

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Проректор по образовательной  
деятельности:**

**Е.В. Суханова**

**«20» июня 2024 г.**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ (НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС)»**

**Направление подготовки:**

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

**Направленность (профиль):**

«Спортивно-оздоровительный туризм»

**Квалификация (степень) выпускника:**

«Бакалавр»

**Форма обучения:**

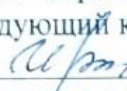
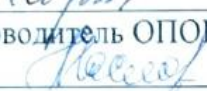
Очная

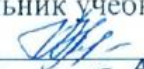
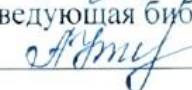
**Год набора: 2024**

**Разработчик рабочей программы:**

«Кафедра теории и методики спортивных игр»

**Воронеж 2024**

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО  
на заседании кафедры «Теории и методики  
спортивных игр»  
протокол № 9  
от «24» апреля 2024 г.  
Заведующий кафедрой  
 Е.Н. Ирхина  
Руководитель ОПОП ВО  
 И.Н. Маслова

СОГЛАСОВАНО  
на заседании учебно-методического совета  
протокол № 5  
от «20» июня 2024 г.  
Начальник учебного отдела  
 В.Б. Маркина  
Заведующая библиотекой  
 А.В. Утицких

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (приказ № 943 Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017г. зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16.10.2017 г. № 48565) и с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

#### Авторы:

**Разворотнев А.А.** - старший преподаватель кафедры «Теории и методики спортивных игр».

**Ирхина Е.Н.** – старший преподаватель кафедры «Теории и методики спортивных игр».

#### Рецензенты:

**Чурикова Л.Н.** – к.п.н., профессор кафедры «Теории и методики циклических видов спорта»

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)**

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	5
4. Содержание дисциплины	<b>6</b>
5. Фонд оценочных средств	8
6. Перечень основной и дополнительной литературы	17
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	18
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	18
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	18

## 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**Целью** освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: УК-7.

Универсальные компетенции:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Код формируемой компетенции
<b>Знания:</b>	
– значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; – основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.	<b>УК-7</b>
<b>Умения:</b>	
– самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; – определять и учитывать величину нагрузки на занятиях с учетом возрастных особенностей занимающихся.	<b>УК-7</b>
<b>Навык и/или опыт деятельности:</b>	
– проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о важности физической подготовки и систематических занятий, использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; – самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности с учетом возрастных особенностей занимающихся.	<b>УК-7</b>

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)».

В соответствии с примерным учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Очное обучение
	Семестры
	1
<b>Контактная работа преподавателя с обучающимися:</b>	30
В том числе:	
Лекции (Л)	-
Лабораторные занятия (ЛЗ)	-

Практические занятия (ПЗ)		30
Вид промежуточной аттестации		зачет
Самостоятельная работа студента (СРС)		-
Контроль (К)		-
Всего часов (семестр)		30
Зачетные единицы (семестр)		-
Общая трудоемкость дисциплины:	Всего часов:	30
	Всего зачетных единиц:	-

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1.1. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СРС	Конт- роль
1	Возникновение и развитие настольного тенниса. Эволюция техники, тактики, правил игры. Классификация и основные понятия техники и тактики настольного тенниса. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Материально-техническое обеспечение и техника безопасности на занятиях по настольному теннису.	-	-	4	-	-
2	Техника нападения и защиты, методика обучения в настольном теннисе. Методика исправления ошибок.	-	-	10		
3	Тактика нападения и защиты, методика обучения в настольном теннисе. Методика исправления ошибок.	-	-	10		
4	Обучение игровой и соревновательной деятельности. Судейская практика.	-	-	6		
Всего часов по видам занятий		-	-	30	-	-
ИТОГО часов		30				

##### 4.2. Наименование разделов (тем) и их краткое содержание

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
1.	Введение в учебную дисциплину. Материально-	История возникновения игры, эволюция техники и правил соревнований. Место проведения, оборудование и инвентарь для игры в настольный теннис. Правила игр.	1. Опрос. 2. Тестирование

