

**МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

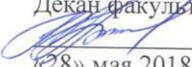


**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Саратовский государственный аграрный университет  
имени Н. И. Вавилова»**

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий кафедрой  
 /Беглов М.В./  
«28» мая 2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Декан факультета  
 /Молчанов А. В./  
«28» мая 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Дисциплина	<b>НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС</b>
Направление подготовки	<b>35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции</b>
Профиль подготовки / специализация / магистерская программа	<b>Технологии пищевых производств в АПК</b>
Квалификация (степень) Выпускника	<b>Бакалавр</b>
Нормативный срок Обучения	<b>4 года</b>
Форма обучения	<b>Очная</b>

*Разработчик(и): доцент, Скосырева Е.Н.*

  
(подпись)

**Саратов 2018**

## 1. Цель освоения дисциплины

дисциплины «Настольный теннис», является формирование способности методически обоснованно и целенаправленно использовать разнообразные средства, методы и организационные формы физической культуры, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

В соответствии с учебным планом по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК, дисциплина «Настольный теннис» относится к дисциплинам по выбору вариативной части дисциплин Блока 1.

Дисциплина базируется на знаниях, имеющихся у обучающихся при получении среднего (полного) общего или среднего профессионального образования.

Для качественного усвоения дисциплины обучающийся должен:

- знать: основы физической культуры и здорового образа жизни, методические принципы спортивной тренировки;
- уметь: использовать деятельность в области физической культуры и спорта для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Дисциплина «Настольный теннис» направлена на формирование у студентов универсальной компетенции: «способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности» (УК-7).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Компетенция	Студент должен:		
	знать	уметь	владеть
1	2	3	4
<i>УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	социально-биологические основы физической культуры; основы здорового образа и стиля жизни; виды общедоступного и профессионального спорта; влияние оздоровительных систем физического	применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств; применять	средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования, ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной

	воспитания на укрепление здоровья, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности	знания по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки в жизненных и профессиональных целях; выполнять индивидуально подобранные комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств	деятельности Навыками организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и участия в массовых спортивных соревнованиях
--	---	--	--

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 часов.

Таблица 1

Объем дисциплины

	Количество часов								
	Всего	в т.ч. по семестрам							
		1	2	3	4	5	6	7	8
Контактная работа – всего, в т.ч.	328	-	68	72	52	54	46	36	-
<i>аудиторная работа:</i>	328	-	68	72	52	54	46	36	-
лекции	-	-	-	-	-	-	-	-	-
лабораторные	-	-	-	-	-	-	-	-	-
практические	328	-	68	72	52	54	46	36	-
<i>промежуточная аттестация</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<i>контроль</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Форма итогового контроля	-	-	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.	зач.	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Таблица 2

Структура и содержание дисциплины

№ п/п	Тема занятия. Содержание	Неделя семестра	Контактная работа	Самостоятельная работа	Контроль знаний

			Вид занятия	Форма проведения	Количество часов	Количество часов	Вид	Форма	max балл
--	--	--	-------------	------------------	------------------	------------------	-----	-------	----------

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2 семестр									
1.	Основы техники безопасности на занятиях по настольному теннису Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	7
2.	«Настольный теннис» содержание; раздел 1,2 приложения	1-17	ПЗ	Т	58	-	ТК	Д	
3.	Тесты физического контроля по изученным темам	5,10, 15	ПЗ	Т	6		РК	Т	34
4.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	17	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	7
5.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по настольному теннису	17 5/6				-	Вых К	3	20
6.	Итого за 2 семестр:				68	-			68
3 семестр									
7.	Тесты входного контроля по настольному теннису Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	7
8.	«Настольный теннис» содержание; раздел 3,4 приложения	1-17	ПЗ	Т	62	-	ТК	Д	
9.	Тесты физического контроля по изученным темам	6,12, 18	ПЗ	Т	6	-	РК	Т	36
10.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	18	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	7
11.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по настольному теннису	18				-	Вых К	3	22
12.	Итого за 3 семестр:				72	-			72
4 семестр									
13.	Тесты входного контроля по настольному теннису Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	5
14.	«Настольный теннис» содержание; раздел 5 приложения	1-16	ПЗ	Т	42	-	ТК	Д	
15.	Тесты физического контроля по изученным темам	4,8, 12	ПЗ	Т	6	-	РК	Т	26
16.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	13	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	5
17.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по настольному теннису	16				-	Вых К	3	16
18.	Итого за 4 семестр:				52	-			52
5 семестр									
19.	Тесты входного контроля по настольному теннису	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	6

