



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



УТВЕРЖДАЮ

Проректор

по учебно-методической работе

А.Ю. Жильников

«19» декабря 2022 г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

ЭДФ.ДВ.01.02 Настольный теннис

(наименование дисциплины (модуля))

38.03.01 Экономика

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) _____

Финансы и кредит

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника _____

Бакалавр

(наименование квалификации)

Форма обучения _____

Очная, очно-заочная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Рекомендован к использованию Филиалами АНОО ВО «ВЭПИ»

Воронеж 2022

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол заседания от « 15 » декабря 20 22 г. № 4

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

1. Начальник дополнительного офиса «Воронежский» ПАО КБ «Уральский Банк реконструкции и развития» Пленков А.А. 15.12.2022
(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)



2. Генеральный директор ООО «Дорожник» Абрамян А.Г. 15.12.2022
(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)



Заведующий кафедрой

Л.В. Абдалина

Разработчики:

Доцент

В.С. Шелестов

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины ЭДФ.ДВ.01.02 Настольный теннис является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения							
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.
Безопасность жизнедеятельности		УК-7						
Физическая культура и спорт	УК-7							
Общая физическая подготовка	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Здоровый образ жизни и здоровьесбережение	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Шахматы	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7	УК-7		
Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы								УК-7

Этап дисциплины (модуля) ЭДФ.ДВ.01.02 Настольный теннис в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 1,2,3,4,5,6,8 семестру.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярным занятием физической культурой.	знать: - основы физического воспитания и интереса к настольному теннису; уметь: - выстраивать график регулярных занятий; владеть: - навыком развития координации при осуществлении физических нагрузок.
	ИУК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности.	знать: - о необходимости ведения здорового образа жизни; уметь: - выбирать правильные тактики в игре в настольный теннис; владеть: - технологией выбора здоровьесберегающих упражнений.

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Компетенции (части компетенций)	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля успеваемости	Шкала оценивания
1	Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания	УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)	Знать историю, современное состояние настольного тенниса Уметь оценивать перспективы развития настольного тенниса Владеть содержанием игры и ее характеристикой	устный опрос, доклад, тестирование	«Зачтено», «Не зачтено»
2	Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)	Знать оборудование для игры в настольный теннис, основные термины и порядок игры Уметь применять правила и организовывать игру в настольный теннис Владеть техникой безопасности при игре в	устный опрос, доклад, тестирование	«Зачтено», «Не зачтено»

			настольный теннис		
3	Тема 3. Техника настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)	Знать технику игры в настольный теннис, классификацию техники настольного тенниса Уметь применять техники игры в настольный теннис Владеть техникой игры в настольный теннис	устный опрос, доклад, тестирование	«Зачтено», «Не зачтено»
4	Тема 4. Тактика настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)	Знать классификацию тактики настольного тенниса, индивидуальные и групповые тактические действия теннисиста в нападении и защите. Уметь применять тактические индивидуальные и групповые действия при игре в настольный теннис Владеть тактикой игры в настольный теннис	устный опрос, доклад, тестирование	«Зачтено», «Не зачтено»
5	Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)	Знать возможности участия в соревнованиях по настольному теннису, организацию судейства соревнований. Уметь организовывать соревнования и судейство по настольному теннису Владеть навыками организации и судейства игр по настольному теннису	устный опрос, доклад, тестирование	«Зачтено», «Не зачтено»
ИТОГО			Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания
			Зачет	Ответ на билет	«Зачтено», «Не зачтено»

Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

1. Критерий оценивания устного ответа:

Зачтено – хорошее знание основных терминов и понятий курса, последовательное изложение материала курса, умение формулировать некоторые обобщения по теме вопросов, достаточно полные ответы на

вопросы, умение использовать фундаментальные понятия из базовых дисциплин при ответе.

Не зачтено – не выполнены требования, соответствующие оценке «зачтено».

2. Критерии оценивания доклада:

Зачтено – содержание основано на глубоком и всестороннем знании темы, изученной литературы, изложено логично, аргументировано и в полном объеме, основные понятия, выводы и обобщения сформулированы убедительно и доказательно, возможны недостатки в систематизации или в обобщении материала, неточности в выводах, основные категории применяются для изложения материала.

Не зачтено – не выполнены требования, соответствующие оценке «зачтено».

3. Критерии оценивания тестирования:

Оценка «отлично» – 86 % – 100 % правильных ответов.

Оценка «хорошо» – 70 % – 85 % правильных ответов.

Оценка «удовлетворительно» – 51 % – 69 % правильных ответов.

Оценка «неудовлетворительно» – 50 % и менее правильных ответов.

4. Критерии оценивания ответа на зачете.

- зачтено – даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы; в ответах в основном выделялось главное, показано умение анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии; демонстрирует знания, умения и навыки компетенций;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

3.1. «Вопросы для проведения устного опроса»:

1. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.

2. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физическими упражнениями.

3. Индивидуальные (возрастные, половые, состояние здоровья, физические возможности организма, мотивация и др.) особенности построения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

4. Инновационные виды занятий физическими упражнениями (аэробика, шейпинг, йога, фитбол аэробика, пилатес и т.п.).

5. Классификация гимнастики.

6. Медицинские противопоказания при занятиях физическими

упражнениями и применение других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

7. Методика развития быстроты движений и скоростно-силовых качеств.

8. Методика развития выносливости.

9. Методика развития гибкости.

10. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы.

11. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний дыхательной системы.

12. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата.

13. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика заболеваний мочеполовой системы.

14. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика некоторых заболеваний органов зрения.

15. Общая характеристика, причины возникновения и профилактика некоторых заболеваний пищеварительной системы.

16. Питание при занятиях оздоровительными видами физической культуры.

17. Регулировка массы тела в процессе занятий физической культурой.

18. Самоконтроль состояния здоровья обучающегося, его цели и задачи.

19. Современные популярные виды спорта.

20. Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с указанием примерной дозировки).

3.2. «Примерный перечень тем докладов»:

1. Система физического воспитания в России Роль физической культуры в жизни человека и общества.

