

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет культуры и искусств
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета:



Т. М. Кожевников:

«21» января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.Б.Э.2 Спортивные игры

Направление подготовки/специальность: 54.03.01 - Дизайн

Профиль/направленность/специализация:

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2020

Авторы программы:

Сырова Светлана Владимировна

Кандидат педагогических наук, доцент Платонова Яна Валентиновна

Кандидат педагогических наук, доцент Яковлев Валерий Николаевич

Милосердова Галина Николаевна

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 54.03.01 - Дизайн (по специализации «Графический дизайн») Министерства образования и науки РФ от «11» августа 2016 г. № 1004).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры физического воспитания «15» декабря 2020 г. Протокол от «15» декабря 2020 г. Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета культуры и искусств, Протокол от «15» декабря 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели	и	задачи	
дисциплины.....			4
2. Место	дисциплины	в	структуре
бакалавра.....			ОП
			4
3. Объем	и	содержание	
дисциплины.....			5
4. Контроль	знаний	обучающихся	и
средства.....			и типовые
			оценочные
			11
5. Методические	указания	для	обучающихся
(модуля).....			по освоению
			дисциплины
			21
6. Учебно-методическое	и	информационное	обеспечение
дисциплины.....			
			23
7. Материально-техническое	обеспечение	дисциплины,	программное
профессиональные	базы	данных	и
системы.....			информационные
			справочные
			23

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения профессиональной деятельности

1.2 Виды и задачи профессиональной деятельности по дисциплине:

- банковская
- расчетно-финансовая
- расчетно-экономическая

1.3 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы следующие комп

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Знания и умения, необходимые для формирования трудового действия / компетенции
	ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает и понимает: личную и социально-экономическую необходимость специальной психофизической подготовки человека к трудовой деятельности в современных условиях; методику подбора средств ППФК; средства и методы профилактики вредных привычек.
		Умеет (способен продемонстрировать): планировать объем и интенсивность самостоятельной тренировки по поддержанию высокого уровня работоспособности; формировать владение жизненно необходимыми двигательными действиями на уровне двигательного навыка.
		Владеет: навыками подбора средств и методов самостоятельной физической подготовки, ППФП на основе сравнительного анализа со стандартами, индексами, номограммами, функциональными пробами; навыками ведения личного дневника самоконтроля и участия в соревнованиях.

1.4 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ОК-8 Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения профессиональной деятельности

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения						
		Очная (семестр)						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Физическая культура и спорт	+	+					
2	Фитнес			+	+	+	+	+

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Спортивные игры» относится к базовой части учебного плана ОП по направлению подг
Дисциплина «Спортивные игры» изучается в 3, 4, 5, 6, 7 семестрах.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины:

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	328
Контактная работа	160
Практические (Практ. раб.)	160
Самостоятельная работа (СР)	168
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, ч		Формы текущего контроля
		Практ. раб.	СР	
		О	О	
3 семестр				
1	Теоретические сведения	8	8	Тестирование; Другие формы контроля
2	Общая физическая подготовка.	8	8	Тестирование; Другие формы контроля
3	Основы техники и тактики игры.	8	8	Тестирование; Другие формы контроля
4	Специальная физическая подготовка	8	10	Тестирование; Другие формы контроля
4 семестр				
5	Общая физическая подготовка	8	8	Тестирование; Другие формы контроля
6	Специальная физическая подготовка	8	8	Тестирование; Другие формы контроля
7	Основы техники и тактики игр	8	8	Другие формы контроля Тестирование
8	Учебные игры	8	10	Другие формы контроля Тестирование
5 семестр				
9	Теоретические сведения	6	8	Другие формы контроля Тестирование
10	Общая физическая подготовка.	6	6	Другие формы контроля Тестирование
11	Специальная физическая подготовка.	6	6	Другие формы контроля Тестирование
12	Техническая подготовка	6	6	Другие формы контроля Тестирование
13	Парные игры	8	8	Другие формы контроля

6 семестр				
14	Общая физическая подготовка.	8	8	Другие формы контроля Тестирование
15	Специальная физическая подготовка.	8	8	Другие формы контроля Тестирование
16	Упражнения для развития быстроты реакции.	8	8	Другие формы контроля Тестирование
17	Техническая подготовка	8	10	Другие формы контроля Тестирование
7 семестр				
18	Общая физическая подготовка.	8	8	Другие формы контроля Тестирование
19	Специальная физическая подготовка.	8	8	Другие формы контроля Тестирование
20	Техническая подготовка	6	6	Тестирование; Другие формы контроля
21	Отражение сложных подач	10	10	Другие формы контроля Тестирование

Тема 1. Теоретические сведения (ОК-8)

Практическое занятие.