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Мониторинг функционального состояния организма.								
20.	«Настольный теннис» содержание; раздел 6 приложения	1-18	ПЗ	Т	44	-	ТК	Д	
21.	Тесты физического контроля по изученным темам	5,10,15	ПЗ	Т	6	-	РК	Т	27
22.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	17	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	5
23.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по настольному теннису	18				-	Вых К	3	16
24.	Итого за 5 семестр:				54	-			54
<b>6 семестр</b>									
25.	Тесты входного контроля по настольному теннису Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	5
26.	«Настольный теннис» содержание; раздел 7 приложения	1-16	ПЗ	Т	38	-	ТК	Д	
27.	Тесты физического контроля по изученным темам	5,10	ПЗ	Т	4	-	РК	Т	23
28.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	12	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	4
29.	Выходной контроль Тесты выходного контроля по настольному теннису	16				-	Вых К	3	14
30.	Итого за 6 семестр:				46	-			46
<b>7 семестр</b>									
31.	Тесты входного контроля по настольному теннису Мониторинг функционального состояния организма.	1	ПЗ	В	2	-	ВК	Т	4
32.	«Настольный теннис» содержание; раздел 8 приложения	2-17	ПЗ	Т	28	-	ТК	Д	
33.	Тесты физического контроля по изученным темам	8,16	ПЗ	Т	4	-	РК	Т	17
34.	Организация и практическое судейство соревнований различного уровня. Участие в соревнованиях.	18	ПЗ	РИ	2	-	ТК ТР	Д	4
35.	Выходной контроль -выполнение контрольных тестов по настольному теннису	18				-	Вых К	3	11
36.	Итого за 7 семестр:				36	-			36
37.	Всего по дисциплине				328				328

**Примечание:**

Условные обозначения:

**Виды аудиторной работы:** ПЗ – практическое занятие.

**Формы проведения занятий:** Т - занятие проводимое в традиционной форме, В- занятие проводимое в форме визуализации, РИ – ролевая игра.

**Виды контроля:** ВК – входной контроль, ТК – текущий контроль, РК – рубежный контроль, ТР – творческий рейтинг, ВыхК – выходной контроль.

**Форма контроля:** Д – демонстрация практического навыка, Т-тестирование, З – зачет.

## 5. Образовательные технологии

Организация занятий по дисциплине «Настольный теннис» проводится по видам учебной работы: практические занятия, текущий контроль.

Реализация компетентностного подхода в рамках направления подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК, предусматривает использование в учебном процессе как традиционных педагогических технологий, так и методов активного обучения для формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

Практические занятия проводятся в спортивных залах, на открытых спортивных площадках, бассейне, тире, залах ЛФК.

Целью практических занятий является формирование способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Для достижения этих целей используются формы работы - проведение занятий в традиционной форме, в форме визуализации и ролевой игры.

## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### а) основная литература

1. **Анкудинов Н.В.** Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования. Ч. 1 [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Н.В. Анкудинов - Рязань: Академия ФСИН России, 2015. - 204 с.: ISBN 978-5-7743-0723-4 –Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/780464>

2. **Евсеев Ю.И.** Физическая культура. [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Ю.И.Евсеев, - 9-е изд., стер. - Рн/Д: Феникс, 2014. - 444 с. ISBN 978-5-222-21762-7. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/908476>

3. **Рекша Ю.М.** Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования. Ч. 2 [Электронный ресурс]: Учебное пособие / Ю.М. Рекша - Рязань: Академия ФСИН России, 2015. - 242 с.: ISBN 978-5-7743-0724-1 – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/780465>

### б) дополнительная литература

1. **Абаскалова Н.П.** Физиологические основы здоровья [Электронный ресурс]: Учеб.пос. / Н.П. Абаскалова и др.; Отв. ред. Р.И. Айзман. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 351 с.: 60x90 1/16 + ( Доп. мат. znanium.com). - (ВО: Бакалавр.). (п) ISBN 978-5-16-009280-5, 500 экз.–Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/429950>