2. Исторические аспекты физической культуры. Роль двигательной деятельности в здоровом образе жизни человека.

3. Нетрадиционные виды движений и их влияние на здоровье человека.

4. Олимпийские виды спорта.

5. Параолимпийские виды спорта. Олимпийские чемпионы Воронежа. Роль Олимпийского движения для современного общества.

6. Характеристика вида спорта (на выбор).

7. Двигательная активность при заболеваниях различной этиологии. Физическая культура и вредные привычки.

8. Методы контроля и самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом.

9. Польза и вред оздоровительных движений.

10. Закаливание – средство укрепления здоровья.
 11. Показания и противопоказания к закаливанию.
 12. Двигательные качества человека и методы их развития.
 13. Здоровый образ жизни в произведениях мировой литературы.
 Научные основы физической культуры и ее связь с другими науками.
 Работоспособность обучающегося.
 14. Средства физической культуры в регулировании работоспособности и профилактике утомления.
 15. Способы воздействия физической нагрузкой на различные показатели человеческого организма.
 16. Требования к экипировке для занятий физической культурой и спортом, для занятий конкретным видом спорта.

Задания закрытого типа (Тестовые задания)

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	21	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
2	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	22	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
3	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	23	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
4	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	24	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
5	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	25	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
6	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	26	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
7	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	27	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
8	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	28	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
9	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	29	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
10	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	30	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
11	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	31	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
12	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	32	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
13	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	33	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
14	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	34	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
15	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	35	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
16	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	36	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2

17	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	37	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
18	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	38	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
19	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	39	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
20	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	40	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	1-А, 2-Б, 3-В, 4-Г	6	1-Г, 2-В, 3-Б, 4-А	11	1	16	3
2	1, 2, 3, 4	7	3, 4	12	2	17	3
3	4	8	1, 2, 3, 4	13	2	18	3
4	3	9	3, 4	14	1	19	4
5	1-А, 2-Б, 3-В, 4-Г	10	1, 2	15	3	20	4

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
21	2	26	1	31	3	36	1
22	4	27	3	32	4	37	1
23	3	28	3	33	4	38	2
24	2	29	3	34	1	39	1
25	2	30	4	35	3	40	3

Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания

Задание № 1

Установите соответствие между содержанием деятельности при игре в настольный теннис, расположенном в столбце 2 и его названием, перечисленным в столбце 1 (табл.)

Столбец 1		Столбец 2		
1	Игровая деятельность	А	управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели.	
			управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели.	
			управляемая сознанием внутренняя	

			(психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. Управляемая сознанием внутренняя и внешняя активность, направленная на достижение определённой цели
2	Соревновательная деятельность	Б	игровая деятельность игроков в настольный теннис в условиях соревнований, нацеленная на достижение победы над соперником в условиях специфического противоборства и при соблюдении установленных правил игры.
3	Тренировочная деятельность	В	совместная деятельность тренера и спортсмена по совместная деятельность тренера и спортсмена, ведущая к успешному достижению целей тренировки.
4	Тренировочная нагрузка	Г	составная часть тренировки, отражает количественную меру составная часть тренировки, которая отражает степень воздействий на организм теннисистов в процессе тренировочных занятий. Величина нагрузки определяется ее интенсивностью и объемом

Задание № 2

Установите последовательность при овладении техникой игры в настольный теннис:

1. разучивание хватки, жонглирование мячом, имитация срезок слева и справа, накатов справа и слева, отработка этих элементов у тренировочной стенки;
2. совершенствование срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях, освоение подач справа и слева без вращения;
3. овладение подрезками слева и справа, подачами со сложным вращением, разучивание технико-тактических комбинаций, совершенствование накатов справа и слева по подрезке;
4. освоение топ-спина справа и слева, «свечи», дальнейшее совершенствование освоенных ранее технических приемов и технико-тактических комбинаций;

Задание № 3

В технической заявке указывается

1. 10 игроков;
2. 9 игроков;

3. 11 игроков;
4. в зависимости от ранга соревнований.

Задание № 4

Окончание официальной разминки происходит до официального начала матча:

1. за 6 минут;
2. за 4 минуты;
3. за 5 минут;
4. за 10 минут.

Задание № 5

Установите соответствие между чемпионатами мира по настольному теннису, перечисленными в столбце 2, командами, которые в них принимают участие, перечисленным в столбце 1 (табл.)

Столбец 1		Столбец 2	
1	Мужская сборная команда	А	Кубок Свейтлинга
2	Женская сборная команда	Б	Кубок Корбилона
3	Мужской одиночный разряд	В	Кубок Брайда
4	Женский одиночный разряд	Г	Кубок Гейста

Задание № 6

Укажите соответствие между понятиями настольного тенниса и их характеристиками.

1	Ракетка	А	накат, выполняемый по укороченному мячу или при приеме короткой подачи,
2	Топс-удар	Б	Удар по мячу с приданием ему очень высокой траектории полета при небольшой скорости
3	Свеча	В	быстрый, завершающий топ-спин с более прямолинейной траекторией
4	Скидка	Г	спортивный инвентарь, предназначенный для выполнения ударов по мячу.

Задание № 7

Укажите несколько правильных ответов. Сколько секунд длится тайм-аут

1. 25;
2. 15;
3. 30;
4. 60.

Задание № 8

Укажите правильную последовательность вступления частей тела в удар при игре в настольный теннис

1. кисть;
2. предплечье;
3. плечо;
4. туловище;

Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису

Задание № 9

Типы хватки ракетки в настольном теннисе:

1. Американская хватка;
2. Африканская хватка;
3. Европейская хватка;
4. Азиатская хватка.

Задание № 10

Упражнения для развития быстроты при игре в настольный теннис (несколько правильных ответов):

1. одиночные броски набивного мяча одной и двумя руками снизу;
2. удары в игре у стола по коротким мячам;
3. Игра со всего стола одним видом удара (только справа, только слева).
4. Игра с одной точки стола с поворотами (поочередно справа и слева).

