

Приложение № 6 к ОПОП высшего образования, направление подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль) программы прикладного бакалавриата «Финансы и кредит»

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
(АНО ВО МГЭУ)
НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Б1.В.ДВ.07.03 «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

Направление подготовки **38.03.01 Экономика**
Направленность (профиль) основной профессиональной образовательной программы прикладного бакалавриата «**Финансы и кредит**»

| | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| Формы обучения: | очная, заочная |
| Вид профессиональной деятельности: | расчетно-финансовая, банковская |
| Учебный год: | 2018/2019 |



Нижний Новгород 2018

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОСКОВСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
(АНО ВО МГЭУ)
НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)



УТВЕРЖДАЮ
Директор НИ (ф) АНО ВО МГЭУ
Е.Б. Жбаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

Направление подготовки **38.03.01 Экономика**

Направленность (профиль) основной профессиональной образовательной программы
прикладного бакалавриата «**Финансы и кредит**»

| | |
|------------------------------------|------------------------------------|
| Формы обучения: | очная, заочная |
| Вид профессиональной деятельности: | расчетно-финансовая, банковская |
| Учебный год: | 2018/2019 |

Нижний Новгород 2018

Рабочая программа дисциплины разработана для обучающихся основной и подготовительной группы здоровья по медицинским показаниям. Порядок создания групп здоровья по медицинским показаниям осуществляется согласно Приложению 1.

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 05.12.2017) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Минобрнауки России от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (уровень бакалавриата) от 12 ноября 2015 г. N1327;
- учебными планами (очной и заочной форм обучения) по направлению подготовки 38.03.01 Экономика.

Рабочая программа элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис» – Н.Новгород.: НИ (ф) МГЭУ, 2018. – 24 с.

№ 4777

Разработчик:

Преподаватель кафедры
общегуманитарных
дисциплин
НИ (ф) МГЭУ, к.п.н.

*Должность, ученая степень,
ученое звание*

подпись

Р.А Магомадов

И.О. Фамилия

Рецензент:

Заведующий кафедрой,
к.п.н., доцент

*Должность, ученая степень,
ученое звание*

подпись

В.Ф. Маматов

И.О. Фамилия

Рабочая программа дисциплины «Настольный теннис» рассмотрена на заседании кафедры общегуманитарных дисциплин (протокол от 04.07.2018 №12).

Заведующий кафедрой общегуманитарных
дисциплин к.ф.н., доцент

В.В. Романов

СОДЕРЖАНИЕ

| | | |
|-----|---|----|
| 1. | Цели и задачи обучения по дисциплине..... | 5 |
| 2. | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы..... | 5 |
| 3. | Место дисциплины в структуре образовательной программы..... | 5 |
| 4. | Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся..... | 6 |
| 5. | Содержание дисциплины, структурированное по темам (модулям), с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий... | 7 |
| 6. | Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Настольный теннис»..... | 12 |
| 7. | Оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине..... | 13 |
| | 7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы..... | 13 |
| | 7.2 Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания | 13 |
| | 7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций..... | 16 |
| 8. | Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для изучения дисциплины..... | 19 |
| 9. | Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины..... | 19 |
| 10. | Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины..... | 20 |
| | 10.1 Общие методические рекомендации по освоению дисциплины «Настольный теннис» для обучающихся | 20 |
| | 10.2 Методические рекомендации по самостоятельной работе по дисциплине «Настольный теннис» для обучающихся | 22 |
| 11. | Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем..... | 23 |
| 12. | Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине | 24 |
| | Приложение 1 | 27 |

1. Цели и задачи обучения по дисциплине

Цель: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи:

- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни;
- физическое совершенствование и самовоспитание привычки к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- развитие физических качеств посредством освоения обучающимися техники и тактики игры в баскетбол, обучение новым видам движений, обогащение занимающихся двигательным опытом.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Настольный теннис» направлен на формирование у обучающихся по программе высшего образования – программе бакалавриата по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль) основной профессиональной образовательной программы прикладного бакалавриата «Финансы и кредит» общекультурной компетенции ОК-8.

| Планируемые результаты освоения образовательной программы | Планируемые результаты обучения по дисциплине «Настольный теннис» |
|---|--|
| ОК-8 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | <i>Знает:</i> практические основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни; современное состояние и место Настольного тенниса в отечественной системе физического воспитания; технико-тактические приемы игры в Настольный теннис; правила организации и проведения соревнований. <i>Умеет:</i> использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей; пользоваться терминологией в процессе занятий, оценивать качество выполнения упражнений, определять причины двигательных ошибок, подбирать методические приемы и необходимые технические средства для их устранения. <i>Владеет:</i> приемами техники и тактических действий игры в Настольный теннис; основными навыками технико-тактических упражнений; навыками осуществления судейства игры в Настольный теннис; основами техники безопасности и предупреждения травматизма при занятиях; ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности. |

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.ДВ.07.03 «Настольный теннис» является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту и реализуется в рамках вариативной части Блока I «Дисциплины (модули)» программы бакалавриата.

Освоение дисциплины «Настольный теннис» основывается на знаниях, умениях и навыках, приобретенных при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт», которая также формирует компетенцию ОК-8. В качестве промежуточной аттестации по дисциплине предусмотрен зачет в 1-6 семестрах у обучающихся в очной форме обучения, зачет в 1-м семестре у обучающихся в заочной форме обучения, который входит в общую трудоемкость дисциплины.

4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Согласно учебным планам общая трудоемкость дисциплины «Настольный теннис» составляет 328 часов.

