной цели), отображаются в названии параграфов работы; историография (обозначить использованные источники с краткой аннотацией – какой именно источник (монография, публикация и т.п.), основное содержание в целом (1 абз.), что конкретно содержит источник по данной теме (2-3 предложения).

**В основной части** дается характеристика и анализ темы реферата в целом, и далее – сжатое изложение выбранной информации в соответствии с поставленными задачами. В конце каждой главы должен делаться вывод (подвывод), который начинается словами: «Таким образом...», «Итак...», «Значит...», «В заключение главы отметим...», «Все сказанное позволяет сделать вывод...», «Подводя итог...» и т.д. Вывод содержит краткое заключение по §§ главы (объем 0,5–1 лист). В содержании не обозначается.

**Заключение** содержит те подвыводы по параграфам, которые даны в работе (1-1,5 листа). Однако прямая их переписка нежелательна; выгодно смотрится заключение, основанное на сравнении. Например, сравнение типов политических партий, систем, идеологий и др. Уместно высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему.

**Список литературы.** В списке указываются только те источники, на которые есть ссылка в основной части реферата. Ссылка в основном тексте оформляется:

В подстрочнике: цитата выделяется кавычками, затем следует номер ссылки. Нумерация ссылок на каждой странице начинается заново. Например, «Цитата...»<sup>[1]</sup>.

Библиографическое описание книги в списке использованной литературы оформляется в соответствии с ГОСТ, (фамилия, инициалы автора, название работы, город издания, издательство, год издания, общее количество страниц).

При использовании материалов из сети ИНТЕРНЕТ необходимо оформить ссылку на использованный сайт.

Тематика рефератов разрабатывается преподавателем дисциплины и предоставляется обучающимся заранее либо самим преподавателем, либо методистом соответствующей кафедры (через старост). С темами рефератов можно ознакомиться в пункте 12.3.

Реферат выполняется на листах формата А4 в компьютерном варианте. Поля: верхнее, нижнее – 2 см, правое – 3 см, левое – 1,5 см, шрифт Times New Roman, размер шрифта – 14, интервал – 1,5, абзац – 1,25, выравнивание по ширине. Объем реферата 15-20 листов. Нумерация страниц обязательна. Номер страницы ставится по центру вверху страницы. *Титульный лист* не нумеруется.

Рефераты сдаются преподавателю в указанный срок. Реферат не будет зачтен в следующих случаях:

1. Существенных нарушений правил оформления (отсутствует содержание или список литературы, нет сносок, номеров страниц и т.д.).

2. Серьезных недостатков в содержании работы (несоответствие структуры работы ее теме, неполное раскрытие темы, использование устаревшего фактического материала).

Возвращенный обучающемуся реферат должен быть исправлен в соответствии с рекомендациями преподавателя. Обучающийся, не получивший зачет по реферату, к зачету не допускается.

### **На 2 этапе «Рубежный контроль»:**

1. Подготовка и написание реферата.
2. Сдача нормативов. Пример нормативов и их оценки представлен в пункте 12.3.

**На 3 этапе «Промежуточная аттестация»** проводится зачёт, на котором обучающийся получает 2 вопроса. Вопросы для зачета представлены в пункте 12.3.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся Институт предоставляет библиотечные ресурсы, электронные библиотечные и Интернет-ресурсы.

## **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### 7.1. Основная литература

№	Семестр	Библиографическое описание (автор(ы), название,	Используется
---	---------	---	--------------

п/п		место изд., год изд., стр.)	при изучении разделов (тем)
1	2	3	4
1.	1-6, 3	Никитушкин, В. Г. Легкая атлетика в начальной школе : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В. Г. Никитушкин, Е. Г. Цуканова. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 205 с. — (Серия : Бакалавр и магистр. Модуль.). — ISBN 978-5-534-05786-7 <a href="https://biblio-online.ru/book/B69CEB85-FD87-4524-B172-571963144297/legkaya-atletika-v-nachalnoy-shkole">https://biblio-online.ru/book/B69CEB85-FD87-4524-B172-571963144297/legkaya-atletika-v-nachalnoy-shkole</a>	1-7

