Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Соловьев Дмитрий Александрович
Должность: ректор ФГБОУ ВО Вавиловский университет
Дата подписания: 02.10.2024 16:17:14
Уникальный программный ключ:
528682d78e671e566ab07f01fe1ba2172f735a12

Приложение 1

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой «ФК»
«27» августа 2019 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Дисциплина	**НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС**
Специальность	**20.05.01 Пожарная безопасность**
Квалификация выпускника	**Специалист**
Нормативный срок обучения	**5 лет**
Форма обучения	**Заочная**
Кафедра-разработчик	**Физическая культура**
Ведущий преподаватель	***Панина О.В., доцент***

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г. (подпись)

доцент, Панина О.В. (подпись)

Саратов 2019

Содержание

1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП ……..... 3

2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания …… 6

3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....……..……..…… 13

4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы их формирования …… 16

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

В результате изучения дисциплины «Настольный теннис», обучающиеся в соответствии с ФГОС ВО по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.08.2015г. № 851, формируют следующие компетенции, указанные в таблице 1.

Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины «Настольный теннис»

Таблица 1

Компетенция		Структурные элементы компетенции (в результате освоения дисциплины обучающий должен знать, уметь, владеть)	Этапы формирования компетенции в процессе освоения ОПОП (курс)	Виды занятий для формирования компетенции	Оценочные средства для оценки уровня сформированности компетенции
Код	Наименование				
1	2	3	4	5	6
ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *технику безопасности на занятиях по избранному виду спорта, социально-биологические основы физической культуры*	1	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет: *соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений.*			
		владеет: *приемами страховки и способами оказания первой помощи во время занятий физическими упражнениями*			
ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *основы здорового образа и стиля жизни; гигиенические правила и структуру самостоятельных занятий;*	2	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет: *осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и специальной подготовленностью; применять различные средства физической культуры и спорта в оздоровительных, профессиональных и рекреационных целях;*			
		владеет: *комплексами упражнений, направлен-*			

		ных на укрепление здоровья, обучение двигательным действиям и развитие физических качеств			
ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *примерные ежедневные и недельные объемы физических нагрузок; содержание и направленность различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность*	3	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет*: составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств; осуществлять контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки*			
		владеет: *методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениям и гигиенической направленности*			
ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности*	4	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет: *управлять своим физическим здоровьем и применять оздоровительные и спортивные технологии*			
		владеет: *способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений; технологией мониторинга собственного физического развития, функционального состояния систем организма, физической и психической работоспособности*			

ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности;* *методические принципы спортивной тренировки*	5	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет: *выполнять индивидуально подобранные комплексы различной целевой направленности; применять практические навыки, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности*			
		владеет: *навыками повышения своей физической подготовленности, совершенствования спортивного мастерства***;** *методикой составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениям тренировочной направленности*			
ОК-8	*способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	**знает:** *основы формирования профессионально-прикладной физической культуры и понимает её интегрирующую роль в процессе формирования здоровьясбережения будущих специалистов; основы физической культуры и здорового образа жизни, методические принципы спортивной тренировки*	6	Практические занятия	Тесты по физической подготовке, демонстрация практического навыка
		умеет: *применять систему знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, воспитание и совершенствование психофизических способностей и качеств;* *осуществлять творче-*			

		ское сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой			
		владеет: *способностью к самоопределению, саморазвитию и самосовершенствованию в выборе средств и методов оздоровительных и спортивных технологий; навыками организации и проведения соревнований, в качестве общественных инструкторов, и судей.*			

Компетенция ОК-8 – также формируется дисциплине «Физическая культура и спорт», элективных курсах по физической культуре и спорту и ходе подготовки и защиты ВКР.

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

Перечень оценочных материалов

Таблица 2

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ОМ
1	демонстрация практического навыка	совместная деятельность группы обучающихся и педагогического работника направленная на совершенствование техники владения двигательными умениями и навыками	комплексы упражнений
2	тестирование	метод, который позволяет выявить уровень функционального состояния и основных физических качеств, развивающих профессионально значимые физические способности обучающегося	тесты физического развития

Программа оценивания контролируемой дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Контролируемые разделы (темы дисциплины)	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
1	Настольный теннис	ОК-8	тесты физического развития, демонстрация практического навыка

Описание показателей и критериев оценивания компетенций по дисциплине «Настольный теннис» на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Таблица 4

Код ком-	Планируе-	Показатели и критерии оценивания результатов обучения

петенции, этапы освоения компетенции	мые результаты обучения	ниже порогового уровня (неудовлетворительно)	пороговый уровень (удовлетворительно)	продвинутый уровень (хорошо)	высокий уровень (отлично)
1	2	3	4	5	6
ОК-8, 1 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в про-	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но допускает от-	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в процессе изу-

		цессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	дельные ошибки	чения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 2 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полу-	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и практических	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, но	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, полученных в

		ченных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	допускает отдельные ошибки	процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 3 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических двигательных	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения тактических и	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими двигательными	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными навыками, по-

		навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	навыками, но допускает отдельные ошибки	лученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 4 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и практических	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками выполнения так-	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и практическими	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими двигательными

		двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	тических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 5 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения тактических и	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет навыками вы-	обучающийся в целом успешно владеет тактическими и прак-	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и практическими

		практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	полнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	тическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины
ОК-8, 6 курс	**знает:**	обучающийся не знает значительной части программного материала, плохо ориентируется в материале (общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, технико-тактическая подготовка в конкретном виде спорта), не знает практику применения материала, допускает существенные ошибки	обучающийся демонстрирует знания только основного материала, но не знает деталей, допускает неточности в формулировках, нарушает логическую последовательность в изложении программного материала	обучающийся демонстрирует знание материала, не допускает существенных неточностей	обучающийся демонстрирует знание общей физической подготовки, специальной физической подготовки, технико-тактической подготовки в конкретном виде спорта, практики применения материала, хорошо ориентируется в материале
	умеет:	обучающийся не умеет использовать методы и приемы, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет большинство заданий, предусмотренных программой дисциплины	обучающийся в целом успешно, но не системно умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и показатели оценки тестирования	обучающийся в целом успешно, но с отдельными пробелами выполняет тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования	обучающийся умеет выполнять тактические и практические двигательные навыки, полученные в процессе изучения определенных разделов дисциплины, используя современные методы и оценки тестирования
	владеет навыками:	обучающийся не владеет навыками выполнения так-	обучающийся в целом успешно, но не системно владеет	обучающийся в целом успешно владеет тактиче-	обучающийся успешно и системно владеет тактическими и

		тических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины, допускает существенные ошибки	навыками выполнения тактических и практических двигательных навыков, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины	скими и практическими двигательными навыками, но допускает отдельные ошибки	практическими двигательными навыками, полученных в процессе изучения определенных разделов дисциплины

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

3.1. Входной контроль

Перечень вопросов

1. Техника безопасности в бассейне.
2. Техника безопасности в тренажерном зале.
3. Техника безопасности на открытых площадках.
4. Техника безопасности в стрелковом тире.
5. Техника безопасности в спортивном зале.

Тестирование рассматривается как входной контроль, для определения уровня функционального состояния организма:

- методика проведения пробы Руфье;
- методика проведения динамометрии;
- методика проведения спирометрии (ЖЕЛ);
- методика проведения пробы на высоте вдоха (проба Штанге);
- методика проведения пробы Яроцкого;
- методика проведения пробы Ромберга;
- методика проведения ортостатической пробы;
- методика проведения тесты Купера.

3.2. Тестирования физического развития

Тестирования физического развития по дисциплине «Настольный теннис» проводится как входной контроль и после изучения определенного раздела дисциплины. Результаты тестирования учитываются при проведении промежуточной аттестации.

Тесты входного контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Настольный теннис»

	Курс		5	4	3	2	1
Кросс (1км) -м	I-VI	м	3.10	3.20	3.30	3.45	400

(500м) -ж.	I-VI	ж	1.4	1,5	2.00	2.10	2.15
Прыжок в длину с места.	I-VI	м	230	210	190	160	140
	I-VI	ж	200	185	170	150	120
Прыжки ч\з скакалку(30сек.).	I-VI	м	75	70	65	60	55
	I-VI	ж	70	65	60	55	50
Бег 100м.	I-VI	м	13.2	13.8	14.00	14.3	14.5
	I-VI	ж	15.7	16.0	17.0	17.9	18.9
Отжимание в упоре лежа (1мин).	I-VI	м	25	21	16	12	6
	I-VI	ж	20	15	11	8	3
Подъем туловища из положения лежа (1мин) на спине, ноги закреплены руки за головой.	I-VI	м	50	45	40	35	30
	I-VI	ж	40	35	30	25	20
Челночный бег (5х10м).	I-VI	м	13.5	14.0	15.0	15.5	16.0
	I-VI	ж	17.0	17.5	18.0	18.5	19.0
Подтягивание в висе на перекладине.	I-VI	м	15	12	9	7	5
	I-VI	ж					
Подтягивание в виде лежа на перекладине высотой 90см.	I-VI	м					
	I-VI	ж	15	12	10	6	4
Набивание ладонной стороной ракетки.	I- III	м	30	25	20	15	10
		ж	25	20	15	10	5
	IV-VI	м	50	45	40	35	30
		ж	45	40	35	30	25
Набивание тыльной стороной ракетки.	I- III	м	30	25	20	15	10
		ж	25	20	15	10	5
	IV-VI	м	50	45	40	35	30
		ж	45	40	35	30	25
Подачи накатом в заданную зону (10раз).	I-VI	м	7	6	5	4	3
	I-VI	ж	6	5	4	3	2
Подачи боковым вращением (10раз).	I-VI	м	7	6	5	4	3
	I-VI	ж	6	5	4	3	2
Подачи с нижне-боковым вращением(10раз).	I-VI	м	8	7	6	5	4
	I-VI	ж	7	6	5	4	3
Подачи с верхне-боковым вращением(10раз).	I-VI	м	8	7	6	5	4
	I-VI	ж	7	6	5	4	3