Очная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры | | | | | |
|--|-------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Контактная работа* (аудиторные занятия) всего, в том числе: | 328 | 54 | 54 | 72 | 36 | 72 | 40 |
| Практические занятия (ПЗ) | 328 | 54 | 54 | 72 | 36 | 72 | 40 |
| Вид промежуточной аттестации - зачёт | | + | + | + | + | + | + |
| Общая трудоёмкость: часы | 328 | 54 | 54 | 72 | 36 | 72 | 40 |

* для обучающихся по индивидуальному учебному плану количество часов контактной и самостоятельной работы устанавливается индивидуальным учебным планом.

Заочная форма обучения

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестр |
|---|-------------|---------|
| | | 1 |
| Самостоятельная работа | 324 | 324 |
| Вид промежуточной аттестации - зачёт | 4 | 4 |
| Общая трудоёмкость | 328 | 328 |

Для обучающихся в **очной форме** дисциплина реализуется посредством контактной работы при проведении учебных занятий и включает проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся. Для обучающихся в **заочной форме** в соответствии с рабочей программой и тематическим планом изучение дисциплины проходит в форме контактной работы обучающихся с преподавателем (промежуточная аттестация) и самостоятельной работы обучающихся.

При реализации дисциплины предусмотрена контактная работа (в тренажерном зале НИ (ф) МГЭУ, и внеаудиторная контактная работа посредством электронной информационно-образовательной среды).

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (модулям), с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий

Тематический план для очной формы обучения

| № п/п | Наименование темы | Количество часов по учебному плану | Количество аудиторных часов | лекции | практические занятия | Самостоятельная работа | Промежуточный контроль | Формируемые компетенции |
|------------------|--|------------------------------------|-----------------------------|--------|----------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|
| 1 семестр | | | | | | | | |
| 1 | Тема 1. Теоретические сведения | 20 | | | 20 | | | ОК-8 |
| | 1.1. Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в настольный теннис | 20 | | | 20 | | | |
| 2 | Тема 2. Общефизическая подготовка | 34 | | | 34 | | | |
| | 2.1. Подвижные игры | 12 | | | 12 | | | |
| | 2.2. ОРУ, бег | 12 | | | 12 | | | |
| | 2.3. Прыжки, метания | 10 | | | 10 | | | |
| | <i>Зачет</i> | + | | | | | + | |
| | <i>Всего за 1 семестр</i> | 54 | | | 54 | | | |
| 3 | Тема 3. Специальная физическая подготовка | 54 | | | 54 | | | |
| | 3.1. Упражнения для развития прыжковой | 14 | | | 14 | | | |
| | 3.2. Упражнения для развития силы | 20 | | | 20 | | | |
| | 3.3. Упражнения для развития внимания и быстроту реакции | 20 | | | 20 | | | |
| | <i>Зачет</i> | + | | | | | + | |
| | <i>Всего за 2 семестр</i> | 54 | | | 54 | | | |
| 4 | Тема 4. Техническая подготовка | 40 | | | 40 | | | |
| | 4.1. Техника хвата теннисной ракетки | 6 | | | 6 | | | |
| | 4.2. Жонглирование теннисным мячом | 6 | | | 6 | | | |
| | 4.3. Передвижения теннисиста | 6 | | | 6 | | | |
| | 4.4. Основные виды вращения мяча | 6 | | | 6 | | | |
| | 4.5. Поддачи мяча: «мятник», «челнок» | 6 | | | 6 | | | |
| | 4.6. Удары по теннисному мячу (удар без вращения - «толчок», удар с нижним вращением - «подрезка») | 10 | | | 10 | | | |
| 5 | Тема 5. Тактика игры | 32 | | | 32 | | | |
| | 5.1. Поддачи мяча в нападении | 8 | | | 8 | | | |
| | 5.2. Прием подач ударом | 8 | | | 8 | | | |
| | 5.3. Удары атакующие, защитные | 8 | | | 8 | | | |
| | 5.4. Удары по высоте отскока на стороне соперника | 8 | | | 8 | | | |
| | <i>зачет</i> | + | | | | | + | |
| | <i>Всего за 3 семестр</i> | 72 | | | 72 | | | |
| 6 | Тема 6. Учебная игра | 36 | | | 36 | | | |
| | 6.1. парные игры | 12 | | | 12 | | | |
| | 6.2. «игра защитника против атакующего» | 12 | | | 12 | | | |
| | 6.3. «игра атакующего против защитника» | 12 | | | 12 | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|------------|------------|--|------------|--|---|
| | Всего за 4 семестр | 36 | | | 36 | | |
| 7 | Тема 7. Техническая подготовка | 30 | | | 30 | | |
| | 7.1. подачи мяча: «маятник», «челнок», «веер», «бумеранг» | 4 | | | 4 | | |
| | 7.2. удары по теннисному мячу | 6 | | | 6 | | |
| | 7.3. удар без вращения - «толчок» | 4 | | | 4 | | |
| | 7.4. удар с нижним вращением - «подрезка» | 6 | | | 6 | | |
| | 7.5. удар с верхним вращением - «накат» | 4 | | | 4 | | |
| | 7.6. удар «топ-спин» - сверхкрученный удар | 6 | | | 6 | | |
| | Тема 8. Тактика игры | 42 | | | 42 | | |
| 8 | 8.1. Поддачи: атакующие, направленные на непосредственный выигрыш очка | 6 | | | 6 | | |
| | 8.2. подготавливающие атаку | 8 | | | 8 | | |
| | 8.3. защитные, не позволяющие противнику атаковать | 6 | | | 6 | | |
| | 8.4. прием подач ударом: атакующим | 8 | | | 8 | | |
| | 8.5. подготовительным | 6 | | | 6 | | |
| | 8.6. защитным | 8 | | | 8 | | |
| | Зачет | + | | | | | + |
| | Всего за 5 семестр | 72 | | | 72 | | |
| 9 | Тема 9. Учебная игра | 40 | | | 40 | | |
| | 9.1. игра защитника против атакующего | 10 | | | 10 | | |
| | 9.2. игра атакующего против защитника | 10 | | | 10 | | |
| | 9.3. игра атакующего против атакующего | 10 | | | 10 | | |
| | 9.4. парные игры | 10 | | | 10 | | |
| | Зачет | + | | | | | + |
| | Всего за 6 семестр | 40 | | | 40 | | |
| | Итого | 328 | 328 | | 328 | | |