2. **Барчуков И.С.** Физическая культура и физическая подготовка. [Электронный ресурс]: учебник / И.С. Барчуков; Ю.Н. Назаров; С.С. Егоров; Под ред. Кикоть В.Я. - М.:ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 431 с.: 60x90 1/16 ISBN 978-5-238-01157-8. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/883774>

3. **Муллер А. Б.** Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб.пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. -

ISBN 978-5-7638-2126-0.–Режим доступа:

<http://znanium.com/catalog/product/443255>

4. **Чертов Н.В.** Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.В. Чертов - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. ISBN 978-5-9275-0896-9–Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/551007>

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Государственная политика в области образования – Российское образование. Федеральный портал – URL: [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=105](http://www.edu.ru/index.php?page_id=105)

2. Научная электронная библиотека

Elibrary.ru [http://elibrary.ru/rubric\\_titles.asp?rcode=770000](http://elibrary.ru/rubric_titles.asp?rcode=770000)

3. Национальный цифровой ресурс РУКОНТ. <http://rucont.ru>

4. Образование и общество. Научный информационно- аналитический журнал. – URL:<http://www.education.rekom.ru>

5. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации – URL:<http://mon.gov.ru/dok/fz/obr/>

6. Официальный сайт Электронной библиотеки диссертаций Российской государственной библиотеки. <http://diss.rsl.ru/>

7. Физическая культура студента. Электронный учебник.

[http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov\\_set/](http://cnit.ssau.ru/kadis/ocnov_set/)

8. Электронная библиотека: Труды ученых ИГУ. <http://ellib.library.isu.ru/index.php>

9. Электронно-библиотечная система IPRbooks. <http://ibooks.ru>

10. Электронно-библиотечная система Znanium. <http://znanium.com>

11. Электронно-библиотечная система издательства «Лань». <http://e.lanbook.com>

12. Юревич А.В. Нравственность в современной России [Электронный ресурс] / А.В. Юревич, Д.В. Ушаков // Психологические исследования: электрон.науч.журн. 2009. № 1 (3). URL: <http://psystudy.ru>(дата обращения: 10.09.2010).

г) периодические издания

1. Научный журнал включен в список ВАК России «Теория и практика физической культуры». - ISSN: 00403601

д) базы данных и поисковые системы Яндекс, Rambler, Yahoo, Google

е) информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса:

- информационно-справочные системы - не предусмотрены программой
- программное обеспечение - не предусмотрены программой

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Аудитория с перечнем материально-технического обеспечения	Местонахождение
<b>Игровой зал</b> № 1, по тех. паспорту № 6, 1 этаж, 613,4 кв.м. <sup>2</sup> Ферма баскетбольная с пластиковым щитом с табло атаки 1 шт., Щит баскетбольный с табло атаки 1 шт. Ворота для мини футбола 2 шт.,	410005, г. Саратов, ул. Соколова, 335

<p>Электронное табло универсальное 1 шт.,  Мячи баскетбольные 10 шт.,  Мячи волейбольные 5 шт.,  Волейбольный комплект (стойки, сетка, вышка).  Гимнастические скамейки 8 шт.  Футбольные мячи 5 шт.  Гимнастическая скакалка 5 шт.  Гимнастические обручи 5 шт.  Звукоусилительный комплект PEAVEY Escort 1 шт.</p>	
<p><b>Спортивный зал для СМО № 4</b>, по тех. паспорту № 3, 3 этаж, 74,2 кв.м.<sup>2</sup>  Мячи набивные 16 шт.  Гимнастические палки 16 шт.  Обручи 6 шт.  Скакалки 6 шт.  Фитобол 6 шт.  Гантели 25 шт.  Гиря (16 кг) 1 шт.  Гимнастические коврики 15 шт.  Часы 1 шт.  Зеркала 6 шт.  Скамейки 2 шт.  Теннисный стол 1 шт.  Теннисные ракетки 4 шт.  Гимнастическая стенка 3 шт.  Тренажер «Шагоступ» 2 шт.  Весы медицинские 1 шт.</p>	410005, г. Саратов, ул. Соколова, 335
<p><b>Тренажерный зал № 2</b>, по тех. паспорту № 7, 1 этаж, 83,8 кв.м.<sup>2</sup>  Зеркала 11 шт.  Маты гимнастические 7 шт.  Скамейки 3 шт.  Гимнастическая стенка с навесной перекладиной для подтягивания 1 шт.,</p>	410005, г. Саратов, ул. Соколова, 335