Задание № 11

На сколько зон условно разделена площадка при игре в настольный теннис в защите

1. 2;
2. 8;
3. 5;
4. 9.

Задание № 12

Карточки расстановки проверяет:

1. первый судья;
2. второй судья;
3. линейные судьи;
4. организаторы соревнований.

Задание № 13

Ширина стола в настольном теннисе:

1. 3,60 см;
2. 152,5 см;
3. 4,00 см;
4. 450 см.

Задание № 14

Сколько метров площадка в настольном теннисе:

1. 12X6;
2. 40X26;
3. 26X14;
4. 12X12.

Задание № 15

Где должен находиться игрок команды, запросивший перерыв:

1. на скамейке;
2. в квадрате замены;
3. у судейского столика;
4. в любом месте.

Задание № 16

Если судья ошибается при принятии решения 2 раза:

1. то его дисквалифицируют до конца чемпионата;
2. то ему делает замечание первый судья;
3. то ему делает замечание инспектор матча;
4. его дисквалифицируют пожизненно.

Тема 3. Техника настольного тенниса

Задание № 17

Какие основные параметры нагрузки характеризуют ее с внешней стороны?

1. продолжительность работы, число упражнений и число их повторений;
2. скорость, темп, ритм;
3. объем и интенсивность, отдых;
4. продолжительность работы, отдых.

Задание № 18

Педагогический контроль включает следующие виды:

1. исходный, итоговый;
2. предварительный, основной, заключительный;
3. оперативный, текущий, этапный;
4. моментальный.

Задание № 19

Здоровым можно считаться человек:

1. у которого отсутствуют болезни;
2. может проплыть 400 метров;
3. хорошо адаптирован к внешней среде;
4. полное состояние физического, душевного и социального благополучия.

Задание № 20

Физкультурно-оздоровительная технология оказывают положительное влияние на здоровье человека

1. упражнения, которые имеют оздоровительную ценность;
2. физическая нагрузка должна быть очень значительной;
3. упражнения из аквааэробики или гидроаэробики;
4. перечисленные упражнения, но сбалансированные по мощности и объёму в соответствии с индивидуальными возможностями занимающихся.

Задание № 21

Оздоровительно – рекреационная физическая культура это:

1. отдых на природе;
2. восстановление сил с помощью средств физической культуры;
3. развлечение на природе всех членов семьи;
4. профессиональные занятия спортом.

Задание № 22

К средствам оздоровительно – рекреационной направленности относятся:

1. туризм;
2. лыжные прогулки;
3. массовые игры;
4. основные средства физической культуры общездоровительного направления укрепляющие слабые функции и системы организма.

Задание № 23

Какая страна стала Родиной настольного тенниса:

1. Россия;
2. Франция;
3. Англия;
4. Германия.

Задание № 24

Что означает слово «Пинг-понг»:

1. удар с лёта и мяч;
2. звук при ударе ракеткой и отскоки от стола;
3. мяч;
4. ракетка.

Тема 4. Тактика настольного тенниса

Задание № 25

Что представляет собой современный настольный теннис?

1. проведение занятий по настольному теннису в школе;
2. один из массовых и популярных видов развивающий в культурно-историческом периоде;
3. обучение настольному теннису летом в оздоровительных лагерях;
4. непопулярный у широкой публики вид спорта.

Задание № 26

Мастерство преподавателя по настольному теннису и результативность его работы зависят от...

1. сформированной как духовно-богатой личности, способной своими убеждениями и примером влиять на мысли, чувства занимающихся формировании умений и навыков;
2. стремлении выделиться, обратить на себя внимание, во что бы то ни стало;
3. надзирательный тон, решительность, надменность в общении, неустойчивый тип характера;
4. возраста тренера.

Задание № 27

Какой диаметр шарика для настольного тенниса (г):

1. 60мм;
2. 45мм;
3. 40мм;
4. 50 мм.

Задание № 28

При обучении настольному теннису используются методы обучения?

1. словесного воздействия;
2. наглядного воздействия;
3. словесного, наглядного воздействия, конструктивно-целостный, конструктивно по частям;
4. пример тренера.

Задание № 29

Сколько человек непосредственно судит официальный матч в настольном теннисе, когда нет необходимости во введении правила ускорения игры?

1. Один;
2. Три;
3. Два;
4. Четыре.

Задание № 30

Физическое развитие это процесс:

1. изучения закономерностей воспитания физических качеств человека;
2. овладение двигательными умениями и навыками;
3. формирование специальных физкультурных знаний;
4. изменение морфофункциональных свойств организма человека в течение жизни.

Задание № 31

Физическое упражнение это:

1. способность выполнять двигательное действие, позволяющая акцентировать внимание на условиях и результате, а не на отдельных движениях, входящих в него;
2. двигательная активность человека, направленная на решение конкретно оставленных задач;
3. двигательная активность человека, направленная на решение задач физического воспитания;
4. способ применения двигательных действий.

Задание № 32

Что относится к показателям физического развития?

1. показатели развития физических качеств человека;
2. общий уровень физической подготовленности и высокие спортивные результаты;
3. показатели телосложения, здоровья, развития физических качеств;

4. показатели здоровья, телосложения и необходимой для жизни фонда двигательных умений и навыков.

Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису

Задание № 33

Укажите определение, которое наиболее точно отражает понятие «физическое воспитание»:

1. организованное социальное течение, направленное на использование развитие физической культуры в общественно значимых целях;
2. системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимого в жизни фонда двигательных умений и навыков;
3. вид воспитания, особенности которого заключаются в обучении движениям и воспитании физических качеств человека;
4. оптимальная мера гармонического физического развития и всесторонней физической подготовленностью.

Задание № 34

Основным средством в настольном теннисе является:

1. физические упражнения;
2. оздоровительные силы природы;
3. специализированные тренажеры и тренажерное оборудование;
4. работа с тренером.

Задание № 35

Сущность практических методов обучения, применяемых в настольном теннисе, заключается, в том, что:

1. они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом;
2. они определяют строгую организацию занятий физическими упражнениями;
3. каждый практический метод направлено на освоение техники движения и на развитие физических способностей;
4. доводят движения до автоматизма.