Тематический план для заочной формы обучения

| № п/п | Наименование темы | Количество часов по учебному плану | Количество аудиторных часов | лекции | практические занятия | Самостоятельная работа | Промежуточный контроль | Формируемые компетенции |
|-------|---|------------------------------------|-----------------------------|--------|----------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|
| | I семестр | | | | | | | |
| 1 | Тема 1. Теоретические сведения | 36 | | | | 36 | | OK-8 |
| 2 | Тема 2. Общефизическая подготовка | 36 | | | | 36 | | |
| 3 | Тема 3. Специальная физическая подготовка | 36 | | | | 36 | | |
| 4 | Тема 4. Техническая подготовка | 36 | | | | 36 | | |
| 5 | Тема 5. Тактика игры | 36 | | | | 36 | | |
| 6 | Тема 6. Учебная игра | 36 | | | | 36 | | |
| 7 | Тема 7. Техническая подготовка | 36 | | | | 36 | | |
| 8 | Тема 8. Тактика игры | 36 | | | | 36 | | |
| 9 | Тема 9. Учебная игра | 36 | | | | 36 | | |
| | Зачет | 4 | | | | | 4 | |
| | Всего за 1 курс | 328 | 324 | | | 324 | | |

5.2 Содержание дисциплины, структурированное по темам

1. Теоретические сведения (ОК-8)

1. Сведения об истории возникновения, развития и характерных особенностях игры в настольный теннис;

2. Общефизическая подготовка - (развитие двигательных качеств) (ОК-8)

2.1. Подвижные игры; ОРУ

2.2. Бег

2.3. Прыжки; Метания

3. Специальная физическая подготовка(ОК-8)

3.1. Упражнения для развития прыжковой ловкости

3.2. Упражнения для развития силы

3.3. Упражнения для развития внимания и быстроту реакции

4. Техническая подготовка(ОК-8)

4.1. техника хвата теннисной ракетки

4.2. жонглирование теннисным мячом

4.3. передвижения теннисиста

4.4. основные виды вращения мяча

4.5. подачи мяча: «маятник», «челнок»

4.6. удары по теннисному мячу (удар без вращения - «толчок», удар с нижним вращением - «подрезка»)

5. Тактика игры (ОК-8)

5.1. Подачи мяча в нападении;

5.2. Прием подач ударом;

5.3. Удары атакующие, защитные;

5.4. Удары по высоте отскока на стороне соперника

6. Учебная игра (ОК-8)

6.1. парные игры

6.2. «игра защитника против атакующего»

6.3. «игра атакующего против защитника»

7. Техническая подготовка (ОК-8)

7.1. подачи мяча: «маятник», «челнок», «веер», «бумеранг»,

7.2. удары по теннисному мячу:

7.3. удар без вращения - «толчок»

7.4. удар с нижним вращением - «подрезка»

7.5. удар с верхним вращением - «накат»

7.6. удар «топ-спин» - сверхкрученный удар.

8. Тактика игры (ОК-8)

- 8.1. Поддачи: атакующие, направленные на непосредственный выигрыш очка;
- 8.2. подготавливающие атаку;
- 8.3. защитные, не позволяющие противнику атаковать.
- 8.4. Прием подач ударом: атакующим;
- 8.5. подготовительным;
- 8.6. защитным.
- 9. **Учебная игра(ОК-8)**
- 9.1. игра защитника против атакующего;
- 9.2. игра атакующего против защитника;
- 9.3. игра атакующего против атакующего;
- 9.4. парные игры.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Настольный теннис»

Самостоятельная работа обучающегося является основным средством овладения учебным материалом для обучающихся заочной формы обучения. Содержание и количество самостоятельной работы обучающегося определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами, практическими заданиями и указаниями преподавателя.

Самостоятельная работа по дисциплине «Настольный теннис» включает следующие виды деятельности:

- 1) изучение учебной и научной литературы;
- 2) тренировка, направленная на развитие физических качеств;
- 3) совершенствование физической подготовленности по дисциплине;
- 4) проведение самоконтроля упражнений для сдачи контрольных нормативов;
- 5) подготовка к сдаче нормативов.
- 6) подготовка к сдаче зачета.

| № п/п | Вид учебно-методического обеспечения |
|-------|---|
| 1. | Общие методические рекомендации по изучению дисциплины «Настольный теннис», включая инструкции по технике безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале, на стадионе и открытой спортивной площадке (изложены в п.10.1) |
| 2. | Методические рекомендации по самостоятельной работе и выполнению контрольных нормативов по изучению дисциплины «Настольный теннис» для обучающихся по направлению подготовки 38.03.01 Экономика (изложены в п.10.2) (изложены в п.10.2) |
| 3. | Комплекс заданий для текущего контроля успеваемости и критерии оценки выполнения нормативов |
| 4. | Требования и нормативы для сдачи зачета по дисциплине и критерии оценки уровня сформированности компетенции. |

7. Оценочные материалы для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Порядок, определяющий процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих уровень сформированности компетенций, определен в

Положении о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования в АНО ВО МГЭУ и институтах (филиалах).

7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Этапы формирования компетенций в процессе освоения ОПОП прямо связаны с местом дисциплины в образовательной программе. Каждый этап формирования компетенции характеризуется определенными знаниями, умениями и навыками и (или) опытом профессиональной деятельности, которые оцениваются в процессе текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по дисциплине (практике) и в процессе государственной итоговой аттестации.