### 8. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, сформированный для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Настольный теннис» разработан на основании следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Минобрнауки РФ от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

Фонд оценочных средств представлен в приложении 1 к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;

- типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

## **9. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

*Самостоятельная работа не предусмотрена учебным планом по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции профиль Технологии пищевых производств в АПК.*

## **10. Методические указания для обучающихся по изучению дисциплины «Настольный теннис»**

Методические указания по изучению дисциплины «Настольный теннис» включают в себя:

1. Методические указания по выполнению практических занятий представлен в приложении 4.

*Рассмотрено и утверждено на заседании кафедры «Физическая культура» «28» мая 2018 года (протокол № 9).*

**Приложение**  
**к рабочей программе по дисциплине**  
**«Настольный теннис»**

<b>Темы занятий</b>
<b>Раздел № 1</b>
Основы техники безопасности на занятиях по настольному теннису. Мониторинг функционального состояния организма. Овладение техникой игры в н/т. Обучение стойкам теннисиста. Обучение хватки ракетки. Обучение способам передвижения тенниса. Обучение тактике подач. Обучение тактике приема подач. Обучение тактике розыгрыша очка. Обучение подрезке слева. Обучение подрезке справа. Обучением накатам и контрударам справа. Обучением накатам и контрударам слева. Обучение накатам и контрударам по свече. Обучение подаче слева подрезкой и накатом. Обучение подаче справа подрезкой и накатом.
<b>Раздел № 2</b>
Обучение тактике игры в н\т. Обучение сочетаниям элементов техники игры справа на точность и стабильность. Обучение сочетаниям элементов техники игры слева на точность и стабильность. Обучение сочетаниям элементов техники игры справа в передвижении из различных игровых зон. Обучение сочетаниям элементов техники игры слева в передвижении из различных игровых зон. Обучение топ-спину слева против подрезки, приему топ- спином подставкой. Обучение топ-спину слева против подрезки, приему топ -спином подрезкой. Обучение топ-спину справа против подрезки, приему топ- спинов подставкой и подрезкой. Обучение топ-спину справа против подрезки, приему топ -спином подрезкой. Обучение подаче слева с нижним, нижнебоковым верхним и верхнебоковым вращением в заданную зону стола. Обучение подаче справа с нижним, нижнебоковым верхним и верхнебоковым вращением в заданную зону стола. Обучение сочетаниям элементов техники игры справа в различных скоростных режимах. Обучение сочетаниям элементов техники игры слева в различных скоростных режимах. Обучение сочетаниям элементов техники игры справа с началом атаки. Обучение сочетаниям элементов техники игры слева с началом атаки. Обучение двух-и трехходовым тактическим комбинациям. Обучение сочетаниям подачи с началом атаки. Обучение технике игры в н/т.
<b>Раздел № 3</b>
Обучение подрезки. Обучение накатом и контрударом в передвижениях и различных сочетаниях. Обучение перекруткам и приемам ударов, закрепления стиля игры. Обучение подаче с нижним вращением справа. Обучение подаче с нижним вращением слева. Обучение подаче слева со сложными вращениями.

Обучение подаче справа со сложными вращениями
Обучение атакующим и защитным действиям.
Обучение индивидуальной тактике игры.
Обучение атаке после своей подачи.
Обучение индивидуальной технике игры.
Обучение подачи слева со сложными вращениями.
Обучение подаче справа со сложными вращениями
Обучение различных передвижений в комбинациях.
Обучение перекруткам.
Обучение защитным и атакующим действиям игры в н\т.
Обучение индивидуальной тактике игры.
Обучение контратакам.
Обучение тактике парных игр.
Обучение тактике и технике игры в соревнованиях.
<b>Раздел № 4</b>
Совершенствование изученных тем
<b>Раздел № 5</b>
Совершенствование изученных тем
<b>Раздел № 6</b>
Совершенствование изученных тем
<b>Раздел № 7</b>
Совершенствование изученных тем
<b>Раздел № 8</b>
Совершенствование изученных тем