

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Оренбургский государственный университет»  
(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)

Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по учебно-методической  
работе  Н.И. Тришкина  
«30» августа 2017 г.



## Рабочая программа

### ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.В.ДВ.14.6 Настольный теннис»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки)

Дошкольное образование

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Тип образовательной программы

Программа академического бакалавриата

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

Год начала реализации программы (набора)

2014, 2015, 2016, 2017

г. Орск 2017

**Рабочая программа дисциплины «Б.1.В.ДВ.14.6 Настольный теннис» /сост.  
О.В. Морозов - Орск: Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ,  
2017 г. – 17 с.**

Рабочая программа предназначена студентам очной и заочной формы обучения по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

© Морозов О.В., 2017  
© Орский гуманитарно-  
технологический институт  
(филиал) ОГУ, 2017

## Содержание

1 Цели и задачи освоения дисциплины	4
2 Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3 Требования к результатам обучения по дисциплине	4
4 Структура и содержание дисциплины	4
4.1 Структура дисциплины	4
4.2 Содержание разделов дисциплины	9
4.3 Практические занятия (семинары)	9
5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины	13
5.1 Основная литература	13
5.2 Дополнительная литература	13
5.3 Периодические издания	13
5.4 Интернет-ресурсы	13
5.4.1 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	13
5.4.2 Тематические профессиональные базы данных и информационные справочные системы	13
5.4.3 Электронные библиотечные системы	13
5.4.4 Дополнительные Интернет-ресурсы	13
5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий	13
6 Материально-техническое обеспечение дисциплины	14
Лист согласования рабочей программы дисциплины	
Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины	

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель (цели)** освоения дисциплины:

Формирование физической культуры личности. Повышение уровня физической подготовленности и использование настольного тенниса в досуговой деятельности студентов.

**Задачи:**

- способствовать укреплению здоровья, физическому развитию, повышению работоспособности.
- развитие и совершенствование двигательных умений и навыков студентов, развитие координационных способностей, скорости реакции, личностно-коммуникативных качеств.
- овладение двигательными навыками и техникой настольного тенниса;
- специальная физическая подготовка в настольном теннисе;
- развитие личностно-коммуникативных качеств, согласованности групповых взаимодействий;
- становление у обучающихся практических умений и навыков спортивной подготовки в сфере физической культуры средствами настольного тенниса;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни, физическому самосовершенствованию и самовоспитанию, потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков средствами настольного тенниса обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности будущего бакалавра;
- приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<p><b>Знать:</b> – основные средства и методы физического воспитания</p> <p><b>Уметь:</b> – подбирать и применять методы и средства физической культуры для совершенствования основных физических качеств</p> <p><b>Владеть:</b> – методами и средствами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	ОК-8 готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

## 4 Структура и содержание дисциплины

### 4.1 Структура дисциплины

#### а) очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов					
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	всего
<b>Практические занятия (ПЗ)</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>70</b>	<b>64</b>	<b>54</b>	<b>328</b>
<b>Вид итогового контроля</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	18
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	20
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Зачет	2
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	18
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	20
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Зачет	2
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	18
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	20
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Зачет	2

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	18
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	20
	Итого:	70

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	20
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	12
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Зачет	2
	Итого:	64

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов практических занятий
1	ОФП	10
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	12
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Зачет	2
	Итого:	54
	Всего:	328

**б) заочная форма обучения**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 0 зачетных единиц (328 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	<b>328</b>
<b>Контактная работа:</b>						<b>2,25</b>	<b>2,25</b>

Вид работы	Трудоемкость, академических часов						
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	всего
Лекции (Л)						2	2
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)						0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>55,75</b>	<b>325,75</b>
<b>Вид итогового контроля</b>						<b>зачет</b>	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые во 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 3 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов самостоятельных занятий
1	ОФП	14
2	Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.	10
3	Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.	10
4	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.	10
5	Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис	10
	Итого:	54

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	ОФП	20	2			18
3	Совершенствование физических качеств: ловкости, быстроты реакции.	10				10
4	Совершенствование техники парной игры.	14				14
5	Системы проведения соревнований: круговая, «олимпийская»	14				14
	Итого:	58	2			56
	<b>Всего:</b>	<b>328</b>	<b>2</b>			<b>326</b>