	техническое обеспечение и техника безопасности на занятиях по настольному теннису.	<p>Классификация, анализ техники игры в нападении и защите, методика обучения.</p> <p>Требования, предъявляемые к спортооружениям. Основные размеры, конструктивные особенности: освещение, звукоизоляция, покрытия, вентиляция, отопление. Инвентарь и оборудование для занятий настольным теннисом, их содержание и восстановление.</p> <p>Меры безопасности. Предотвращение травм при использовании на занятиях и соревнованиях оборудования спортивных сооружений.</p>	
2.	Техника нападения и защиты, методика обучения в настольном теннисе. Методика исправления ошибок.	<p>Подготовительные и подводящие упражнения. Игры и игровые упражнения, способствующие овладению техникой. Обучение стойкам (правосторонней, нейтральной, левосторонней), передвижениям (рывкам, прыжкам, выпадам, шагам), способам держания ракетки.</p> <p>Освоение техники подачи. Обучение приему подачи.</p> <p>Освоение технических приемов без вращения мяча (толчок, откидка, подставка), приемов с нижним вращением (срезка, подрезка, запил, резаная свеча), технических приемов с верхним вращением (накат, топ-спин, топс-удар, крученая свеча).</p> <p>Исправление ошибок. Словесное объяснение, видеозапись, плакаты. Создание условий, в которых неправильное выполнение движения невозможно. Направленное прочувствование движения с внешней помощью. Избирательные упражнения в отдельных компонентах движения. Сопоставление ошибочного и правильного выполнения приема.</p>	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Выполнение практических действий.</p> <p>3. Тестирование.</p>
3.	Тактика нападения и защиты, методика обучения в настольном теннисе. Методика исправления ошибок.	<p>Обучение тактике подач и приема мяча в одиночной игре. Обучение тактике подач и приема мяча в парной игре. Расстановка игроков и передвижения в парной игре.</p> <p>Исправление ошибок. Словесное объяснение, видеозапись, плакаты. Избирательные упражнения в отдельных компонентах движения. Сопоставление ошибочного и правильного выполнения приема.</p>	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Выполнение практических действий.</p> <p>3. Тестирование.</p>
2.	Обучение игровой и соревновательной деятельности.	Упражнения по технике в виде игр и эстафет. Подготовительные игры к настольному теннису. Учебные игры с	<p>1. Опрос.</p> <p>2. Выполнение практических</p>

Судейская практика.	<p>заданиями по технике и тактике.</p> <p>Содержание работы главной судейской коллегии. Виды соревнований. Способы проведения соревнований по настольному теннису (круговой, с выбыванием после одного поражения, с выбыванием после двух поражений, комбинированный способ) и виды распределения команд по подгруппам (рассеивание жребием, рассеивание змейкой). Документация при проведении соревнований. Календарный план. Положение о соревнованиях. Заявки на участие в соревнованиях. Правила ведения протокола соревнований. Таблицы соревнований. Методика судейства соревнований.</p>	<p>действий.</p> <p>3. Тестирование.</p>
---------------------	---	--

#### 4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК -7	<b>01.003 Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»</b>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа</li> </ul>



	<p>A/02.6 Организация досуговой деятельности учащихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы</p> <p>C/01.6 Организация и проведение массовых досуговых мероприятий</p> <p><b>05.005 Профессиональный стандарт «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»</b></p> <p>F/02.6 Планирование и методическое сопровождение физической подготовки и физического развития населения</p>	<p>жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</li> <li>- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях с учетом возрастных особенностей занимающихся.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о важности физической подготовки и систематических занятий, использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности с учетом возрастных особенностей занимающихся.</li> </ul>
--	--	--

