

| | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 20.05.2025 00:39:37 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8322323 | МИНИСТЕРСТВО НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») | Рабочая программа дисциплины "Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ» | стр. 1 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Настольный теннис

Направление подготовки (специальность)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

Экскурсионная и инструкторская деятельность

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2024

*Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Челябинск 2024 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1

Цели

Цель освоения - достижение общей физической подготовленности; формирование физической культуры личности в результате формирования знаний, умений и навыков методически обоснованно и целенаправленно использовать методы и средства "Настольный теннис" для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

1.2

Задачи

- "Настольный теннис" в современном обществе, в жизни человека, подготовке его к социальной и профессиональной деятельности;

- знание значения физической культуры в формировании общей культуры личности человека;

- знание принципов, средств, методов настольного тенниса;

- знание теоретических и методических основ организации самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности различной направленности для достижения жизненных и профессиональных целей;

- умение использовать средства физической культуры для оптимизации работоспособности и укрепления здоровья;

- навыки использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: Б1.В.ДВ.02.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Теория и методика физической культуры и спорта

Анатомия и морфология человека

Физиология человека

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Тренерская практика

Профессионально-ориентированная практика

Биомеханика двигательной деятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 Знать:

3.1.1 - здоровьесберегающие технологии для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

3.1.2 - совокупность средств и методов тренировки (общеразвивающие упражнения, специальные подготовительные упражнения, теоретические знания, соревновательные упражнения в необычных условиях).

3.2 Уметь:

3.2.1 - применять на практике разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья и психофизической подготовки;

3.2.2 - проводить подбор методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств и методов тренировки.

3.3 Владеть:

3.3.1 - Имеет опыт владения здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной активности;



Рабочая программа дисциплины "Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 4

3.3.2 - Владеет способами проведения подбора методик тренировочных занятий с использованием в совокупности средств и методов тренировки, в том числе с использованием неспецифических средств, стимулирующих работоспособность и эффективность выполнения двигательных действий.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Общая трудоемкость | 2 ЗЕТ |
| Часов по учебному плану : 72 в том числе : аудиторные занятия : 32 самостоятельная работа : 36,7 : контактная работа: 35,3 ИКР: 3,3 | Виды контроля в семестрах: зачеты 6 |

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Литература |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------|---------------------------------------------------------|
| | Раздел 1. Практические занятия | | | |
| 1.1 | Тема 1. Настольный теннис: основные принципы и особенности. Правила и направления занятий настольным теннисом. Противопоказания и ограничения при занятиях настольным теннисом. Правила поведения в игровом зале. Техника безопасности на занятиях. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.2 | Тема 2. Правила игры в современном настольном теннисе, их влияние на характер и содержание игры. Понятие о технике. Классификация техники!. Общая характеристика техники и ее значение. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.3 | Тема 3. Стойки и передвижения теннисиста. Совершенствование техники. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.4 | Тема 4. Хватка ракетки и передвижения с теннисным мячом. Накат. Совершенствование техники. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.5 | Тема 5. Точность попадания, техника. Обучение срезкам. Совершенствование техники. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.6 | Тема 6. Обучение прямой подачи. Обучение подачи подрезкой. Совершенствование техники. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.7 | Тема 7. Тактика как средство спортивной борьбы в настольном теннисе. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |



| | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------|---------------------------------------------------------|
| Рабочая программа дисциплины "Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ» | | | | стр. 5 |
| 1.8 | Тема 8. Тактика игры в настольном теннисе. Классификация тактики. Значение тактики и ее взаимосвязь с другими компонентами игры. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.9 | Тема 9. Виды тактик в настольном теннисе. Совершенствование техники и тактики. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.10 | Тема 10. Тактика одиночных игр (Тактика подачи. Тактика приема подач. Тактика розыгрыша очка). Совершенствование тактики одиночных игр. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.11 | Тема 11. Тактика парных игр (Тактика подачи. Тактика приема подач. Тактика розыгрыша очка). Совершенствование тактики парных игр. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.12 | Тема 12. Тактика игры против «атакующего». Совершенствование тактики игры против «атакующего». /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.13 | Тема 13. Тактика игры против «защитника». Совершенствование тактики игры против «защитника». /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.14 | Тема 14. Характеристика специальных физических качеств теннисистов. Средства и методы воспитания специальных физических качеств теннисистов. Выполнение упражнений на выработку специальных физических качеств теннисиста. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.15 | Тема 15. Методы и средства восстановления в настольном теннисе. Совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| 1.16 | Тема 16. Применение технических средств, тренажерных устройств в тренировке по настольному теннису. /Пр/ | 6 | 2 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| Раздел 2. Самостоятельная работа | | | | |
| 2.1 | Самостоятельное совершенствование техники и тактики игры в настольный теннис. /Ср/ | 6 | 36,7 | Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6Л3.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 |
| Раздел 3. ИКР | | | | |
| 3.1 | Индивидуальные консультации. Текущий контроль /ИКР/ | 6 | 3,3 | |

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств



1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду.
2. Письменная работа (реферат).
3. зачет.

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

А) В рамках текущего контроля в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, учитывается вовлечённость в ФО и/или СМ среду в семестре.

Б) Письменная работа (реферат).

Б) Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине

1. Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.
2. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
3. История возникновения и развития настольного тенниса.
4. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.
5. Розыгрыш очка.
6. Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований.
7. Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.
8. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
9. Основные термины настольного тенниса.
10. Общая характеристика техники игры в настольный теннис. Особенности вращения полета и отскока мяча.
11. Классификация технических приемов в настольном теннисе.
12. Тактика одиночной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
13. Тактика парной игры в настольный теннис. Основные схемы и стратегии.
14. Методика обучения технике игры в настольный теннис.
15. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.
16. Особенности организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.
17. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены анализом вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду, тестовым выполнением контрольных нормативов по настольному теннису.

А. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду

Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов

Б. Выполнение контрольных нормативов (все представленные контрольные упражнения выполняются с учетом времени и количеством выполненных повторений).

- техника выполнения упражнений;
- составление и проведение комплекса упражнений для разминки с учебной группой;
- накат открытой стороной ракетки;
- накат закрытой стороной ракетки.

Оценка уровня технической подготовленности (2 обязательных теста):

- накат;
- контр накат.

В. вопросы по теории игры в настольный теннис к зачету

1. Виды технических приёмов.
2. Фазовая структура техники ударов.
3. Классификация способов держания ракетки.
4. Виды вращения мяча.
5. Основы тактики игры.
6. Выбор подачи, приема, сторон.
7. Методика обучения технике настольного тенниса.
8. Правила игры в настольный теннис.
9. Требования к местам соревнований по настольному теннису.
10. Виды соревнований. Общая характеристика.
11. Настольный теннис как предмет учебного плана. Задачи, значение и содержание предмета.
12. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в настольный теннис. Принципы наглядности, доступности, последовательности, систематичности.
13. Теннис в Российской системе физвоспитания. История развития тенниса.
14. Методы предупреждения травматизма.



15. Техника игры в настольный теннис.
16. Классификация и общая характеристика техники игры.
17. Стратегия и тактика игры в настольный теннис.
18. Основы тактики игры.
19. Классификация тактики и стилей игры.
20. Тактика подач и приема подач.
21. Тактика одиночной игры.
22. Тактика парной игры.
23. Тактика командной игры.
24. Структура системы подготовки игроков в настольный теннис.
25. Формы организации занятий по настольному теннису.
26. Виды подготовки игроков в настольный теннис.
27. Физическая, техническая и тактическая подготовка теннисиста.
28. Современные средства и методы обучения игре настольный теннис.
29. Настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы.
30. Методика организации и проведения соревнований.
31. Основные правила игры, права и обязанности участников соревнований.
32. Характеристика инвентаря для игры в настольный теннис.
33. Дидактические основы спортивной подготовки теннисиста.
34. Интегральная и интеллектуальная подготовка теннисиста.
35. Специфика проведения занятий с различным контингентом занимающихся.