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Настольный теннис» является основным этапом формирования компетенции ОК-8 и опирается на знания, полученные при изучении дисциплины «Физическая культура и спорт».

В процессе изучения дисциплины компетенция также формируется поэтапно. Основными этапами формирования компетенции ОК-8 при изучении элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис» является последовательное изучение и освоение содержательно связанных между собой тем учебных занятий. Изучение каждой темы предполагает овладение обучающимися необходимыми дескрипторами (составляющими) компетенций. Для оценки уровня сформированности компетенций в процессе изучения дисциплины предусмотрено проведение текущего контроля успеваемости по темам (разделам) дисциплины и промежуточной аттестации по дисциплине – зачет.

Результаты подготовки проявляются в активности обучающегося на занятиях и в качестве выполнения контрольных нормативов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

7.2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

На этапах текущего контроля успеваемости показателями оценивания уровня сформированности компетенции являются результаты сдачи нормативов текущего контроля по каждой теме.

Критерии оценки комплекса заданий для текущего контроля успеваемости

| № | | Оценка в баллах | Итоги текущего контроля |
|---|--|-----------------|-------------------------|
| 1 | Выполнение комплекса заданий для текущего контроля успеваемости по темам | 5-3 | «зачтено» |
| | | 1-2 | «не зачтено» |

На этапах промежуточной аттестации по дисциплине показателями являются результаты обучения по дисциплине (знает, умеет, владеет) в зависимости от пройденной тематики.

| Показатели оценивания компетенции ОК-8 на этапе изучения дисциплины «Настольный теннис» ¹ |
|--|
| <i>Знает:</i> практические основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни; современное состояние и место Настольного тенниса в отечественной системе |

¹ Применяется в каждом семестре в соответствии с пройденной тематикой

физического воспитания; технико-тактические приемы игры в «Настольный теннис», правила организации и проведения соревнований.

Умеет: использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей; пользоваться терминологией в процессе занятий, оценивать качество выполнения упражнений, определять причины двигательных ошибок, подбирать методические приемы и необходимые технические средства для их устранения.

Владеет: приемами техники и тактических действий игры в настольный теннис; основными навыками технико-тактических упражнений; навыками осуществления судейства игры в настольный теннис; основами техники безопасности и предупреждения травматизма при занятиях; ценностями физической культуры личности для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности

Шкала оценивания, в зависимости от уровня сформированной компетенций

| Уровень сформированной компетенции ОК-8 | | | |
|--|--|---|--|
| «недостаточный» Компетенция не сформирована. Умения и навыки не сформированы или отсутствуют. | «пороговый» Компетенция сформирована. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности, практических навыков. | «продвинутый» Компетенция сформирована. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности, устойчивые практические навыки в ходе выполнения физических упражнений. | «высокий» Компетенция сформирована. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практических навыков в ходе выполнения физических упражнений. |
| Описание критериев оценивания компетенции ОК-8 | | | |
| Компетенция не сформирована/ «не зачтено» | Обучающийся демонстрирует: <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие умений и навыков, предусмотренных программой дисциплины; - непонимание сущности заданий и упражнений; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; - неспособность использовать спортивный инвентарь на практике; - отсутствие способности (готовности) к дискуссии и низкую степень контактности; - отсутствие способности (готовности) сдать зачетные контрольные нормативы по дисциплине на уровне не ниже 12 баллов для обучающихся основной группы здоровья и на уровне не ниже 7 баллов для обучающихся подготовительной группы здоровья. | | |
| Компетенция сформирована на уровне от | Обучающийся демонстрирует: <ul style="list-style-type: none"> - знание и понимание основных вопросов и требований дисциплины; - твердые знания теоретического и практического материала; - способность использовать спортивный инвентарь на практике; - правильное и конкретное, без грубых ошибок, умение решать практические задания; - понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках практических заданий; - владение основной литературой, рекомендованной программой | | |

| | |
|--|---|
| «порогового» до высокого/ «зачтено» | <p>дисциплины;</p> <ul style="list-style-type: none"> - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; - логически последовательный подход к занятиям; - умение выполнять практические задания; - свободное использование спортивного инвентаря самостоятельно; - знание комплексов упражнений и свободное использование их на практике; - способность (готовность) сдать зачетные контрольные нормативы по дисциплине на уровне от 12 до 20 баллов для обучающихся основной группы здоровья и на уровне 7-15 баллов для обучающихся подготовительной группы здоровья. |
|--|---|

Оценочный лист результатов обучения по дисциплине

| Код компетенции | Знания | Умения | Навыки | Уровень сформированности компетенции на данном этапе / оценка |
|----------------------|--------|--------|--------|---|
| ОК-8 | | | | |
| Оценка по дисциплине | | | | |

Оценка по дисциплине зависит от уровня сформированности компетенций, закрепленных за дисциплиной.

Оценка «зачтено» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 2,5 до 3,4.

Оценка «не зачтено» выставляется, если среднее арифметическое находится в интервале от 0 до 2,4.

7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций²

Комплекс заданий для текущего контроля успеваемости (ОК-8)

Тема №2 Общефизическая подготовка

Задание:

Юноши, сгибание разгибание рук в упоре лежа, количество раз.

Девушки, сгибание разгибание рук в упоре лежа с упором на колени, количество раз.

Тема №3 Специальная физическая подготовка

Задание:

Юноши, передвижение приставными шагами правым и левым боком.

Девушки, передвижение приставными шагами правым и левым боком.

Тема №4 Техническая подготовка

Задание:

Юноши, ловля мяча ракеткой. Передача мяча ракеткой через сетку.

Девушки, ловля мяча ракеткой. Передача мяча ракеткой через сетку.