Задание № 36

Содержание занятий физическими упражнениями в детском саду определяется:

1. в соответствии с программой физического воспитания детей дошкольного возраста;

2. в соответствии с планом, разработанным руководителем детского сада;
3. воспитателями на основе личного опыта;
4. исходя из положений самих детей.

Задание № 37

Какие из перечисленных условий влияют на эффективность выполнения физических упражнений?

1. особенности и состояние занимающихся, внешние факторы, особенности методики использования физических упражнений;
2. внешние факторы, методика использования физических упражнений;
3. направленность физических упражнений;
4. гигиенические факторы.

Задание № 38

Какие упражнения используются при подготовке организма к основной деятельности в процессе урока по настольному теннису?

1. общеподготовительные упражнения;
2. общеразвивающие упражнения;
3. специально-подготовительные упражнения;
4. выполнение строевых команд.

Задание № 39

Какие упражнения и в какой последовательности применяются при обучении технике перемещения?

1. имитационные, подводящие, собственно-соревновательные;
2. ОРУ, подводящие;
3. упражнения на координацию, гибкость;
4. силовые упражнения.

Задание № 40

Какие упражнения используются теннисисты для приведения организма в оптимальное состояние после нагрузки?

1. расслабляющие упражнения;
2. упражнения на внимание;
3. восстановительные упражнения;
4. силовые упражнения.

Задания открытого типа (типовые задания, ситуационные задачи)

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	11	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
2	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	12	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
3	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	13	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
4	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	14	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
5	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	15	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
6	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	16	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
7	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	17	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
8	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	18	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
9	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	19	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
10	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	20	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2

Ключ ответов к заданиям открытого типа

№ вопроса	Верный ответ																												
1	ходьба, бег, прыжки боком, спиной вперед, на одной ноге;																												
2	игра по прямым (1,14)), по диагоналям (правой, левой — (2)), «треугольник» (правый, левый — (3, 4, 10–13)), «восьмерка» (по прямым, по диагоналям — (5–6)), «веер» (7–9, 15,16)).																												
3	<p>Очередность встреч для 6 участников по круговой системе</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>1—6</td> <td>1—5</td> <td>1—4</td> <td>1—3</td> <td>1—2</td> </tr> <tr> <td>2—5</td> <td>6—4</td> <td>5—3</td> <td>4—2</td> <td>3—6</td> </tr> <tr> <td>3—4</td> <td>2—3</td> <td>6—2</td> <td>5—6</td> <td>4—5</td> </tr> </tbody> </table>	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2	2—5	6—4	5—3	4—2	3—6	3—4	2—3	6—2	5—6	4—5													
1—6	1—5	1—4	1—3	1—2																									
2—5	6—4	5—3	4—2	3—6																									
3—4	2—3	6—2	5—6	4—5																									
4	<p>Очередность встреч при 8 участниках</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>1—8</td> <td>1—7</td> <td>1—6</td> <td>1—5</td> <td>1—4</td> <td>1—3</td> <td>1—2</td> </tr> <tr> <td>2—7</td> <td>8—4</td> <td>7—5</td> <td>6—4</td> <td>5—3</td> <td>4—2</td> <td>3—8</td> </tr> <tr> <td>3—6</td> <td>2—5</td> <td>8—4</td> <td>7—3</td> <td>6—2</td> <td>5—8</td> <td>4—7</td> </tr> <tr> <td>4—5</td> <td>3—4</td> <td>2—3</td> <td>8—2</td> <td>7—8</td> <td>6—7</td> <td>5—6</td> </tr> </tbody> </table>	1—8	1—7	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2	2—7	8—4	7—5	6—4	5—3	4—2	3—8	3—6	2—5	8—4	7—3	6—2	5—8	4—7	4—5	3—4	2—3	8—2	7—8	6—7	5—6
1—8	1—7	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2																							
2—7	8—4	7—5	6—4	5—3	4—2	3—8																							
3—6	2—5	8—4	7—3	6—2	5—8	4—7																							
4—5	3—4	2—3	8—2	7—8	6—7	5—6																							
5	<p>Очередность встреч для команды из 3 человек</p> <p>А—Х В—Х В—Z В—Y А—Z С—X С—Z С—Y А—Y</p>																												

6	Раньше до 90-х годов было доминирование защитной техники игры над атакующей, вызвано это было тем, что губки на то время еще не так сильно крутили и не имели достаточной скорости. В настоящее время развит преимущественно атакующий стиль, а также иногда встречается комбинированный, когда есть жесткая атака и агрессивный прием (к примеру, подставками).
7	Относить к подаче необходимо серьезно, так как это такой же удар, как и топ-спин. Главная задача подачи – предоставить противнику неудобный мяч, чтобы он вышел из равновесия и затем самому начать атаку.
8	Чувство мяча – это когда мы контролируем силу, вращение и точность мяча, когда мы можем придать мячу по собственному желанию любое вращение, ударить в любое место и с заранее определенной скоростью.
9	В настольном теннисе существуют три вращения верхнее, нижнее и боковое. Все зависит от того в как идет ракетка по отношению к мячу, если мы поднимаем ракетку, то верхнее, делаем вниз – нижнее, а если с боку, то боковое. Отсюда также получаются еще и различные комбинации этих вращений: нижнее-боковое, верхнее-боковое. Есть также удар без вращения – плоский мяч.
10	Ракетку стоит подбирать к стилю игры (атакующий, комбинированный, защитный). Соответственно для атакующего более скоростные и крутящие ракетки, для комбинированной техники игры – можно добавить больше контроля, а в защитной игре вам понадобятся защитные ракетки.
11	Основной совет для новичков в настольном теннисе. Не берите скоростные накладки, с ними развить чувство мяча у вас долго не получится.
12	Каждый как правило находит свой оптимальный вариант стойки. В настоящее время стойка почти параллельная столу, нет нужды сильно отставлять правую или левую ногу назад. Вызвано это тем, что на переступы будет тратиться много времени и сил. А настольный теннис сейчас очень скоростной.
13	Принимать не прямой ракеткой, а под углом, тем самым проще перекрутить вращение от подачи, так как мы придадим мячу еще и боковое вращение
14	Старайтесь взять инициативу на себя и проатаковать уже второй/третий мяч
15	С изучения наката справа. В нем начинающий игрок начнет чувствовать мяч, кинематику движения и передвижения ног
16	Очень важная, так как с него начинается путь в мир настольного тенниса. И каким он будет зависит от тренера
17	В зависимости от ударов мяч берется по-разному. В накате мяч принимается на ракетку в его наивысшей точке отскока от стола, в топ-спине, когда мяч уже падает за стол.
18	Смотреть на замах противника, его ноги и движение корпусом, только так можно определить куда полетит мяч и правильно подойти к нему ногами.
19	Согнуть ее в локте. Главное, чтобы не висела
20	Удар начинать от коленки и ждать, пока мяч не упадет за кромку стола