## 4.2 Содержание разделов дисциплины

### Раздел № 1. Общая физическая подготовка (ОФП)

*Общая физическая подготовка (ОФП) — это процесс совершенствования двигательных физических качеств: силы быстроты, выносливости, гибкости, которые направлены на всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. Отдельные упражнения специальной подготовки направлены на достижение высоких личных результатов в выбранной сфере деятельности.*

### Раздел № 2. Обучение основным приемам и совершенствование техники игры в волейбол.

*Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту. Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.*

### Раздел № 3. Обучение и совершенствование элементов игры в баскетбол.

*Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам. Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д. Практика судейства игры в баскетбол.*

### Раздел № 4. Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в футбол.

*Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока. Техника обучения передвижения футболистов, остановки мяча, обманные движения и отбор мяча. Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра. Организация соревнований и правила судейства.*

### Раздел № 5. Обучение и совершенствование элементов игры в настольный теннис.

*Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: Совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях. Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары. Организация соревнований и правила судейства.*

## 4.3 Практические занятия (очная форма обучения)

№ п/п	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	ОФП	10
2	2	<i>Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту.</i>	8
3	2	<i>Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.</i>	10
4	3	<i>Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам.</i>	8
5	3	<i>Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д.</i>	10
6	3	<i>Практика судейства игры в баскетбол</i>	2
7	4	<i>Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока.</i>	4
8	4	<i>Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра.</i>	4
9	4	<i>Организация соревнований и правила судейства.</i>	2
10	5	<i>Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: совершенствование навыков освоенных</i>	4

№ п/п	№ раздела	Тема	Кол-во часов
		<i>приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях</i>	
11	5	<i>Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары.</i>	6
12		<i>Зачет</i>	2
		<b><i>Итого 1 семестр</i></b>	<b>70</b>
13	1	<i>ОФП</i>	10
14	2	<i>Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту.</i>	8
15	2	<i>Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.</i>	10
16	3	<i>Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам.</i>	4
17	3	<i>Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д.</i>	4
18	3	<i>Практика судейства игры в баскетбол</i>	2
19	4	<i>Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока.</i>	10
20	4	<i>Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра.</i>	8
21	4	<i>Организация соревнований и правила судейства.</i>	2
22	5	<i>Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях</i>	6
23	5	<i>Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары.</i>	4
24		<i>Зачет</i>	2
		<b><i>Итого 2 семестр</i></b>	<b>70</b>
25	1	<i>ОФП</i>	10
26	2	<i>Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту.</i>	10
27	2	<i>Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.</i>	8
28	3	<i>Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам.</i>	4
29	3	<i>Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д.</i>	4
30	3	<i>Практика судейства игры в баскетбол</i>	2
31	4	<i>Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока.</i>	10

№ п/п	№ раздела	Тема	Кол-во часов
32	4	<i>Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра.</i>	8
33	4	<i>Организация соревнований и правила судейства.</i>	2
34	5	<i>Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях</i>	4
35	5	<i>Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары.</i>	6
36		<i>Зачет</i>	2
		<b><i>Итого 3 семестр</i></b>	<b>70</b>
37	1	<i>ОФП</i>	10
38	2	<i>Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту.</i>	4
39	2	<i>Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.</i>	6
40	3	<i>Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам.</i>	10
41	3	<i>Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д.</i>	8
42	3	<i>Практика судейства игры в баскетбол</i>	2
43	4	<i>Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока.</i>	8
44	4	<i>Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра.</i>	2
45	4	<i>Организация соревнований и правила судейства.</i>	2
46	5	<i>Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях</i>	6
47	5	<i>Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке– серийные удары, одиночные удары.</i>	4
48		<i>Зачет</i>	2
		<b><i>Итого 4 семестр</i></b>	<b>64</b>
49	1	<i>ОФП</i>	10
50	2	<i>Обучение и совершенствование техник перемещения, приемам и передачам мяча в парах, тройках, в условиях, приближенных к зачетным требованиям. Развитие физических качеств, необходимых волейболисту.</i>	6
51	2	<i>Обучение и совершенствование техник подачи, нападающим ударам, блокированию. Обучение и совершенствование силовой подачи, нападающему удару, обманным действиям.</i>	4
52	3	<i>Обучение и совершенствование техник ведения мяча, передач, броскам.</i>	4