Тема №5 Тактика игры

² Оценочные материалы в полном объеме разработаны и утверждены кафедрой, реализующей данную дисциплину, являются составной частью ОПОП.

Задание:

Юноши, атакующие удары средней силы, прием мячей с различным направлением и вращением соответствующим способом

Девушки, атакующие удары средней силы, прием мячей с различным направлением и вращением соответствующим способом

Тема №6 Учебная игра**Задание:**

Юноши, перебрасывание его ударом ракетки через сетку на сторону противника, «игра защитника против атакующего»

Девушки, перебрасывание его ударом ракетки через сетку на сторону противника, «игра атакующего против защитника»

Тема №7. Техническая подготовка**Задание:**

Юноши, отработка ударов по ракеткой по мячу «толчок, подрезка, накат, топ-спин»

Девушки, отработка ударов по ракеткой по мячу «толчок, подрезка, накат, топ-спин»

Тема №8 Тактика игры**Задание:**

Юноши, отработка различных позиций игрока при нападении и защите

Девушки, отработка различных позиций игрока при нападении и защите

Тема №8 Тактика игры**Задание:**

Юноши, игра в защите и в нападении, парные действия на площадке за столом

Девушки, игра в защите и в нападении, парные действия на площадке за столом

**Критерии оценки
комплекса заданий для текущего контроля успеваемости**

| № | Наименование упражнений | Оценка в балах | | | | |
|----|--|----------------|-----|-----|-----|-----|
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1. | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) | 60 | 50 | 43 | 30 | 25 |
| 2. | Прыжок в длину с места (см.) | 240 | 230 | 220 | 200 | 185 |
| 3. | Подача мяча «маятник, челнок, веер, бумеранг» (кол-во раз) | 10 | 8 | 6 | 4 | 2 |
| 4. | удар без вращения - «толчок» (кол-во раз) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5. | удар с нижним вращением - «подрезка» (кол-во раз) | 3 | 2 | 1 | <1 | 0 |
| 6. | удар «топ-спин» - сверхкрученный удар | 8 | 6 | 4 | 2 | 1 |

Задания для промежуточной аттестации успеваемости

Требования и нормативы для сдачи зачета

Зачётные нормативы для юношей

| № | Наименование упражнения | Физическое качество | Оценка в баллах | | | | |
|---|-----------------------------|-----------------------|-----------------|-------|-------|------|-------|
| | | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Бег 100 метров | быстрота | 13,5 | 14,10 | 14,80 | 15,0 | 15,20 |
| 2 | Подтягивание на перекладине | сила | 15 | 13 | 9 | 5 | 3 |
| 3 | Пръжок в длину с места | ловкость | 240 | 230 | 220 | 200 | 185 |
| 4 | Удары по мячу (кол-во раз) | ловкость (кол-во раз) | 8 | 6 | 4 | 2 | 1 |

Зачётные нормативы для девушек

| № | Наименование упражнений | Физическое качество | Оценка в баллах | | | | |
|---|-----------------------------------|-----------------------|-----------------|------|-------|-------|-------|
| | | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Бег 100 метров | быстрота (сек.) | 15,7 | 16,3 | 17,00 | 17,10 | 17,50 |
| 2 | Подъём туловища из положения лёжа | Сила (кол-ве раз.) | 60 | 50 | 40 | 30 | 20 |
| 3 | Пръжок в длину с места | Ловкость (см.) | 190 | 180 | 170 | 160 | 150 |
| 4 | Различные подачи | ловкость (кол-во раз) | 8 | 6 | 4 | 2 | 1 |

Зачетные нормативы для обучающихся подготовительной группы

| № Задания | Название упражнения | Девушки | | | | | Юноши | | | | |
|-----------|--|-----------------|-----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|
| | | Оценка в баллах | | | | | | | | | |
| | | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 1 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа с опорой на колени (кол-во раз) | 20 | 15 | 10 | 7 | 3 | - | - | - | - | - |
| 2 | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) | - | - | - | - | - | 20 | 15 | 10 | 7 | 3 |
| 3 | Сгибание и разгибание рук в висе (кол-во раз) | - | - | - | - | - | 20 | 15 | 10 | 7 | 3 |
| 4 | удар с нижним вращением - «подрезка» (кол-во раз) | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 5 | удар «топ-спин» - сверхкрученный удар | 20 | 15 | 10 | 7 | 3 | | | | | |
| | Суммарное количество баллов | 15 | 12 | 9 | 6 | 3 | 15 | 12 | 9 | 6 | 3 |

Уровень сформированности компетенции, закрепленной за дисциплиной, оценивается по результатам сдачи контрольных нормативов следующим образом:

для обучающихся основной группы здоровья по 20-балльной шкале:

- 12 – 20 баллов – уровень сформированности компетенции от «порогового» до «высокого», оценка «зачтено»;

- менее 12 баллов – «недостаточный» уровень сформированности компетенции, оценка «не зачтено»;

для обучающихся подготовительной группы здоровья по 15 балльной шкале:

- 7 – 15 баллов – уровень сформированности компетенции от «порогового» до «высокого», оценка «зачтено»;

- менее 7 баллов – «недостаточный» уровень сформированности компетенции, оценка «не зачтено».