6.4. Критерии оценивания

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 50 баллов из 100 возможных.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры и спорта (тестирование проводится на бумажном носителе, время проведения теста 20 минут), глубину вовлеченности в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

А. Критерии оценивания вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую (ФО и/или СМ) среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов.

Описание шкалы оценивания:

36–40 баллов (отлично) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве соорганизатора, волонтера); либо участие во Всероссийских и/или окружных соревнованиях.

28–35 баллов (хорошо) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.);

10–27 баллов (удовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

Менее 10 баллов (неудовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

Б. Критерии оценивания результатов тестирования уровня теоретических и методических знаний в области физической культуры и спорта

Тест формируется на бумажном носителе. Максимальный балл за тест – 20 баллов.

| | | |
|-----------------------------|---------------------------------|-----------------|
| Оценка | Отлично/зачтено/ | Хорошо/зачтено/ |
| Удовлетворительно/ зачтено/ | Неудовлетворительно /не зачтено | |
| Баллы | 18–20 баллов | 14–17 баллов |
| 10–13 баллов 0–9 баллов | | |



уровне:

– знание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
– владение недостаточными навыками выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;
– недостаточное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

– участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.).

3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно, предполагает формирование компетенций на начальном уровне:
– знание фрагментарного характера научно-практических основ физической культуры и спорта, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

– неуверенные знания правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;

– недостаточные знания основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования;

– умение проявлять уважение к партнёрам по занятиям физической культуры и спортом;

– опосредованное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно, не сформирован начальный уровень компетенций:

– незнание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;

– отсутствие навыков выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;

– неумение владения средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Ресурс |
|------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------|
| Л1.1 | Орлова Л. Т., Марков А. Ю. | Настольный теннис: учебное пособие для вузов (https://e.lanbook.com/book/217412) | Санкт-Петербург : Лань, 2022 | ЭБС |

7.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Ресурс |
|------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Л2.1 | Сокур Б. П., Гераськин А. А., Девяткин Ю. П., Кириченко В. Ф. | Теннис: учебно-методическое пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274896) | Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013 | ЭБС |
| Л2.2 | Белиц-Гейман С. Б. | Теннис: фотоальбом | Москва : Планета, 1981 | |



Рабочая программа дисциплины "Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 10

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Ресурс |
|------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Л2.3 | Николаев И.В., Степанова О.Н. | Основы техники и методики обучения теннису: учебное пособие (https://znanium.com/catalog/document?id=159404) | Москва : Московский педагогический государственный университет, 2012 | ЭБС |
| Л2.4 | Манжелей И. В., Пырлич Ю. В. | Физическая культура. Учебно-тренировочные занятия (элективный курс «настольный теннис»): учебно- методический комплекс. Рабочая программа для студентов 1- 3 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки бакалавров Тюменского государственного университета: учебно-методический комплекс (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=567348) | Тюмень : Тюменский государственный университет, 2016 | ЭБС |
| Л2.5 | Затолюкина Г. В., Чеснокова Н. Н. | Физическая культура: теннис: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576792) | Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2018 | ЭБС |
| Л2.6 | Жданов В. Ю., Жданов И. Ю., Милоданова Ю. А. | Настольный теннис: обучение за 5 шагов (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430429) | Москва : Спорт, 2015 | ЭБС |

7.1.3. Методические разработки

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год | Ресурс |
|------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Л3.1 | Степанова О. Н., Николаев И. В. | Основы техники и методики обучения теннису: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363851) | Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2012 | ЭБС |