## 5.2. Типовые задания для текущего контроля

### Примерные темы устных, письменных опросов

1. Техника игры в настольный теннис. Классификация.
2. Основные технические приемы игры в нападении.
3. Основные технические приемы игры в защите.
4. Тактика игры в настольный теннис. Классификация.
5. Индивидуальные тактические действия в нападении.
6. Командные тактические действия в нападении (парная встреча).
7. Индивидуальные тактические действия в защите.
8. Командные тактические действия в защите (парная встреча).
9. Гигиенические требования к инвентарю, к оборудованию, к одежде занимающихся при проведении занятий по теннису.
10. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по настольному теннису.
11. Организация судейства соревнований по настольному теннису. Работа секретариата и обязанности судей.
12. Организация соревнований. Составление положения, заявок на участие в соревнованиях. Заполнение протоколов. Представитель команды.
13. Обязанности тренера, капитана команды. Определение победителя игры.
14. Виды соревнований. Способы розыгрыша. Расписание соревнований. Обеспечение соревнований по настольному теннису.
15. Судьи и их обязанности.
16. История развития настольного тенниса в России.
17. История возникновения и развития настольного тенниса за рубежом.

#### Критерии оценки:

**«5» баллов** - выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

**«4» балла** – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

**«3» балла** - выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

**«2» балла** - выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

**«1» балл** – неявка на контрольную работу.

### **Контрольные нормативы по технической и тактической подготовке, судейство**

Предполагает выполнение студентом практических действий.

Техника игры:

1. Набивание мяча поочередно ладонной и тыльной стороной ракетки.
2. Игра накатами справа или слева (по заданию преподавателя) по диагонали.
3. Сочетание наката справа и слева в правый или левый (по заданию преподавателя) угол стола.

4. Сочетание откидок справа и слева по всему столу (кол-во ошибок за 3 мин).
5. Выполнение подачи справа накатом в правую половину стола (из 10 попыток).
6. Выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (из 10 попыток).

Тактика игры:

1. Одиночная игра на столе, по направлениям на большее количество попадание в серии:
  - игра одним ударом из одной точки в одном, двух, трёх направлениях;
  - игра одним видом удара из двух, трёх точек в одном направлении;
  - выполнение подач разными ударами;
  - игра накатом - различные варианты по длине полёта мяча, по направлениям полёта мяча, сочетание накатов справа и слева;
  - игра на счёт разученными ударами;
  - игра со всего стола с коротких и длинных мячей.
2. Парная игра.
  - выполнение приёма подачи в паре.
  - выполнение атакующих ударов, накаты, срезки и подрезки сначала с направлением мяча в установленную точку, а затем произвольно.
  - выполнение серийных атак в движении, при изменении места выполнения удара.

### **Критерии оценки:**

Для сдачи нормативов по технике игры необходимо набрать по результатам выполнения шести контрольных упражнений не менее 20 баллов (таблица 1).

Таблица 1

#### **Критерии оценивания результатов выполнения контрольных упражнений**

<b>Контрольные упражнения</b>	<b>Оценка в баллах</b>				
	<b>«5»</b>	<b>«4»</b>	<b>«3»</b>	<b>«2»</b>	<b>«1»</b>
Техника игры					
1.Набивание мяча поочередно ладонной (тыльной) стороной ракетки, кол-во.	Более 60	45-60	30-44	15-29	Менее 15
2. Игра накатами справа или слева (по	Более 20	15-19	10-14	5-9	Менее 5

заданию преподавателя) по диагонали, кол-во.					
3. Сочетание наката справа и слева в правый или левый (по заданию преподавателя) угол стола.	Более 20	15-19	10-14	5-9	Менее 5
4. Сочетание откидок справа и слева по всему столу, кол-во ошибок за 3 мин.	5 и менее	6-8	9-11	12-15	Более 15
5. Выполнение подачи справа накатом в правую половину стола (из 10 попыток).	9-10	8-7	6-5	4-3	2 и менее
6. Выполнение подачи справа откидкой в левую половину стола (из 10 попыток).	9-10	8-7	6-5	4-3	2 и менее
Тактика игры					
1. Одиночная игра на столе, по направлениям на большее количество попадание в серии	отлично	очень хорошо	хорошо	удовлетворительно	посредственно
2. Парная игра на столе.	отлично	очень хорошо	хорошо	удовлетворительно	посредственно