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для изучения дисциплины

Основная литература:

1. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе: учебное пособие / Серова Л.К. ; Издательство: Спорт, 2016 [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454262&sr=1
2. Жданов В.Ю., Жданов И.Ю., Милоданова Ю.А. . Настольный теннис: обучение за 5 шагов.// Жданов В.Ю., Жданов И.Ю., Милоданова Ю.А.- Издательство: Спорт, 2015. Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=454262&sr=1

Дополнительная литература:

1. Настольный теннис: Организация и проведение соревнований по спортивным играм : учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина, В.Ф. Кириченко ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 136 с. : ил., схем., табл. - Библиогр.: с. 128-130. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429370>
2. Журнал «Теория и практика физической культуры»(подписка)//2016-2018гг.
3. Бишаева А.А. Физическая культура: учебник / А.А. Бишаева, В.В. Малков. — М. :КНОРУС, 2016. — 312 с. — (Бакалавриат). /<http://www.book.ru>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

а) электронные образовательные ресурсы (ЭОР):

1. Российское образование. Федеральный образовательный портал - Режим доступа: www.edu.ru.
2. Портал Министерства спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/activities/federal-programs/>
3. Портал Департамента физической культуры и спорта г. Москвы <http://www.mossport.ru/>
4. Портал здорового образа жизни <http://www.rusmedserver.ru/>

б) электронно-библиотечные системы (ЭБС):

| № п/п | Дисциплина | Ссылка на информационный ресурс | Наименование разработки в электронной форме | Доступность/срок действия договора |
|-------|-------------------|--|---|---|
| 1. | Настольный теннис | www.book.ru | Электронно-библиотечная система (ЭБС) | Индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет/ Договор 18491246 срок действия с 14.03.2018-13.03.2019 |

| | | | | |
|----|-------------------|--|---|---|
| 2. | Настольный теннис | www.biblioclub.ru | Электронно-библиотечная система (ЭБС) «Университетская библиотека онлайн» | Индивидуальный неограниченный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет/ Договор №042-03/2018 срок действия с 15.03.2018-18.03.2019 |
|----|-------------------|--|---|---|

10. Методические рекомендации для обучающихся по освоению дисциплины

10.1 Общие методические рекомендации по освоению дисциплины «Настольный теннис» для обучающихся

Успешное овладение содержанием дисциплины «Настольный теннис» предполагает выполнение обучаемыми ряда рекомендаций:

- провести анализ литературных источников и законспектировать основные определения и понятия: скоростные качества, быстрота движений, характеристика быстроты, общая и специальная выносливость. Особенности техники игры «Настольный теннис» и ее значение для роста спортивного мастерства, понятия и принципы деления на «приёмы», «способы», «разновидности» и «условия выполнения» технических приёмов, классификацию техники и т.д.;
- знать и выполнять основные виды двигательной активности, как на учебных занятиях, так и при самостоятельной работе;
- очень важно активно участвовать во внутривузовских (МГЭУ) соревнованиях, проводимых в ходе учебного года;
- соблюдать инструкции по технике безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале и на открытых спортивных площадках.

Инструкция

по технике безопасности для обучающихся при занятиях в настольный теннис в тренажерном зале

1. Общие требования безопасности

1.1 Состояние тренажерного зала (освещение, полы, стены, потолок) должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

1.4. Спортзал должен быть оборудован средствами пожаротушения, и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания доврачебной помощи.

1.5. Занимающиеся должны пройти медосмотр, инструктаж по технике безопасности и иметь чистую одежду и обувь, бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Переодеться в спортивную форму в раздевалке, снять предметы, представляющие опасность для других (часы, цепочки, серьги).

2.2. Не заходить в спортзал без разрешения преподавателя и не выполнять упражнений на снарядах.

2.3. Убрать посторонние предметы в безопасное место, в том числе инвентарь, который не будет использоваться.

2.4. Производить между сменами влажную уборку, а при необходимости и чаще.

2.5. При недостаточной освещённости включить осветительные приборы.

2.6. Проверить состояние запасного выхода и его санитарно-гигиенические нормы.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Брать спортивный инвентарь с разрешения преподавателя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.
- 3.2. Выполнять упражнения на исправных снарядах и с разрешения преподавателя, а сложные технические элементы – со страховкой.
- 3.3. Занятия проводить на просушем полу спортивного зала и под руководством преподавателя физической культуры.
- 3.4. Внимательно слушать объяснения упражнений и действий и аккуратно выполнять задания.
- 3.5. При выполнении упражнений потоком, соблюдать достаточные интервал и дистанцию.
- 3.6. Не покидать место проведения занятий без разрешения преподавателя.
- 3.7. При перемещениях по залу избегать столкновений.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и в чрезвычайных ситуациях

- 4.1. При травмах и ухудшении самочувствия прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
- 4.2. Оказать учащемуся первую доврачебную помощь, при необходимости доставить пострадавшего в ближайшую больницу или вызвать «скорую помощь».
- 4.3. Известить администрацию и родителей пострадавшего.
- 4.4. При пожаре в спортзале немедленно прекратить занятия, открыть запасной выход, эвакуировать обучающихся в место, предусмотренное планом эвакуации.
- 4.5. Сообщить в дежурную часть и приступить к ликвидации очага возгорания с помощью средств пожаротушения в зале.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Убрать инвентарь в место хранения.
- 5.2. Организованно выйти из зала в сопровождении преподавателя.
- 5.3. Переодеться в раздевалке, вымыть руки и лицо.
- 5.4. Произвести осмотр зала, раздевалок, подсобных помещений.
- 5.5. Закрыть окна на щеколды, подсобные помещения на ключ, выключить свет.
- 5.6. Довести до сведения ответственного за спортзал обо всех недостатках и неисправностях.

10.2 Методические рекомендации по самостоятельной работе по дисциплине «Настольный теннис» для обучающихся

Самостоятельная работа обучающегося является основным средством овладения учебным материалом для обучающихся заочной формы обучения.

Содержание и количество самостоятельной работы обучающегося определяется учебной программой дисциплины, методическими материалами, практическими заданиями и указаниями преподавателя. Самостоятельные занятия на открытых спортивных площадках (спортгородках, стадионах) осуществляются обучающимся для дополнительного повышения физической подготовленности. Ниже приведены упражнения, которые обучающиеся могут выполнять в своей силовой тренировке в таких условиях. Кроме того, студентам рекомендуется использовать упражнения с различными амортизаторами, эспандерами и изометрические упражнения.