## 7.2. Дополнительная литература

№ п/п	Семестр	Библиографическое описание (автор(ы), название, место изд., год изд., стр.)	Используется при изучении разделов (тем)
1	2	3	4
1.	1-6, 3	Евсеев Ю. И. Физическая культура: учебное пособие [Электронный ресурс] / Ростов-н/Д:Феникс,2014. - 448с. - 978-5-222-21762-7	1-7

## 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Обучающимся доступно основное программное обеспечение фирмы Microsoft с использованием подписки Dreamspark (Microsoft Windows 7/8, Microsoft Visual Studio 2013 и т.д.), фирмы 1С и др.; свободный доступ к Интернет-ресурсам учебного назначения, мировому информационному учебному сообществу, электронным библиотечным системам и другим информационным ресурсам.

### Электронные образовательные ресурсы

Министерство образования и науки Российской Федерации: <http://минобрнауки.рф/>

Федеральный портал «Российское образование»: <http://edu.ru/>.

Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»: <http://window.edu.ru/>

Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов: <http://school-collection.edu.ru/>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru/>

АНОО ВО «ВЭПИ»	<a href="http://vepi.ru">http://vepi.ru</a>
Электронные библиотечные системы и ресурсы:	<a href="http://tih.kubsu.ru/informatsionnie-resursi/elektronnie-resursi-nb.html">http://tih.kubsu.ru/informatsionnie-resursi/elektronnie-resursi-nb.html</a>
Конституция Российской Федерации	<a href="http://www.constitution.ru">http://www.constitution.ru</a>
Информационно - правовой сервер «Кодекс»	<a href="http://www.kodeks.ru">http://www.kodeks.ru</a>
Общероссийская сеть распространения правовой информации «Консультант Плюс»	<a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>
ЮРИДИЧЕСКАЯ РОССИЯ - российский образовательный правовой портал	<a href="http://www.lawportal.ru">http://www.lawportal.ru</a>
Информационное агентство по экономике и правоведению	<a href="http://www.akdi.ru">http://www.akdi.ru</a>
Законодательство России	<a href="http://www.systema.ru">http://www.systema.ru</a>
Европейский суд по правам человека	<a href="http://www.echr.ru/">http://www.echr.ru/</a>
Судебная практика	<a href="http://www.sud-praktika.narod.ru">http://www.sud-praktika.narod.ru</a>
Портал правовой информации	<a href="http://www.lawfirm.ru">http://www.lawfirm.ru</a>
Портал правовой информации	<a href="http://www.pravopoliten.ru">http://www.pravopoliten.ru</a>
Классика российской правовой мысли	<a href="http://civil.consultant.ru/elib">http://civil.consultant.ru/elib</a>
Комментарии к законодательству РФ	<a href="http://www.labex.ru/page/about">http://www.labex.ru/page/about</a>
Общий портал правовой информации - новости и последние изменения	<a href="http://www.legis.ru/news/news.asp">http://www.legis.ru/news/news.asp</a>
Подборка электронных материалов по юриспруденции	<a href="http://www.law.edu.ru">http://www.law.edu.ru</a>
Конституции государств	<a href="http://concourt.am/wwconst/constit/">http://concourt.am/wwconst/constit/</a>
Полные тексты кодексов РФ в электронном виде	<a href="http://www.kadis.ru">http://www.kadis.ru</a>
Юридический словарь; Большая Российская Юридическая Энциклопедия	<a href="http://www.kodeks.net">www.kodeks.net</a>
Конституционный Суд РФ	<a href="http://ks.rfnet.ru">http://ks.rfnet.ru</a>
Верховный Суд Российской Федерации	<a href="http://www.supcourt.ru">http://www.supcourt.ru</a>
Судебный департамент при Верховном Суде РФ	<a href="http://www.cdep.ru">http://www.cdep.ru</a>
МВД России	<a href="http://www.mvdinform.ru">http://www.mvdinform.ru</a>
Государственная Дума	<a href="http://www.prodemo.ru">http://www.prodemo.ru</a>
База данных Государственной Думы	<a href="http://wbase.duma.gov.ru">http://wbase.duma.gov.ru</a>
Поисковая система Государственной Думы по законопроектам	<a href="http://www.duma.gov.ru">http://www.duma.gov.ru</a>
Поисковая система по праву различных стран	<a href="http://www.loc.gov/law">http://www.loc.gov/law</a>

**9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине; включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

Информационные технологии – это совокупность методов, способов, приемов и средств обработки документированной информации, включая прикладные программные средства, и регламентированного порядка их применения.