Тесты текущего контроля для оценки физической подготовленности обучающихся по дисциплине «Настольный теннис»

		5	4	3	2	1
Подрезка справа по прямой (без ошибки).	м	20	17	14	11	8
	ж	16	13	10	7	4
Подрезка справа по диагонали (без ошибки).	м	25	22	18	16	12
	ж	24	20	16	12	8
Подрезка справа в середину стола (без ошибки).	м	26	22	18	16	12
	ж	24	20	16	12	8
Подрезка слева по прямой (без ошибки).	м	25	22	19	16	13
	ж	20	17	14	11	8
Подрезка слева по диагонали (без ошибки).	м	30	26	22	18	14
	ж	26	22	18	14	10
Подрезка слева в середину стола (без ошибки).	м	30	26	22	18	14
	ж	26	22	18	14	10
Прием топ-спина перекруткой справа со стола с полулежа (10раз).	м	5	4	3	2	1
	ж	5	4	3	2	1
Прием топ-спина перекруткой слева	м	5	4	3	2	1

со стола с полулежа(10раз).	ж	5	4	3	2	1
Подачи срезкой с нижним вращением в заданную зону (10 раз)	м	7	6	5	4	3
	ж	7	6	5	4	3
Подачи накатом в заданную зону (10раз).	м	7	6	5	4	3
	ж	7	6	5	4	3
Накаты и контрудары слева по прямой (без ошибки)	м	25	20	15	10	5
	ж	25	20	15	10	5
Подачи с нижне-боковым вращением (10раз).	м	8	7	6	5	4
	ж	7	6	5	4	3
Подачи с верхне-боковым вращением (10раз).	м	8	7	6	5	4
	ж	7	6	5	4	3
Подачи накатом в заданную зону (10раз).	м	7	6	5	4	3
	ж	6	5	4	3	2
Подачи боковым вращением (10раз)	м	7	6	5	4	3
	ж	6	5	4	3	2

3.3. Демонстрация практического навыка

Демонстрация практического навыка - проводится в течении изучения определенного раздела дисциплины и учитывается при проведении текущего контроля.

№ п/п	**Исходное положение**	**Описание упражнений**	**Методические указания**
1.	Лёжа на спине, одна рука на груди, другая на животе	Диафрагмальное дыхание	4-5 раз на вдохе живот выпячивается, на выходе – втягивается
2.	Лёжа на спине, руки вдоль туловища	Сгибание рук к плечам с одновременным разгибанием стоп	6-8 раз темп медленный. Дыхание произвольное.
3.	То же	С наклоном вправо, сгибание рук со скольжением кистей вдоль туловища – вдох, возвращение в и.п. – выдох. То же в другую сторону.	4-5 раз, следить за дыханием
4.	То же	Поочерёдное поднимание рук – вперёд – вверх – вдох, возвращение в и.п. – выдох.	4-5 раз амплитуда увеличивается с каждым движением
5.	То же	Поочерёдное сгибание и разгибание ног в коленном и тазобедренном суставах («ходьба на лыжах»)	4-5 раз темп медленный. Дыхание произвольное
6.	Сидя на стуле, руки опущены вниз	Попеременное разгибание ног в коленях и тазобедренных суставах с со дружественными движениями рук («шаги на месте»)	10-12 шагов. Дыхание ритмичное

3.4. Текущий контроль

Текущий контроль проводится в виде тестирования физической подготовленности по видам спорта в соответствии рабочей программой дисциплины. Виды тестирования приведены в п.3.2.

3.5. Промежуточная аттестация

- *вид промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность - зачет* – 1,2,3,4,5,6 курс.