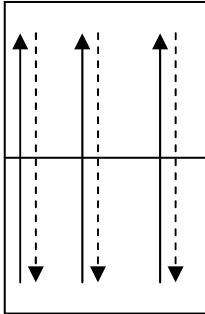
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания

Задание № 1

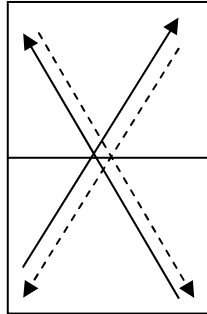
Для развития ловкости в настольном теннисе практикуется выполнение привычных упражнений из непривычных положений. Предложите такие упражнения

Задание № 2

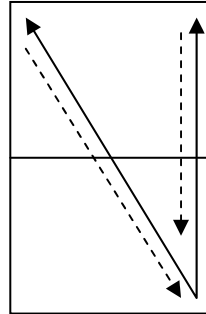
Для освоения и совершенствования техники игры на столе рекомендуются следующие упражнения: игра по прямым, по диагоналям, «треугольник», «восьмерка», «веер». Определите виды этих упражнений по рисунку.



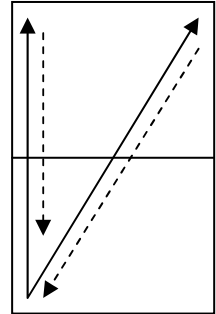
1



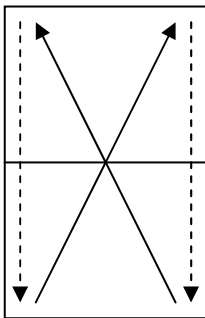
2



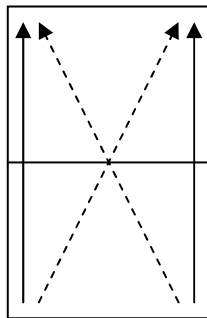
3



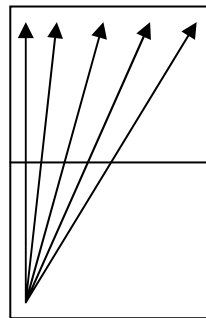
4



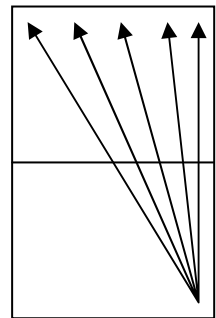
5



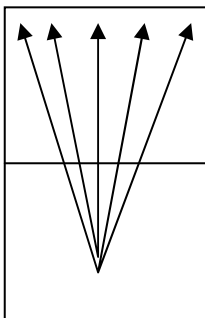
6



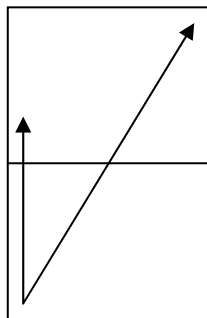
7



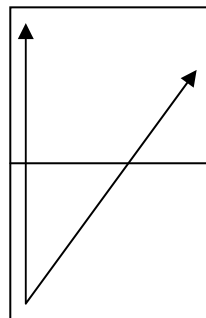
8



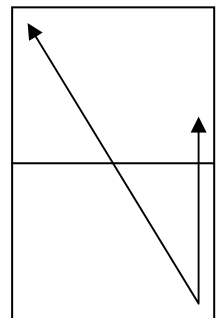
9



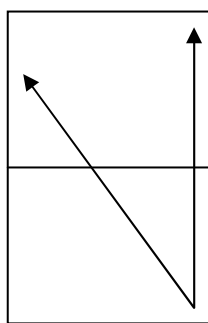
10



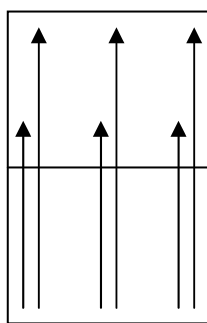
11



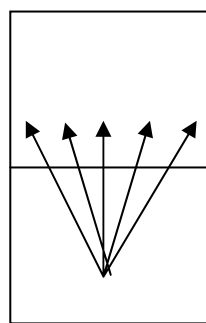
12



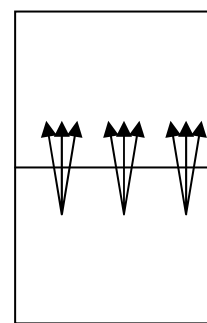
13



14



15



16

Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису

Задание № 3

Составьте очередность встреч для 6 участников соревнований по настольному теннису по круговой системе

Задание № 4

Составьте очередность встреч для 8 участников соревнований по настольному теннису по круговой системе

Тема 3. Техника настольного тенниса

Задание № 5

Составьте очередность встреч для соревнований по настольному теннису для команды из 3-х человек. При этом В, А, С — первая, вторая и третья ракетки в первой команде, а Z, X, Y — первая, вторая и третья ракетки во второй команде.

Задание № 6

Какие техники игры существуют в настольном теннисе, что сейчас модно?

Тема 4. Тактика настольного тенниса

Задание № 7

Как начинать игру и как подавать?