Под информационными технологиями понимается использование компьютерной техники и систем связи для создания, сбора, передачи, хранения и обработки информации для всех сфер общественной жизни.

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине могут применяться такие информационные технологии, как использование на занятиях электронных изданий (чтение лекций с использованием слайд-презентаций, электронного курса лекций, графических объектов, видео-аудио-материалов (через Интернет), виртуальных лабораторий, практикумов), специализированных и офисных программ, информационных (справочных) систем, баз данных, организация взаимодействия с обучающимися посредством электронной почты, форумов, Интернет-групп, скайп, чаты, видеоконференцсвязь, компьютерное тестирование, дистанционные занятия (олимпиады, конференции), вебинар (семинар, организованный через Интернет).

## **10. Образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Для обеспечения качественного образовательного процесса применяются следующие образовательные технологии:

10.1. Традиционные: иллюстративные, объяснительные, объяснительно-иллюстративные;

10.2. Инновационные: дифференцированные, информационные, информационно-коммуникационные, модульные, игровые, проблемные и др.;

10.3. Интерактивные: организация кейс-технология, проектная технология, тренинг, мозговой штурм и др.

## **11. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Шарик н/т Стига «Клаб Селект» 40 мм. – 3 шт.;
2. Шарик н/т Стига «1 звезда мастер» 40 мм. – 3 шт.;
3. Стол для настольного тенниса – 2 шт.,
4. Ракетки для настольного тенниса – 6 шт.,
5. Скамейка гимнастическая – 1 шт.

## **12. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

12.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения основной профессиональной

## образовательной программы высшего образования

Наименование этапа контроля	Содержание этапа контроля	Коды и наименования оцениваемых компетенций
1 ЭТАП «Текущий контроль успеваемости»	Знать: - теоретический материал по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; - историю развития игр; - терминологию настольного тенниса; - правила игры в настольный теннис; - основные правила безопасности.	ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
2 ЭТАП «Рубежный контроль»	Уметь: - организованно и быстро готовить места занятий; - использовать полученный на занятиях по настольному теннису опыт для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных и профессиональных целей; - отмечать ошибки в выполнении упражнений и находить способы их устранения.	
3 ЭТАП «Промежуточная аттестация»	Владеть: - спортивной терминологией игры; - основами техники и тактики игры.	

12.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Наименование этапа контроля	Коды оцениваемых компетенций	Критерии оценки	
		«Зачтено»	«Не зачтено»
1 ЭТАП «Текущий контроль успеваемости»	ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знание теоретического материала по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; истории развития игры; терминологии настольного тенниса; правил игры в настольный теннис; основных правила безопасности.	Не знание теоретического материала по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; истории развития игры; терминологии настольного тенниса; правил игры в настольный теннис; основных правила безопасности.
2 ЭТАП «Рубежный контроль»		Умение организованно и быстро готовить места занятий; использовать полученный на занятиях по настольному теннису опыт для повышения своих функциональных и двигательных	Не умение организованно и быстро готовить места занятий; использовать полученный на занятиях по настольному теннису опыт для повышения своих функциональных и двигательных

		возможностей, для достижения личных и профессиональных целей; отмечать ошибки в выполнении упражнений и находить способы их устранения.	возможностей, для достижения личных и профессиональных целей; отмечать ошибки в выполнении упражнений и находить способы их устранения.
3 ЭТАП «Промежуточная аттестация»		Владение спортивной терминологией игры; основами техники и тактики игры.	Не владение спортивной терминологией игры; основами техники и тактики игры.

12.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины.