### Примерные тестовые задания

#### Вариант 1

№ пп	Вопрос	Вариант ответа		
		1	2	3
1	В каком году был проведён первый официальный чемпионат мира по настольному теннису?	1901	1917	<b>1926</b>
2	В каком году была создана Международная федерация настольного тенниса?	<b>1926</b>	1930	1936
3	В каком году появился мяч диаметром 40 мм?	1988	<b>2001</b>	2003
4	Кто придумал использовать целлулоидный мяч для игры в настольный теннис?	Чарлз Бакстер	<b>Джеймс Гибб</b>	Е.К. Гуд
5	В каком году СССР впервые выиграл золото на чемпионате мира по настольному теннису?	<b>1969</b>	1971	1973
6	Кто из спортсменов завоевал	Рихард	Ма Лин	<b>Виктор</b>

	самое большое количество золотых медалей на чемпионатах мира по настольному теннису?	Бергман		<b>Барна</b>
7	Как называется розыгрыш, результат которого не засчитан?	Спорный мяч	Переигровка	Мяч в игре
8	Чем нельзя играть в настольный теннис?	Пластмассовым мячом	Целлулоидным мячом	<b>Резиновым мячом</b>
9	До скольких длиться партия в настольном теннисе?	9	<b>11</b>	15
10	Чем можно ударять мяч во время розыгрыша?	<b>Ракеткой или рукой с ракеткой ниже запястья</b>	Только ракеткой	Ракеткой или рукой с ракеткой ниже локтевого сустава
11	Как должны отбивать мяч партнеры в парной игре?	По 2 удара каждый	<b>Поочередно</b>	Один и тот же игрок, пока идет розыгрыш очка
12	Минимальная высота, на которую должен быть подброшен мяч про подаче	10	<b>16</b>	18
13	Какой должна быть освещённость игровой поверхности на Кубках мира и Олимпийских играх?	Не менее 400 люкс	<b>Не менее 1000 люкс</b>	Не менее 1200 люкс
14	Высота сетки?	16,25	17,5	<b>15,25</b>
15	По какой формуле определяется количество встреч в соревнованиях по круговой системе, если N - это количество игроков?	<b><math>N*(N-1)/2</math></b>	N-1	$N*(N+1)/2$
16	Как называется период времени, когда мяч находится в игре?	<b>Розыгрыш</b>	Партия	Сет
17	Какую температуру в игровом зале должны обеспечить организаторы соревнований?	<b>Не ниже +15 и не выше +27</b>	Не ниже +17 и не выше +25	Не ниже +10 и не выше +30
18	Какая из систем розыгрыша мест в соревнованиях с выбыванием предполагает самое большое количество встреч?	Система с выбыванием после первого поражения	<b>Система с выбыванием после двух поражений и розыгрышем всех мест</b>	Прогрессивная система с выбыванием и розыгрышем всех мест
19	Как повлияет на счет в партии совершение проступка игроком, который уже имел до этого жёлтую карточку?	Партия будет признана выигранной его противником со счётом 11:0	У провинившегося игрока будут сняты два очка	<b>Противнику будет присуждено одно очко</b>
20	Какой вид хватки не	Азиатская	<b>Африканская</b>	Европейская

	используется в настольном теннисе?			
21	Какой из ударов придаёт мячу наибольшее нижнее вращение?	<b>Подрезка</b>	Срезка	Накат
22	Что из перечисленного не является подачей в настольном теннисе?	Маятник	Веер	<b>Колесо</b>
23	Вес мяча?	<b>2,7 грамма</b>	3,5 грамма	2 грамма
24	Как долго соприкасается мяч с ракеткой при нанесении удара?	1 секунду	1/100 секунды	<b>1/1000 секунды</b>
25	В каком случае будет уместно (в виде исключения) нарушить правило о 'ведении игры в полную силу'?	<b>При счёте 10:0 в партии в Вашу пользу</b>	Когда Вы играете с заведомо более слабым соперником	Если Ваш соперник получил небольшую травму