Задание № 8

Что такое чувство мяча в настольном теннисе?

Задание № 9

Какие вращения существуют в настольном теннисе?

Задание № 10

Какие виды ракеток для настольного тенниса существуют, как выбрать оптимальную ракетку?

Задание № 11

Какие советы по выбору накладок?

Задание № 12

Какая стойка в настольном теннисе сейчас?

Задание № 13

Как принимать подачу?

Задание № 14

Когда атаковать в игре на счет?

Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису

Задание № 15

С чего начинать тренировки начинающему игроку в настольный теннис?

Задание № 16

Какова роль тренера?

Задание № 17

Где бить по мячу?

Задание № 18

На что смотреть во время игры?

Задание № 19

Что делать со второй неигровой рукой во время игры?

Задание № 20

Пара фишек топ-спин'а?

2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины

3.4. Вопросы к зачёту:

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
34. Разминочные упражнения для настольного тенниса
35. Упражнения настольного тенниса на тренировку точности
36. Сложные упражнения для настольного тенниса на развитие передвижения

Задания закрытого типа (Тестовые задания)

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	6	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
2	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	7	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
3	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	8	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
4	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	9	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
5	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	10	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	1-А, 2-Б, 3-В, 4-Г	6	1-Г, 2-В, 3-Б, 4-А
2	1, 2, 3, 4	7	3, 4
3	4	8	1, 2, 3, 4
4	3	9	3, 4
5	1-А, 2-Б, 3-В, 4-Г	10	1, 2

Задание № 1

Установите соответствие между содержанием деятельности при игре в настольный теннис, расположенном в столбце 2 и его названием, перечисленным в столбце 1 (табл.)

Столбец 1		Столбец 2	
1	Игровая деятельность	А	управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. управляемая сознанием внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность, направленная на достижение определенной цели. Управляемая сознанием внутренняя и внешняя активность, направленная на

			достижение определённой цели
2	Соревновательная деятельность	Б	игровая деятельность игроков в настольный теннис в игровая деятельность игроков в настольный теннис в условиях соревнований, нацеленная на достижение победы над соперником в условиях специфического противоборства и при соблюдении установленных правил игры.
3	Тренировочная деятельность	В	совместная деятельность тренера и спортсмена по совместная деятельность тренера и спортсмена, ведущая к успешному достижению целей тренировки.
4	Тренировочная нагрузка	Г	составная часть тренировки, отражает количественную меру составная часть тренировки, которая отражает степень воздействий на организм теннисистов в процессе тренировочных занятий. Величина нагрузки определяется ее интенсивностью и объемом

Задание № 2

Установите последовательность при овладении техникой игры в настольный теннис:

1. разучивание хватки, жонглирование мячом, имитация срезок слева и справа, накатов справа и слева, отработка этих элементов у тренировочной стенки;
2. совершенствование срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях, освоение подач справа и слева без вращения;
3. овладение подрезками слева и справа, подачами со сложным вращением, разучивание технико-тактических комбинаций, совершенствование накатов справа и слева по подрезке;
4. освоение топ-спина справа и слева, «свечи», дальнейшее совершенствование освоенных ранее технических приемов и технико-тактических комбинаций.

Задание № 3

В технической заявке указывается

1. 10 игроков;
2. 9 игроков;
3. 11 игроков;
4. в зависимости от ранга соревнований.

Задание № 4

Окончание официальной разминки происходит до официального начала матча:

1. за 6 минут;
2. за 4 минуты;
3. за 5 минут;
4. за 10 минут.

Задание № 5

Установите соответствие между чемпионатами мира по настольному теннису, перечисленными в столбце 2, командами, которые в них принимают участие, перечисленным в столбце 1 (табл.)

Столбец 1		Столбец 2	
1	Мужская сборная команда	А	Кубок Свейтлинга
2	Женская сборная команда	Б	Кубок Корбильона
3	Мужской одиночный разряд	В	Кубок Брайда
4	Женский одиночный разряд	Г	Кубок Гейста

Задание № 6

Укажите соответствие между понятиями настольного тенниса и их характеристиками.

1	Ракетка	А	накат, выполняемый по укороченному мячу или при приеме короткой подачи,
2	Топс-удар	Б	Удар по мячу с приданием ему очень высокой траектории полета при небольшой скорости
3	Свеча	В	быстрый, завершающий топ-спин с более прямолинейной траекторией
4	Скидка	Г	спортивный инвентарь, предназначенный для выполнения ударов по мячу.

Задание № 7

Укажите несколько правильных ответов. Сколько секунд длится тайм-аут

1. 25;
2. 15;
3. 30;
4. 60.

Задание № 8

Укажите правильную последовательность вступления частей тела в удар при игре в настольный теннис

1. кисть;
2. предплечье;
3. плечо;
4. туловище.

Задание № 9

Типы хватки ракетки в настольном теннисе:

1. Американская хватка;
2. Африканская хватка;
3. Европейская хватка;
4. Азиатская хватка.

Задание № 10

Упражнения для развития быстроты при игре в настольный теннис (несколько правильных ответов):

1. одиночные броски набивного мяча одной и двумя руками снизу;
2. удары в игре у стола по коротким мячам;
3. Игра со всего стола одним видом удара (только справа, только слева);
4. Игра с одной точки стола с поворотами (поочередно справа и слева).