## 1 ЭТАП

### «Текущий контроль успеваемости»

#### Вопросы для опроса

1. Основные термины, оборудование и инвентарь настольного тенниса.
2. Основные термины технических приемов ведения игры.
3. Правила игры в настольный теннис.
4. Права и обязанности участников соревнований.
5. Права и обязанности представителя, тренера, капитана команды.
6. Судейская коллегия.
7. Аэродинамические и механические особенности полета и отскока мяча.
8. Влияние качества и особенностей инвентаря на технику игры в настольный теннис.
9. История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса.
10. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта.
11. Развитие настольного тенниса в России и за рубежом.
12. Техника безопасности при игре в настольный теннис.
13. Классификация техники настольного тенниса.
14. Классификация тактики настольного тенниса.
15. Участие в соревнованиях по настольному теннису.

### II этап – рубежный контроль

#### Темы рефератов

1. Структура игры и соревновательной деятельности.
2. Настольный теннис в Олимпийских играх.
3. Развитие игровой техники и инвентаря в настольном теннисе.
4. Современное состояние и развитие настольного тенниса.
5. Классификация и общая характеристика техники игры.
6. Основы тактики игры.
7. Характеристика стилей игры в настольный теннис.
8. Права и обязанности участников соревнований и судей.
9. Общая характеристика инвентаря для игры в настольный теннис.
10. Виды подготовки игроков в настольном теннисе.

### Тестовые задания

1. В каком году настольный теннис признан спортивной игрой:  
А. 1898;  
Б. 1901;  
В. 1900.
2. До какого количества очков продолжается партия в настольный теннис у мужчин:  
А. до 11;  
Б. до 21;  
В. до 15.
3. По сколько подач подает каждый игрок у женщин:  
А. по 1;  
Б. по 5;  
В. по 2.
4. Для теннисистов – азиатов характерна хватка:  
А. горизонтальная;  
Б. вертикальная;  
В. плоская.
5. Высота сетки для игры в настольный теннис:  
А. 17.25 см;  
Б. 16.00 см;  
В. 15.25 см.
6. Количество кратковременных перерывов в партии:  
А. после каждых 6 разыгранных очков;  
Б. 2;  
В. 1.
7. Партия в настольном теннисе при счете 11:11 продолжается до:  
А. 15 очков;  
Б. 12 очков;  
В. разницы в 2 очка.
8. К какому виду ударов относится «подрезка»:  
А. защитные;  
Б. промежуточные;



В. атакующие.

9. На какую минимальную высоту должен быть подброшен мяч при подаче:

А. 20 см;

Б. 11 см;

В. 16 см.

10. «Челнок» в настольном теннисе – это:

А. перемещения игрока;

Б. атакующий удар;

В. подача.

11. Настольный теннис – это .....

12. Перечислите атакующие удары в настольном теннисе.

13. Объясните правило активизации игры.

14. Перечислите страны – фавориты игры в настольный теннис.

15. Как называется накладка ракетки, состоящая из нижнего слоя губчатой резины и верхнего слоя резины, наклеенной пупырышками наружу?

### **3 ЭТАП «Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины»**

#### **Список вопросов к зачету**

1. История возникновения и развития игры.
2. Характеристика игры в настольный теннис.
3. Современное состояние настольного тенниса в стране и в мире.
4. Требования к инвентарю для игры в настольный теннис.
5. Основная терминология в настольном теннисе.
6. Виды соревнований в настольном теннисе.
7. Судейство соревнований в настольном теннисе.
8. Правила правильной подачи.
9. Правила розыгрыша очка в настольном теннисе.
10. Проведение командных соревнований в настольном теннисе.
11. Классификация техники приемов игры в нападении игроков.
12. Классификация техники приемов игры в защите игроков.
13. Типичные ошибки в технике выполнения атакующих ударов
14. Методика обучения техническим элементам в настольном теннисе.
15. Характеристика тактики игры в паре.
16. Характеристика приемов нападения игроков.
17. Характеристика приемов техники игры в защите.
18. Основные правила игры в настольный теннис.
19. Виды технических приёмов.
20. Технические планы ведения игры
21. Фазовая структура техники ударов
22. Классификация способов держания ракетки
23. Виды вращения мяча
24. Основы тактики игры