### Вариант 2

№ пп	Вопрос	Вариант ответа		
		1	2	3
1	В каком году настольный теннис стал олимпийским видом спорта?	1980	1984	<b>1988</b>
2	В каком году федерация настольного тенниса СССР вступила в Международную федерацию настольного тенниса?	1926	1927	<b>1954</b>
3	В каком году было введено правило, запрещающее подкручивать шар пальцами при подаче?	1926	<b>1937</b>	1952
4	Кто впервые реконструировал ракетку, наклеив на нее кусок губчатой резины?	Чарлз Бакстер	<b>Е. К. Гуд</b>	Джон Джаке
5	Кто был самым первым президентом Международной федерации настольного тенниса?	Билл Поуп	<b>Айвор Монтегю</b>	Джордж Росс
6	Когда и в какой стране был проведен первый турнир по настольному теннису?	<b>1901 Индия</b>	1891 Англия	1910 Дания
7	Как должен пролететь шар при подаче, чтобы она была признана правильной?	<b>Над или вокруг комплекта сетки</b>	Над комплектом сетки	Над или под комплектом сетки
8	Какова максимально допустимая толщина одной накладки, состоящей из слоя пористой резины и слоя обычной пупырчатой резины вместе с клеем?	2 мм	<b>4 мм</b>	3 мм
9	Сколько очков должно быть разыграно в партии, чтобы	<b>2</b>	3	4

	подающий игрок (пара) стал принимающим?			
10	Что должен сделать ведущий судья, если во время розыгрыша один из игроков случайно сдвинул игровую поверхность?	<b>Присудить очко его сопернику</b>	Попросить игроков переиграть очко	Снять 1 очко у этого игрока
11	Игрок, выигравший жребий, выбрал право подавать первым в первой партии. Что может выбрать его соперник?	<b>Сторону стола</b>	Право подавать первым во второй партии	Ракетку для игры
12	Каковы требования к игровой площадке для проведения международных соревнований?	Должна быть не менее 12 м длиной, 6 м шириной и 4 м высотой	Должна быть не менее 10,5 м длиной, 5 м шириной и 4 м высотой	<b>Должна быть не менее 14 м длиной, 7 м шириной и 5 м высотой</b>
13	Размер игрового стола	<b>2,74мх1,52м</b>	2,8мх1,6м	2,7мх1,55м
14	Какова может быть максимальная продолжительность перерыва в случае, когда один из игроков получил травму во время игры?	2 минуты	5 минут	<b>10 минут</b>
15	В чьи обязанности входит проверка наличия в заявках участников визы врача о допуске к соревнованиям?	Главного судьи	Ведущего судьи	<b>Врача соревнований</b>
16	В соревнованиях по круговой системе один из участников не смог завершить начатый матч из-за полученной травмы. Сколько очков необходимо присудить победителю, а сколько проигравшему?	1 очко победителю и 1 очко проигравшему	<b>2 очка победителю и 1 очко проигравшему</b>	1 очко победителю и 0 очков проигравшему
17	Что из перечисленного не входит в обязанности главного секретаря?	Вести протоколы заседаний главной судейской коллегии	Принимать протесты и доклады-вать о них главному судье	<b>Осуществлять контроль подготовки мест соревнований</b>
18	Рубашку какого цвета должен иметь судья на международных соревнованиях?	Цвета хаки или желтовато-коричневого	<b>Голубого</b>	Чёрного
19	Кто имеет право подавать апелляцию на командных соревнованиях?	Только тренер команды	Только игрок принимающий участие во встрече	<b>Тренер или капитан команды</b>
20	Какой термин используется по отношению к типу резины, состоящей из 2 слоёв: слоя	Чизбургер	Бигмак	<b>Сэндвич</b>