Зачетные требования к практической части зачета по дисциплине «Настольный теннис»

	муж					жен.				
Виды упражнений	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Прыжок в длину с места	230	210	200	190	180	200	190	180	170	160
Прыжок ч/з гимнастическую скамейку 5 серий по 10сек. С 15сек. интервалом отдыха (сумма серий, колич.)	100	95	90	85	80	75	70	65	60	55
Перемещение в 4-х метровой зоне боком (5серий по 10раз с 15сек. интервалом отдыха (сек).	60.0	65.0	70.0	75.0	80.0	70.0	75.0	80.0	85.0	90.0
Отжимание от пола.	45	35	25	20	15	25	20	15	10	5
Подъем туловища из положения лежа на спине, ноги закреплены, руки за головой.	-	-	-	-	-	60	50	40	30	20
Подтягивание из виса на перекладине.	15	12	9	7	5	-	-	-	-	-
Подачи срезкой с нижним вращением в заданную зону (10 раз).	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
Подачи накатом в заданную зону (10раз).	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
Подачи с боковым вращением (10раз).	7	6	5	4	3	7	6	5	4	3
Накалы и контрудары справа по прямой (без ошибки).	25	20	15	10	5	25	20	15	10	5
Накалы и контрудары слева по прямой (без ошибки).	25	20	15	10	5	25	20	15	10	5
Подачи с нижне-боковым вращением (10раз).	8	7	6	5	4	7	6	5	4	3
Подачи с верхне-боковым вращением(10раз).	8	7	6	5	4	7	6	5	4	3
Забивание «свечей» справа (2попытки по 10 мячей).	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
Подачи срезкой с нижним вращением в заданную зону (10раз).	7	6	5	4	3	6	5	4	3	2
Подачи накатом в заданную зону (10раз).	7	6	5	4	3	6	5	4	3	2

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

4.1 Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Контроль результатов обучения обучающихся, этапов и уровня формирования компетенций по дисциплине «Настольный теннис» осуществляется через проведение входного, текущего, рубежных, выходного контролей и контроля самостоятельной работы.

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля и контрольные задания для текущего контроля разрабатываются кафедрой исходя из специфики дисциплины, и утверждаются на заседании кафедры.

4.2 Критерии оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности,

характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

Описание шкалы оценивания достижения компетенций по дисциплине приведено в таблице 6.

Таблица 6

Уровень освоения компетенции	Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)*			Описание
высокий	«отлично»	«зачтено»	«зачтено (отлично)»	Обучающийся обнаружил всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоил основную литературу и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, обучающийся проявляет творческие способности в понимании, изложении и использовании материала. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «отлично». Владеет техникой двигательных действий и методикой тренировки в избранном виде спорта
базовый	«хорошо»	«зачтено»	«зачтено (хорошо)»	Обучающийся обнаружил полное знание учебного материала, успешно выполняет предусмотренные в программе задания, усвоил основную литературу, рекомендованную в программе Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «хорошо». Владеет техникой двигательных действий и методикой развития двигательных качеств.
пороговый	«удовлетворительно»	«зачтено»	«зачтено (удовлетворительно)»	Обучающийся обнаружил знания основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляется с выполнением практических заданий, предусмотренных программой, знаком с основной литературой, рекомендованной программой. Выполняет контрольные тесты по физической подготовленности на «удовлетворительно». Владеет техникой базовых двигательных действий и методами оценки функционального состояния и работоспособности.
–	«неудовлетворительно»	«не зачтено»	«не зачтено (неудовлетворительно)»	Обучающийся обнаружил пробелы в знаниях основного учебного материала, допустил принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных про-

Уровень освоения компетенции	Отметка по пятибалльной системе (промежуточная аттестация)*			Описание
				граммой практических заданий, не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательной организации без дополнительных занятий Не справляется с контрольными тестами по физической подготовленности. Владеет основами техники базовых двигательных действий.

4.2.1. Критерии оценки выполнения тестовых заданий

При выполнении тестовых нормативов обучающийся демонстрирует:
знания: сущности движения и его назначение;
умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;
владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки выполнения тестовых заданий

отлично	обучающийся демонстрирует: уверенное выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
хорошо	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: выполнение учебного норматива соответствующего шкале оценки уровня физической подготовленности

4.2.2. Критерии оценки демонстрации практического навыка

При выполнении демонстрации практического навыка обучающийся демонстрирует:
знания: сущности движения и его назначение;
умения: разбираться в движении, объяснять, как оно выполняется;
владение навыками: демонстрации, определения и исправления ошибок.

Критерии оценки демонстрации практического навыка

отлично	обучающийся демонстрирует: выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, четко, в надлежащем ритме; понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;

хорошо	- обучающийся демонстрирует: - выполнение движения или отдельных его элементов, с соблюдением всех требований, с незначительными ошибками, легко, четко, в надлежащем ритме; - понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется, определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся;
удовлетворительно	обучающийся демонстрирует: - выполнение движения или отдельных его элементов, в основном правильно, но допускает одну грубую или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности; - низкий уровень выполнения движения в нестандартных и сложных, в соревновательных условиях занятия
неудовлетворительно	обучающийся демонстрирует: - движение или отдельные его элементы выполнены неправильно;

Разработчик(и): доцент, Шишкина Т.Г. _____ (подпись)

доцент, Панина О.В. _____ (подпись)