25. Выбор подачи, приема, сторон
26. Методика обучения технике настольного тенниса
27. Общефизическая и специальная подготовка теннисиста Правила проведения соревнований по настольному теннису
28. Правила игры в настольный теннис
29. Требования к местам соревнований по настольному теннису
30. Основные разделы Положения о соревнованиях и их содержание
31. Виды соревнований. Общая характеристика
32. Организация занятий, подготовка мест занятий, инвентарь. Уход за инвентарём и оборудованием
33. Объяснение и демонстрация техники игры

12.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Для подготовки к зачёту обучающимся рекомендуется ознакомиться с учебной литературой по дисциплине «Настольный теннис», находящимся в библиотеке Института.

На 1 этапе «Текущий контроль успеваемости» на основании теоретического опроса и защиты реферата выставляются:

«Зачтено» – обучающийся при устном опросе способен излагать теоретический материал по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; историю развития игр; терминологию настольного тенниса; правила игры в настольный теннис; основные правила безопасности.

«Не зачтено» – не соответствует критериям «зачтено». Представленный реферат не соответствует предъявляемым требованиям.

На 2 этапе «Рубежный контроль» на основании нормативов и защиты реферата выставляются:

«Зачтено» – представленный реферат соответствует требованиям.

«Не зачтено» – представленный реферат не соответствует предъявляемым требованиям.

На 3 этапе «Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины» качество ответов на зачете оцениваются:

«Зачтено» – обучающийся при устном опросе способен излагать теоретический материал по основным вопросам теории и методики настольного тенниса; историю развития игр; терминологию настольного тенниса; правила игры в настольный теннис; основные правила безопасности.

«Не зачтено» – не соответствует критериям «зачтено».

**13. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Продуктивность усвоения учебного материала во многом определяется интенсивностью и качеством самостоятельной работы обучающегося. Самостоятельная работа предполагает формирование культуры умственного труда, самостоятельности и инициативы в поиске и приобретении знаний; закрепление знаний и навыков, полученных на всех видах учебных занятий; подготовку к предстоящим занятиям, зачетам; выполнение контрольных работ.

Самостоятельный труд развивает такие качества, как организованность, дисциплинированность, волю, упорство в достижении поставленной цели, вырабатывает умение анализировать факты и явления, учит самостоятельному мышлению, что приводит к развитию и созданию собственного мнения, своих взглядов. Умение работать самостоятельно необходимо не только для успешного усвоения содержания программы, но и для дальнейшей творческой деятельности.

Основу самостоятельной работы обучающегося составляет работа с учебной и научной литературой. Из опыта работы с книгой (текстом) следует определенная последовательность действий, которой целесообразно придерживаться. Сначала прочитать весь текст в быстром темпе. Цель такого чтения заключается в том, чтобы создать общее представление об изучаемом (не запоминать, а понять общий смысл прочитанного). Затем прочитать вторично, более медленно, чтобы в ходе чтения понять и запомнить смысл каждой фразы, каждого положения и вопроса в целом.

Чтение приносит пользу и становится продуктивным, когда сопровождается записями. Это может быть составление плана прочитанного текста, тезисы или выписки, конспектирование и др.

Выбор вида записи зависит от характера изучаемого материала и целей работы с ним.

Если содержание материала несложное, легко усваиваемое, можно ограничиться составлением плана.

Если материал содержит новую и трудно усваиваемую информацию, целесообразно его законспектировать. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

**План** – это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

**Конспект** – это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов.

**План-конспект** – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

**Текстуальный конспект** – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

**Свободный конспект** – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания

материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

**Тематический конспект** – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

**Подготовка к семинарскому** занятию включает 2 этапа:

1й – организационный;

2й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

уяснение задания на самостоятельную работу;

подбор рекомендованной литературы;

составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе.

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале занятия обучающиеся под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные явления и факты. В процессе творческого

обсуждения и дискуссии вырабатываются умения и навыки использовать приобретенные знания для решения практических задач.