Самостоятельные занятия комплексной направленности с последовательным решением задач может выглядеть следующим образом:

- Разминка (бег, работа со скакалкой) - 10 мин.
- Развитие скоростных качеств:
 - челночный бег 10 метров (10 повторений) 3 подхода с интервалом отдыха 1 мин.
- Развитие силовых качеств:
 - подтягивание на перекладине 6 подходов по 8 повторений;
 - отжимания на параллельных брусьях 5-6 подходов по 8 повторений.
- Совершенствование техники ведения мяча ракеткой. Работа выполняется непрерывно в течение 15 мин.

Следует помнить, что применение занятий избирательной направленности может стать препятствием к росту мастерства. Так чрезмерное увлечение работой на выносливость может вести к снижению уровня проявления скоростных способностей, мешать наработке скоростной техники в дальнейшем, снижать показатели гибкости и координации.

Отличительными особенностями методики самостоятельных занятий по «Настольный теннис» являются:

- обязательная и тщательная разминка;
- исключение предельных отягощений;
- применение упражнений на все группы мышц;
- ежедневные занятия с небольшими объемами тренировочной нагрузки;

Самостоятельная отработка тем, в соответствии с тематическим планом включает в себя:

- Комплекс упражнений, направленный на развитие отдельных групп мышц с использованием ходьбы, бега трусцой, оздоровительной аэробики на свежем воздухе;
- Комплекс упражнений, направленных на развитие статической выносливости с многократным выполнением динамических упражнений с напряжением мышц (гантельной гимнастики, сгибание и разгибание рук в упоре, работа с эспандером и на тренажерах и др.) и статических силовых упражнений;
- Комплекс упражнений, направленных на развитие точности двигательного и зрительного анализаторов (броски мяча на точность попадания и др.);
- Комплекс упражнений, направленных на развитие координации двигательных действий кистей и пальцев рук с использованием упражнений для мелкой моторики кистей рук, упражнений с мячами (другими предметами) разного диаметра. Упражнения на координацию на месте и в движении, ведение баскетбольного мяча, передача мяча в движении, двусторонние игры.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем

В процессе осуществления образовательного процесса по дисциплине «Настольный теннис» применяются

следующие информационные технологии:

- визуализация информации (схемы по технике игры в «Настольный теннис», информационные стенды по тематике: «Основы здорового образа жизни», «О вреде курения», «О правильном питании и борьбе с избыточным весом», «Комплекс упражнений для конструирования и оздоровления тела» и т.п.);
- доступ в режиме online в Электронную библиотечную систему «Университетская библиотека онлайн» - www.biblioclub.ru и в Электронно-библиотечную систему (ЭБС) www.book.ru;
- доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

Обучающимся НИ (ф) МГЭУ обеспечена возможность свободного доступа в электронную информационную образовательную среду (ЭИОС).

Электронная информационно-образовательная среда - это совокупность электронных информационных и образовательных ресурсов, информационных и телекоммуникационных технологий и средств, обеспечивающих освоение обучающимися образовательных программ. ЭИОС НИ (ф) МГЭУ обеспечивает:

а) доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, к изданиям электронных библиотечных систем и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочей программе;

б) фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения программы бакалавриата;

в) проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;

г) формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение работ обучающегося, рецензий и оценок на эти работы со стороны любых участников образовательного процесса;

д) взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и/или асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет»;

е) демонстрацию дидактических материалов дисциплины через LCD-проектор;

ж) доступ к программам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: «Тестер знаний» и Интернет-тренажеры в сфере образования (<http://www.i-exam.ru>).

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих

Программное обеспечение:

1. Ежегоднообновляемое лицензионное ПО

MS Windows 7 Professional; MS Windows XP.

Microsoft Office 2007.

Dr. Web (версия 11.00).

2. Свободно распространяемое ПО

7-Zip

K-Lite Codec Pack

Adobe Reader

Информационно-справочные системы:

Информационно-справочная система «Консультант Плюс» – www.consultant.ru.

12. Описание учебно-материальной базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для организации учебного процесса по дисциплине «настольный теннис» предусмотрено использование тренажерного зала НИ (ф) МГЭУ (г. Нижний Новгород, шоссе Сормовское, д. 20)

Тренажерный зал №2 в здании НИ (ф) МГЭУ по адресу

г. Нижний Новгород, шоссе Сормовское, д. 20, (площадь 82,9 кв. м.)

Спортивное оборудование: набор дартс Harrows (мишень, 6 дротиков), Стол н/для тенниса Stiga Mega SC с сеткой, Степпер Housefit Twister (поворотный) арт.Ш-5022, беговая дорожка электрическая Housefit: арт.НТ-90871НР, эллиптический тренажер магнитный. Врумер: арт.К850, велотренажер магнитный Housefit арт.НВ-8200НР, ракетка н/теннис Atemi, шарик н/т 40мм Stiga 3зв. Competition (3шт.), белый, теннисный стол Donic Indoor Roller 400, сетка н/теннис со стойками Stiga Премиум ВМ (одобрена МФНТ), коврик для йоги (Viking арт. УМ120), гири - 18 кг., мячи ф/б, пакет ВУР, обручи стальные, скакалки, коврик для фитнеса, гантели с неопреновой рукояткой, коврик рулонный.

Вспомогательное оборудование: 2 дивана для отдыха, стол для преподавателя; стул – 2 шт.; вешалки-3 шт.