	пористой резины и слоя обычной пупырчатой резины?			
21	Как называется удар, при котором мяч посылается высоко над сеткой?	Фонарь	Лампа	<b>Свеча</b>
22	Как называется удар со сверхсильным верхним вращением?	Подрезка	Срезка	<b>Топ-спин</b>
23	Допускается ли перехватывать ракетку из одной руки в другую для нанесения удара во время розыгрыша?	Да	Да, если соперник не возражает	Нет
24	Какое расстояние в среднем пробегает спортсмен за время одной встречи из 5 партий?	До 1 км	От 1 до 3 км	<b>От 4 до 7км</b>
25	Как следует поступить, если Вы выиграли очко, попав в край игровой поверхности соперника?	Порадоваться успеху громче обычного	Посочувствовать сопернику	<b>Извиниться перед соперником, подняв руку</b>

#### **Критерии оценки:**

«5» баллов – 21-25 правильных ответов

«4» балла – 18-20 правильных ответов

«3» балла – 14-17 правильных ответов.

«2» балла – менее 14 правильных ответов.

### **5.3 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации**

(Зачет)

1. История развития настольного тенниса в России (основные даты).
2. История возникновения и развития настольного тенниса за рубежом (основные даты).
3. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.
4. Отличительные особенности проведения соревнований по круговому способу и системе с выбыванием с розыгрышем всех мест.
5. Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.
6. Методика проведения соревнований по системе с выбыванием, составление графика проведения очередности встреч на 16 игроков.
7. Розыгрыш очка. Костюм участника.
8. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
9. Правило активизации игры (13 ударов). Одиночная встреча.
10. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
11. Судейская терминология в настольном теннисе.
12. Права и обязанности участников соревнований.
13. Состав судейской коллегии, права и обязанности судий соревнований.
14. Методика организации соревнований по настольному теннису.
15. Методика проведения соревнований по настольному теннису.
16. Типичные ошибки ведущего судьи по настольному теннису при проведении личной и парной встречи.
17. Основные термины настольного тенниса.

18. Основные санитарно-гигиенические требования к инвентарю и месту проведения занятий настольным теннисом.

19. Общая характеристика техники игры в настольный теннис. Особенности вращения полета и отскока мяча.

20. Классификация технических приемов в настольном теннисе.

21. Основные стили игры в настольном теннисе.

22. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.

23. Тактика парной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.

24. Методика обучение технике игры в настольный теннис.

25. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.

26. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.

### Критерии оценивания обучающегося на (зачете)

зачтено/ незачтено	Оценка	Критерии
зачтено	«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
	«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
	«удовлетворительно»	Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.



незачтено	«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.
-----------	-----------------------	---

Итоговая оценка по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» формируется на основе качества выполненных текущих заданий (наличие конспектов лекций, сдача контрольных нормативов, выполнение тестовых заданий).

Данные варианты оценочных средств подбираются с учетом индивидуальных особенностей студентов, имеющих ограниченные возможности по следующим нозологическим признакам:

- поражение опорно-двигательного аппарата: опрос; тестовые задания.
- нарушение зрения: опрос.
- нарушение слуха и речи: сдача контрольных нормативов, тестовые задания.

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

### Основная литература:

1. Жданов, В. Ю. Обучение настольному теннису за 5 шагов : учебное пособие / В. Ю. Жданов, И. Ю. Жданов, Ю. А. Милоданова. — Москва : Спорт-Человек, 2015. — 128 с. — ISBN 978-5-9906734-4-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97430> (дата обращения: 16.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Барчукова Г. В. Теория и методика настольного тенниса : учебник для вузов / Г. В. Барчукова, В. М. Богушас, О. В. Матыцин ; под ред. Г. В. Барчуковой. - М. : Академия , 2006. - 528 с.