№ п/п	№ раздела	Тема	Кол-во часов
53	3	Обучение и совершенствование технико-тактических действий игры в баскетбол: обучение зонной защиты, быстрому прорыву, броскам с дальней дистанции и т.д.	4
54	3	Практика судейства игры в баскетбол	2
55	4	Обучение игры в парах, тройках. Обучение и тренировка основным техническим приемам игрока.	4
56	4	Остановка мяча грудью. Разучивание приема в упрощенных условиях. Двусторонняя игра.	4
57	4	Организация соревнований и правила судейства.	2
58	5	Обучение основным техническим элементам игры в настольный теннис: совершенствование навыков освоенных приемов срезок и накатов на столе в различных направлениях и сочетаниях	4
59	5	Совмещение выполнения приемов с техникой передвижений. Удары справа и слева ракеткой по мячу у тренировочной стенки, у приставленной половинки стола к тренировочной стенке – серийные удары, одиночные удары.	6
60		Зачет.	2
		<b>Итого 5 семестр</b>	<b>54</b>
		<b>Итого:</b>	<b>328</b>

**Содержание дисциплины «Спортивные игры» для студентов специальной медицинской группы**

№ п/п	Разделы дисциплины и их содержание	Объем часов
1	<p><b>Общая физическая подготовка (ОФП):</b>  Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания Выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения.  Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера).  Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.  Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма. Использование методов, стандартов, антропометрических индексов, номограмм функциональных проб, упражнений-тестов для оценки функционального состояния, физической подготовленности и физического развития организма с учетом данных врачебного контроля и самоконтроля.  Дневник самоконтроля.</p>	74
2	<p><b>Элементы различных видов спорта:</b>  <b>Легкая атлетика.</b> Значение бега в укреплении здоровья и повышении степени физической подготовленности. Показания и противопоказания к выполнению беговых упражнений. Ходьба и ее разновидности, сочетание ходьбы с</p>	44

	упражнениями на дыхание, расслабление, с изменением времени прохождения дистанции. Бег и его разновидности. Методические особенности обучения бегу. <b>Спортивные игры.</b> Обучение элементам техники спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола. Общие и специальные упражнения игрока. Основные приемы овладения и управления мячом, упражнения в парах, тройках.	86
3	<b>Подвижные игры и эстафеты с</b> предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложно-координационных действий. Педагогическая характеристика подвижных игр: «Борьба за мяч», «Футбол руками», «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки» и др. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов.	22
4	<b>Профилактическая гимнастика, оздоровительная гимнастика:</b> Обучение и совершенствование техники выполнения специальных упражнений для профилактики различных заболеваний: – нарушений опорно-двигательного аппарата; – желудочно-кишечного тракта и почек; – нарушений зрения	92
5	<b>Контрольный раздел</b> Виды и элементы видов двигательной активности, включенных в практические занятия в семестре обучения. Подготовка к тестированию физической и функциональной подготовленности, сдача контрольных испытаний и зачетных нормативов.	10
	<b>Всего:</b>	<b>328</b>

*Примечание:* количество часов, отводимых на каждый раздел, может варьировать, за счет увеличения часов в одном и сокращения в другом. Это определяется материально-техническими условиями спортивной базы для занятий и комплексом условий образовательного, педагогического характера, связанного с особенностями контингента студентов и др.

## 5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 5.1 Основная литература

1. Барчуков, И.С. Физическая культура [Текст] : учебник для вузов / И.С. Барчуков ; под общей ред. Н.Н. Маликова. – 6-е изд., стер. – Москва : Академия, 2013. – 528 с. – (Высшее професс. обр. Бакалавриат) – ISBN 978-5-7695-9699-5.

2. Морозов, О.В. Физическая культура и здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.В. Морозов, В.О. Морозов. – Электрон. текстовые дан. (1 файл: 1,41 Мб). – Орск, 2014. – Adobe Acrobat Reader. – Режим доступа [http://library.og-ti.ru/global/metod/metod2016\\_01\\_06.pdf](http://library.og-ti.ru/global/metod/metod2016_01_06.pdf)

### 5.2 Дополнительная литература

1. Жданов, С. И. Дополнительные виды спорта в спортивно-технической подготовке студентов: методические рекомендации / сост. С. И. Жданов, Р. Ф. Набиев. - Орск : Изд-во ОГТИ, 2010. - 35 с.