ПОРЯДОК
создания учебных групп по медицинским показаниям
для занятий физической культурой³

1. Определение медицинских групп для занятий обучающихся физической культурой с учетом состояния здоровья осуществляется в целях оценки уровня физического развития и функциональных возможностей несовершеннолетнего, выбора оптимальной программы физического воспитания, выработки медицинских рекомендаций по планированию занятий физической культурой.
2. В зависимости от состояния здоровья обучающиеся относятся к следующим медицинским группам для занятий физической культурой: основная, подготовительная и специальная. Основным критерий распределения обучающихся по учебным группам – результаты их медицинского обследования, которое проводится ежегодно.
3. К основной медицинской группе для занятий физической культурой (I группа) относятся обучающиеся: без нарушений состояния здоровья и физического развития; с функциональными нарушениями, не повлекшими отставание от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности. Отнесенным к основной медицинской группе обучающимся разрешаются занятия в полном объеме по учебной программе физического воспитания с использованием профилактических технологий, подготовка и сдача тестов индивидуальной физической подготовленности.
4. К подготовительной медицинской группе для занятий физической культурой (II группа) относятся обучающиеся: имеющие морфофункциональные нарушения или физически слабо подготовленные; входящие в группы риска по возникновению заболеваний (патологических состояний); с хроническими заболеваниями (состояниями) в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии, длящейся не менее 3-5 лет. Отнесенным к этой группе обучающимся разрешаются занятия по учебным программам физического воспитания при условии более постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований, более осторожного дозирования физической нагрузки и исключения противопоказанных движений. Тестовые испытания, сдача индивидуальных нормативов и участие в массовых физкультурных мероприятиях не разрешается без дополнительного медицинского осмотра. К участию в спортивных соревнованиях эти обучающиеся не допускаются. Рекомендуются дополнительные занятия для повышения общей физической подготовки в образовательной организации или в домашних условиях. Для оценки успеваемости обучающихся подготовительной группы используются функциональные пробы, контрольные нормативы (облегченные), отражающие развитие физических качеств. Все контрольные упражнения и тесты выполняются строго с учетом показаний и противопоказаний в зависимости от характера и степени отклонения в состоянии здоровья и самочувствия. Основным критерием оценки успеваемости обучающихся подготовительной учебной группы является регулярность посещения обязательных учебных занятий и улучшения в динамике результатов выполнения контрольных упражнений по сравнению с исходными данными индивидуально каждого обучающегося, а не обязательное выполнение.
5. Специальная медицинская группа для занятий физической культурой делится на две подгруппы: специальную «А» и специальную «Б».
- 5.1. К специальной подгруппе «А» (III группа) относятся обучающиеся: с нарушениями состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния), врожденные пороки развития, деформации без прогрессирования, в стадии компенсации) или временного характера; с нарушениями физического развития, требующими

³ Порядок разработан в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации № 514н от 10.08.2017 «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних»

ограничения физических нагрузок. Отнесенным к этой группе обучающимся разрешаются занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам (профилактические и оздоровительные технологии). При занятиях оздоровительной физической культурой должны учитываться характер и степень выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровень функциональных возможностей несовершеннолетнего, при этом резко ограничивают скоростно-силовые, акробатические упражнения и подвижные игры умеренной интенсивности, рекомендуются прогулки на открытом воздухе. Возможны занятия адаптивной физической культурой.

- 5.2. К специальной подгруппе «Б» (IV группа) относятся обучающиеся, имеющие нарушения состояния здоровья постоянного (хронические заболевания (состояния) в стадии субкомпенсации) и временного характера, без выраженных нарушений самочувствия. Отнесенным к этой группе обучающимся рекомендуются в обязательном порядке занятия лечебной физкультурой в медицинской организации, а также проведение регулярных самостоятельных занятий в домашних условиях по комплексам, предложенным врачом по лечебной физкультуре медицинской организации.

ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ
рабочей программы элективной дисциплины
по физической культуре и спорту
«Настольный теннис»

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры (протокол от 11.03.2019 №8) и одобрена на заседании Совета Института (протокол от 11.03.2019 №8) для исполнения в 2018-2019 учебном году

Внесены дополнения (изменения): в Перечень договоров ЭБС (за период, соответствующий сроку получения образования по ООП) за 2018-2019 уч. г.:

1. Договор №18495243 на оказание услуг по предоставлению доступа к Электронно-библиотечной системе «book.ru». «КноРус медиа», г. Москва. Срок действия с «08» февраля 2019г. по «08» февраля 2020г.

2. Договор №012-01/2019 об оказании информационных услуг. Электронно-библиотечная система (ЭБС) «Университетская библиотека онлайн». ООО «Современные цифровые технологии», г. Москва. Срок действия с «15» января 2019г. по «18» марта 2020г

Заведующий кафедрой



А.М. Сидоренко
(подпись, инициалы и фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры (протокол от _____ №____) и одобрена на заседании Ученого совета (протокол от _____ №____) для исполнения в 20__-20__ учебном году

Внесены дополнения (изменения): _____

Заведующий кафедрой

(подпись, инициалы и фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры (протокол от _____ №____) и одобрена на заседании Ученого совета (протокол от _____ №____) для исполнения в 20__-20__ учебном году

Внесены дополнения (изменения): _____

Заведующий кафедрой

(подпись, инициалы и фамилия)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании кафедры (протокол от _____ №____) и одобрена на заседании Ученого совета (протокол от _____ №____) для исполнения в 20__-20__ учебном году

Внесены дополнения (изменения): _____

Заведующий кафедрой

(подпись, инициалы и фамилия)

МАГОМАДОВ РУСЛАН АБАСОВИЧ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

Направление подготовки
38.03.01 Экономика

Направленность (профиль) основной профессиональной образовательной программы
прикладного бакалавриата «**Финансы и кредит**»

Печатается в авторской редакции

Корректор

Афиногенова Е.В.

НИ(ф) МГЭУ, Нижний Новгород, 603074, шоссе Сормовское., д. 20