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

| | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Э1 | Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» - раздел "Журналы открытого доступа" (https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_free.asp) на 01.10.2018 г. содержит более 6000 научных журналов http://www.elibrary.ru http://www.elibrary.ru |
| Э2 | Лекториум - просветительский проект: массовые открытые онлайн-курсы, открытый видеоархив лекций вузов России https://www.lektorium.tv https://www.lektorium.tv |
| Э3 | Национальная электронная библиотека (НЭБ) (https://rusneb.ru/) Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. – URL: http://нэб.рф . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки ЧелГУ. – Текст : электронный. https://rusneb.ru |
| Э4 | Центральная отраслевая библиотека по Физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : [сайт] . - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru http://lib.sportedu.ru |
| Э5 | Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: https://biblio-online.ru https://biblio-online.ru |
| Э6 | Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: http://biblioclub.ru/ http://biblioclub.ru/ |

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

LMS Moodle

MS Office365

Adobe Reader

WinDjView

ПО Kaspersky

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы



Рабочая программа дисциплины "Настольный теннис" по направлению подготовки (специальности) 49.03.03 "Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 11

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (<https://elibrary.ru/defaultx.asp?>) eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <https://elibrary.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. Консультант Плюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / Регион. центр правовой информ. Информправо

3. Справочник «Информо» (<http://www.informio.ru/>) ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научнопрактическими материалами]. – URL: <http://www.informio.ru/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей ЧелГУ. – Текст : электронный.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации программы учебной дисциплины по практическому курсу имеется в наличии следующее спортивное сооружение с соответствующим набором специального спортивного инвентаря и оборудования:

Для реализации программы учебной дисциплины по практическому курсу имеется в наличии следующее спортивное сооружение с соответствующим набором специального спортивного инвентаря и оборудования: игровой спортивный зал – 280 кв. м (корп.5), игровой спортивный зал - 280 кв. м (корп.2).

Оборудование: шведская стенка «Сила» – 10 шт.; турник-брусья с широким хватом – 5 шт.; стол теннисный – 1 шт.; щит баскетбольный – 2 шт.; кольцо баскетбольное с сеткой – 2 шт., мячи баскетбольные – 6 шт., мячи волейбольные – 6 шт., доска для пресса – 5 шт.; ферма выносная – 2 шт., гантели 1,5 кг – 8 шт., обруч – 10 шт., скакалка – 20 шт., весы медицинские ВЭМ (А2) – 1шт., ростомер медицинский РМ – 1шт., динамометр кистевой 50 кг – 1шт., ракетка для бадминтона – 3 пары.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 60 баллов из 100 возможных.

При изучении данной дисциплины используются лекционные, практические занятия и самостоятельная работа студента. На лекционных занятиях преподаватель излагает основное содержание тем программы.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, и/или навыками составления комплексов упражнений оздоровительно-прикладной направленности, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области прикладной и оздоровительной физической культуры (тестирование проводится на бумажном носителе или в системе дистанционного обучения Moodle, время проведения теста 25 минут), глубину вовлечённости в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объёмов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта в структуре 100-балльной системы.

Формирование физической культуры студентов, освоенных от практических занятий прикладной и оздоровительной физической культурой по состоянию здоровья на длительный срок или на весь период обучения по дисциплине, складывается из расширенного курса теоретической подготовки и самостоятельных занятий. Итогом теоретической подготовки является написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объём работы должен быть 15–20 страниц стандартизированного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеофильмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL-адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого



текста в объёме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

Кроме этой работы студент выполняет предложенные ему тесты.

В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (онлайн-лекции (вебинары), чаты, видеоконференции и др.) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, MSOffice365, форумы, электронная почта и др.).

Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и т.п.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение, дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Реализация дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ЭО, ДОТ) осуществляется на основании «Положения о реализации основных и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Челябинский государственный университет», «Положения о порядке зачета обучающимися по основным профессиональным образовательным программам высшего образования в ФГБОУ ВО «ЧелГУ» результатов освоения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, дополнительных образовательных программ» посредством электронной информационно-образовательной среды ФГБОУ ВО «ЧелГУ». В исключительных случаях (форс-мажор и т.п.) при реализации образовательной деятельности с применением ЭО, ДОТ могут применять компоненты, не входящие в перечень электронной информационно – образовательной среды.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «EiBraille-W14J G2»; ноутбуки с программной экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой Clevy с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).



Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
- б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
- в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