### 5.3 Периодические издания

Журнал «Физическая культура в школе»

Журнал «Теория и практика физической культуры»

### 5.4 Интернет-ресурсы

**5.4.1. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:**

1. Библиотека Гумер – <https://www.gumer.info/>

2. КиберЛенинка – <https://cyberleninka.ru/>

#### 5.4.2. Тематические профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. ГТО. Информационный сайт – <https://www.gto.ru/>
2. Спортивная Россия - <https://www.infosport.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации – <https://www.minsport.gov.ru/>.

#### 5.4.3. Электронные библиотечные системы

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – <http://www.biblioclub.ru/>
2. ЭБС Znanium.com - <https://znanium.com/>

#### 5.4.4. Дополнительные Интернет-ресурсы

1. Министерство физической культуры, спорта и туризма Оренбургской области / Режим доступа: <http://minsportturizm.orb.ru>
2. Всероссийская федерация волейбола / Режим доступа: <http://www.volley.ru>

### 5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

Тип программного обеспечения	Наименование	Схема лицензирования, режим доступа
Операционная система	Microsoft Windows	Подписка Enrollment for Education Solutions (EES) по государственному контракту: № 2К/17 от 02.06.2017 г.
Офисный пакет	Microsoft Office	
Комплекс программ для создания тестов, организации онлайн тестирования и предоставления доступа к учебным материалам	SunRav WEB Class	Лицензионный сертификат от 12.02.2014 г., сетевой доступ через веб-браузер к корпоративному portalу <a href="http://sunrav.og-ti.ru/">http://sunrav.og-ti.ru/</a>
Пакет программ для проведения тестирования	ADTester	Бесплатное ПО, <a href="http://www.adtester.org/help/info/license/">http://www.adtester.org/help/info/license/</a>
Просмотр и печать файлов в формате PDF	Adobe Reader	Бесплатное ПО, <a href="http://www.adobe.com/ru/legal/terms.html">http://www.adobe.com/ru/legal/terms.html</a>
Интернет-браузер	Internet Explorer	Является компонентом операционной системы Microsoft Windows
	Mozilla Firefox	Свободное ПО, <a href="https://www.mozilla.org/en-US/foundation/licensing/">https://www.mozilla.org/en-US/foundation/licensing/</a>

### 6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, подключенной к сети «Интернет», и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ.

Наименование помещения	Материально-техническое обеспечение
Учебные аудитории: - для проведения занятий семинарского типа; - для групповых и индивидуальных консультаций; - для текущего контроля и промежуточной аттестации	Учебная мебель, классная доска, мультимедийное оборудование (проектор, экран, ноутбук с выходом в сеть «Интернет»)
Спортивный комплекс: спортивный зал	Спортивный инвентарь (теннисные ракетки, теннисные столы)

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)	Учебная мебель, компьютеры (3) с выходом в сеть «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, программное обеспечение

**ЛИСТ**  
**согласования рабочей программы**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
код и наименование

Профиль: Дошкольное образование

Дисциплина: Б.1.В.ДВ.14.6 Настольный теннис

Форма обучения: очная, заочная  
(очная, очно-заочная, заочная)


Год набора 2014, 2015, 2016, 2017

РЕКОМЕНДОВАНА заседанием кафедры физического воспитания

наименование кафедры

протокол № 10 от "07" июня 2017 г.

Ответственный исполнитель, заведующий кафедрой

физического воспитания  О.В. Морозов  
наименование кафедры подпись расшифровка подписи

Исполнители:

зав. кафедрой ФВ  О.В. Морозов  
должность подпись расшифровка подписи


СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению

подготовки 44.03.01 Педагогическое образование


профиль Дошкольное образование

код наименование

  
личная подпись


Т.В. Диль-Илларионова  
расшифровка подписи

Заведующий библиотекой

  
личная подпись

И.К. Тихонова  
расшифровка подписи

Начальник ИКЦ


  
личная подпись

М.В. Сапрыкин  
расшифровка подписи

Рабочая программа зарегистрирована в ИКЦ 44.03.01.ДО.69/08.2017

учетный номер

Начальник ИКЦ

  
личная подпись

М.В. Сапрыкин  
расшифровка подписи