### Дополнительная литература:

1. Амелин, А.Н. Настольный теннис: 6+12 / А.Н. Амелин. – Москва: ФиС, 2005. – 175 с. - ISBN 5-278-00776-1.
2. Ермаков, Н. А. Спортивные игры: организация соревнований и правила судейства (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей с мячом, настольный теннис) : учебно-методическое пособие / Н. А. Ермаков, С. С. Сидоров. — Горно-Алтайск : ГАГУ, 2022. — 186 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/271088> (дата обращения: 16.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Орлова, Л. Т. Настольный теннис / Л. Т. Орлова, А. Ю. Марков. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 40 с. — ISBN 978-5-507-44235-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/217412> (дата обращения: 16.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Серова, Л. К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе : учебное пособие / Л. К. Серова. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 96 с. — ISBN 978-5-906839-27-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. —

URL: <https://e.lanbook.com/book/97492> (дата обращения: 16.05.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Спортивные игры в физическом воспитании: учеб. пособие / Ю.И. Портных, С.Л. Фетисова, Е.А. Митин, О.П. Бауэр; под общ. ред. Ю.И. Портных. — СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. — 479с.
6. Спортивные игры: правила, тактика. Техника. — Ростов н/Д.: Феникс, 2004. — 448с. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства: учебник для студентов высш. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др.; под ред. Ю.Д. Железняк. Ю.М. Портнова. — М.: ИЦ Академия, 2004. — 400 с.
7. Спортивные игры: Техника. Тактика, методика обучения: учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин. А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. — М.: Академия, 2002. — 520с.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ».**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/> .
2. Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/> .
3. Интернет-ресурсы (сайт ВГИФК) [www.vgifk.ru](http://www.vgifk.ru).
4. Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru> .
5. Культура физическая и здоровье [http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/\(link isexternal\)](http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/(link isexternal)).
6. Физкультура и спорт (журнал) [http://www.fismag.ru/\(link isexternal\)](http://www.fismag.ru/(link isexternal)).
7. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>).
8. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
9. Научный портал <http://www.teoriya.ru>.
10. Сайт Международной федерации настольного тенниса (<http://www.ittf.com/>),
11. Сайт Европейского союза настольного тенниса (<http://www.ettu.org/>).
12. Сайт Всероссийской федерации настольный тенниса (<http://ttfr.ru/>).

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ).**

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта ВГИФК, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Зал настольного тенниса (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72: проведение практических занятий по настольному теннису (столы для настольного тенниса, сетки, ракетки и мячи для настольного тенниса).

Методический кабинет № 314(корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72: для проведения методических занятий по настольному теннису: Стол ученический – 15

шт., стул ученический – 30 шт., стол письменный – 1 шт., стул учительский – 1 шт., шкаф полуоткрытый (книжный) – 6 шт., стенд информационный (пластик) – 4 шт., доска настенная (зеленая) – 1 шт.

Методический кабинет № 315 (корпус 2) по адресу ул. Средне-Московская, д.72: для проведения методических занятий по настольному теннису: Стол ученический – 15 шт., стул ученический – 30 шт., стол письменный – 1 шт. стул учительский – 1 шт., шкаф полуоткрытый (книжный) – 5 шт., стенд информационный (пластик) – 5 шт., доска настенная (зеленая) – 1 шт., ноутбук – 1 шт., мультимедиа проектор подвесной - 1 шт. , экран настенный - 1 шт.

Использование инвентаря и оборудования на практических занятиях проводится с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Институт имеет современную информационную базу, обеспечивающую возможность оперативного получения и обмена информацией с отечественными и зарубежными вузами, предприятиями и организациями, получение информации из интернета используя Wi-Fi в свободном доступе.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- **для слабослышащих студентов** – видеоматериалы и презентации семинарско-практических и лабораторных занятий;

- **для слабовидящих студентов** – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций семинарско-практических и лабораторных занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон);

- **для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата** - используются все выше указанные средства.

**Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины**  
(заполняется вручную)

[illegible]