Задания открытого типа (типовые задания, ситуационные задачи)

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	11	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
2	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	12	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
3	УК-7	ИУК-7.1	13	УК-7	ИУК-7.1

		ИУК-7.2			ИУК-7.2
4	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	14	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
5	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	15	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
6	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	16	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
7	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	17	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
8	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	18	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
9	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	19	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2
10	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2	20	УК-7	ИУК-7.1 ИУК-7.2

Ключ ответов к заданиям открытого типа

№ вопроса	Верный ответ																												
1	ходьба, бег, прыжки боком, спиной вперед, на одной ноге;																												
2	игра по прямым (1,14)), по диагоналям (правой, левой — (2)), «треугольник» (правый, левый — (3, 4, 10–13)), «восьмерка» (по прямым, по диагоналям — (5–6)), «веер» (7–9, 15,16)).																												
3	<p>Очередность встреч для 6 участников по круговой системе</p> <table border="1"> <tr> <td>1—6</td> <td>1—5</td> <td>1—4</td> <td>1—3</td> <td>1—2</td> </tr> <tr> <td>2—5</td> <td>6—4</td> <td>5—3</td> <td>4—2</td> <td>3—6</td> </tr> <tr> <td>3—4</td> <td>2—3</td> <td>6—2</td> <td>5—6</td> <td>4—5</td> </tr> </table>	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2	2—5	6—4	5—3	4—2	3—6	3—4	2—3	6—2	5—6	4—5													
1—6	1—5	1—4	1—3	1—2																									
2—5	6—4	5—3	4—2	3—6																									
3—4	2—3	6—2	5—6	4—5																									
4	<p>Очередность встреч при 8 участниках</p> <table border="1"> <tr> <td>1—8</td> <td>1—7</td> <td>1—6</td> <td>1—5</td> <td>1—4</td> <td>1—3</td> <td>1—2</td> </tr> <tr> <td>2—7</td> <td>8—4</td> <td>7—5</td> <td>6—4</td> <td>5—3</td> <td>4—2</td> <td>3—8</td> </tr> <tr> <td>3—6</td> <td>2—5</td> <td>8—4</td> <td>7—3</td> <td>6—2</td> <td>5—8</td> <td>4—7</td> </tr> <tr> <td>4—5</td> <td>3—4</td> <td>2—3</td> <td>8—2</td> <td>7—8</td> <td>6—7</td> <td>5—6</td> </tr> </table>	1—8	1—7	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2	2—7	8—4	7—5	6—4	5—3	4—2	3—8	3—6	2—5	8—4	7—3	6—2	5—8	4—7	4—5	3—4	2—3	8—2	7—8	6—7	5—6
1—8	1—7	1—6	1—5	1—4	1—3	1—2																							
2—7	8—4	7—5	6—4	5—3	4—2	3—8																							
3—6	2—5	8—4	7—3	6—2	5—8	4—7																							
4—5	3—4	2—3	8—2	7—8	6—7	5—6																							
5	<p>Очередность встреч для команды из 3 человек</p> <p>А—Х В—Х В—Z В—У А—Z С—Х С—Z С—У А—У</p>																												
6	Раньше до 90-х годов было доминирование защитной техники игры над атакующей, вызвано это было тем, что губки на то время еще не так сильно крутили и не имели достаточной скорости. В настоящее время развит преимущественно атакующий стиль, а также иногда встречается комбинированный, когда есть жесткая атака и агрессивный прием (к примеру, подставками).																												
7	Относить к подаче необходимо серьезно, так как это такой же удар, как и топ-спин. Главная задача подачи – предоставить противнику неудобный мяч, чтобы он вышел из равновесия и затем самому начать атаку.																												
8	Чувство мяча – это когда мы контролируем силу, вращение и точность мяча, когда мы можем придать мячу по собственному желанию любое вращение,																												

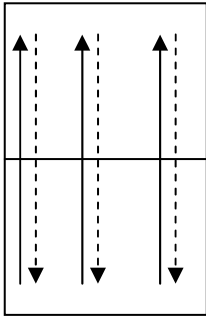
	ударить в любое место и с заранее определенной скоростью.
9	В настольном теннисе существуют три вращения верхнее, нижнее и боковое. Все зависит от того в как идет ракетка по отношению к мячу, если мы поднимаем ракетку, то верхнее, делаем вниз – нижнее, а если с боку, то боковое. Отсюда также получаются еще и различные комбинации этих вращений: нижнее-боковое, верхнее-боковое. Есть также удар без вращения – плоский мяч.
10	Ракетку стоит подбирать к стилю игры (атакующий, комбинированный, защитный). Соответственно для атакующего более скоростные и крутящие ракетки, для комбинированной техники игры – можно добавить больше контроля, а в защитной игре вам понадобятся защитные ракетки.
11	Основной совет для новичков в настольном теннисе. Не берите скоростные накладки, с ними развить чувство мяча у вас долго не получится.
12	Каждый как правило находит свой оптимальный вариант стойки. В настоящее время стойка почти параллельная столу, нет нужды сильно отставлять правую или левую ногу назад. Вызвано это тем, что на переступы будет тратиться много времени и сил. А настольный теннис сейчас очень скоростной.
13	Принимать не прямой ракеткой, а под углом, тем самым проще перекрутить вращение от подачи, так как мы придадим мячу еще и боковое вращение
14	Старайтесь взять инициативу на себя и проатаковать уже второй/третий мяч
15	С изучения наката справа. В нем начинающий игрок начнет чувствовать мяч, кинематику движения и передвижения ног
16	Очень важная, так как с него начинается путь в мир настольного тенниса. И каким он будет зависит от тренера
17	В зависимости от ударов мяч берется по-разному. В накате мяч принимается на ракетку в его наивысшей точке отскока от стола, в топ-спине, когда мяч уже падает за стол.
18	Смотреть на замах противника, его ноги и движение корпусом, только так можно определить куда полетит мяч и правильно подойти к нему ногами.
19	Согнуть ее в локте. Главное, чтобы не висела
20	Удар начинать от коленки и ждать, пока мяч не упадет за кромку стола

Задание № 1

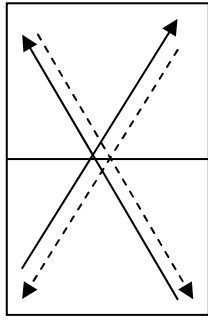
Для развития ловкости в настольном теннисе практикуется выполнение привычных упражнений из непривычных положений. Предложите такие упражнения

Задание № 2

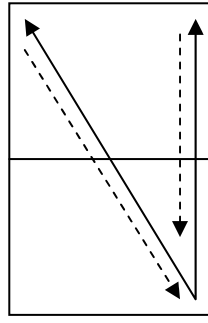
Для освоения и совершенствования техники игры на столе рекомендуются следующие упражнения: игра по прямым, по диагоналям, «треугольник», «восьмерка», «веер». Определите виды этих упражнений по рисунку.



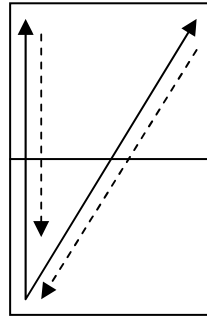
1



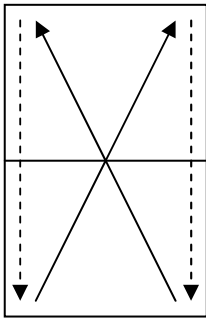
2



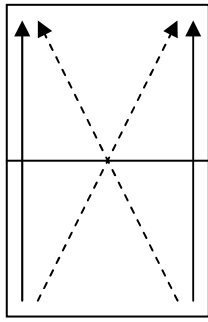
3



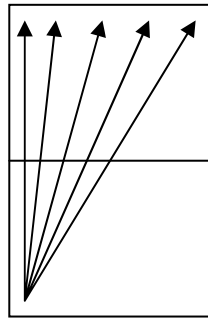
4



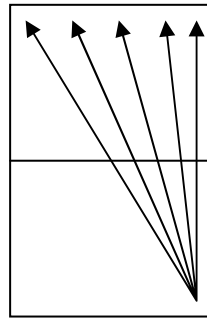
5



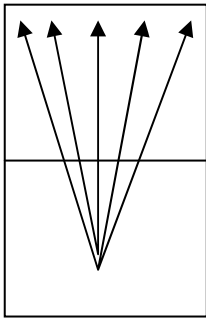
6



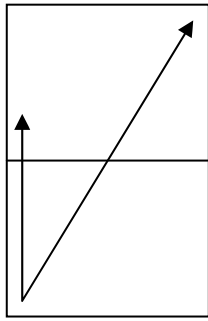
7



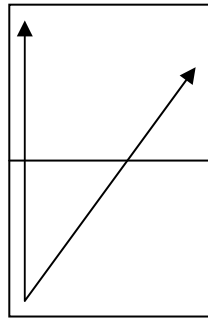
8



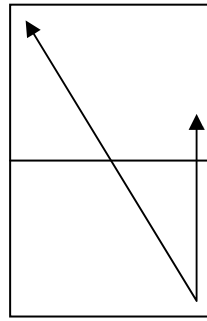
9



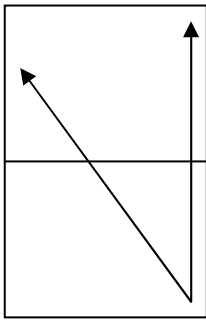
10



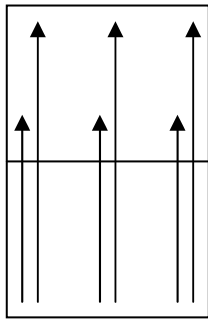
11



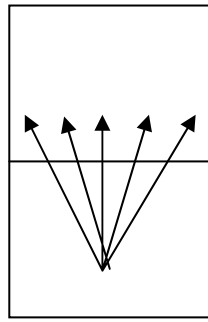
12



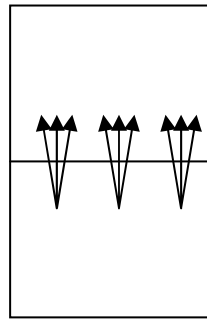
13



14



15



16

Задание № 3

Составьте очередность встреч для 6 участников соревнований по настольному теннису по круговой системе

Задание № 4

Составьте очередность встреч для 8 участников соревнований по настольному теннису по круговой системе

Задание № 5

Составьте очередность встреч для соревнований по настольному теннису для команды из 3-х человек. При этом В, А, С — первая, вторая и третья ракетки в первой команде, а Z, X, Y — первая, вторая и третья ракетки во второй команде.

Задание № 6

Какие техники игры существуют в настольном теннисе, что сейчас модно?

Задание № 7

Как начинать игру и как подавать?

Задание № 8

Что такое чувство мяча в настольном теннисе?

Задание № 9

Какие вращения существуют в настольном теннисе?

Задание № 10

Какие виды ракеток для настольного тенниса существуют, как выбрать оптимальную ракетку?

Задание № 11

Какие советы по выбору накладок?

Задание № 12

Какая стойка в настольном теннисе сейчас?

Задание № 13

Как принимать подачу?

Задание № 14

Когда атаковать в игре на счет?

Задание № 15

С чего начинать тренировки начинающему игроку в настольный теннис?

Задание № 16
Какова роль тренера?

Задание № 17
Где бить по мячу?

Задание № 18
На что смотреть во время игры?

Задание № 19
Что делать со второй неигровой рукой во время игры?

Задание № 20
Пара фишек топ-спин'а?

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

Зачет является заключительным этапом процесса формирования компетенций обучающегося при изучении дисциплины и имеет целью проверку и оценку знаний обучающегося по теории и применению полученных знаний, умений и навыков при решении практических задач.

Зачет проводится по расписанию, сформированному учебно-методическим управлением, в сроки, предусмотренные календарным учебным графиком.

Зачет принимается преподавателем, ведущим лекционные занятия.

Зачет проводится только при предъявлении обучающимся зачетной книжки и при условии выполнения всех контрольных мероприятий, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины.

Обучающимся на зачет представляется право выбрать один из билетов. Время подготовки к ответу составляет 30 минут. По истечении установленного времени обучающийся должен ответить на вопросы экзаменационного билета.

Результаты зачета оцениваются по системе «зачтено»/«не зачтено» и заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку. В зачетную книжку заносятся только «зачтено». Подписанный преподавателем экземпляр ведомости сдаётся не позднее следующего дня в деканат.

В случае неявки обучающегося на зачет в зачетно-экзаменационную ведомость делается отметка «не явка».

Обучающиеся, не прошедшие промежуточную аттестацию по дисциплине, должны ликвидировать академическую задолженность в установленном локальными нормативными актами Института порядке.