Техника безопасности на занятиях. Краткие сведения о возникновении игры. Официальные правила настольного тенниса. История развития и техника игры в настольный теннис.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 2. Общая физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Упражнения на развитие гибкости, ловкости. Упражнения на развитие подвижности в суставах рук и локтевых, плечевых суставах, сгибание и разгибание рук.

Овладение и совершенствование техникой игры в настольный теннис. Развитие физических качеств туловища в различных направлениях. Основы техники и тактики игры

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 3. Основы техники и тактики игры. (ОК-8)

Практическое занятие.

Обучение основным ударам в настольном теннисе. Развитие двигательных способностей.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 4. Специальная физическая подготовка (ОК-8)

Практическое занятие.

имитационные передвижения, прыжки, шаги и выпады по сигналу. Приседание на одной и двух ногах

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 5. Общая физическая подготовка (ОК-8)

Практическое занятие.

Развивать гибкость, ловкость, двигательные-координационные способности применять широкий комплекс подвижные игры, беговые и прыжковые упражнения.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 6. Специальная физическая подготовка (ОК-8)

Практическое занятие.

Упражнения с ракеткой (имитация ударов слева и справа в быстром темпе. Упражнения с утяжеленно ведением мяча ударами ракеткой вверх. Специальные упражнения для пальцев. Эстафеты с элементами

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 7. Основы техники и тактики игр (ОК-8)

Практическое занятие.

Основные технические элементы (удары, подачи и т.д.) в настольном теннисе. Научить основным видам также их разновидностям.

Совершенствование изученных приемов игры. Виды ударов (промежуточные, атакующие, защитные) назначению, направлению вращений мяча, силе удара, траектории полета мяча. Подача в настольном смешанным вращением, «двойники». Изучить технику выполнения основных ударов: толчок тыльной вращением мяча, прием подачи «подставками», «накат» слева-справа против «подставки» без вращения «подрезки» с вращением мяча (то же без вращения мяча).

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 8. Учебные игры (ОК-8)

Практическое занятие.

Парные игры.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 9. Теоретические сведения. (ОК-8)

Практическое занятие.

Техника безопасности на занятиях.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 10. Общая физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

ОРУ на месте, в движении, в парах на сопротивление. Упражнения на развитие координации, выносливости. Упражнения, использующие

варианты быстрого перемещения. Упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног: вращения плечевых суставах, сгибание и разгибание ног. Повороты, наклоны и вращения туловища в различных

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 11. Специальная физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Разучивание и имитации исходных положений для ударов. Положение ног, разворот туловища, форма отношения к туловищу, положение ракетки, кисти, предплечья и плеча. Многократное повторение ударов в скоростях без мяча, с мячом у стенки; имитация ударов накатом, подрезкой.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 12. Техническая подготовка (ОК-8)

Практическое занятие.

Совершенствование изученных приемов игры. Чередование нескольких приемов игры в быстром темпе полета мяча. Практические занятия. Сочетание сложных подач. Поочередные контрудары слева и справа атакующих ударов «восьмеркой». Удар справа «топ-спин» против «подрезки», то же против длинной

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 13. Парные игры (ОК-8)

Практическое занятие.

Парные игры с применением изученных атакующих ударов.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 14. Общая физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Развивать гибкость, ловкость, двигательные-координационные способности, беговые и прыжковые упражнения: упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног: вращения в локтевых суставах, сгибание и разгибание ног; повороты, наклоны и вращения туловища в различных направлениях

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 15. Специальная физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Имитация ударов накатом, подрезкой, у зеркала без ракетки, с ракеткой, на простейших тренировочных передвижениях влево-вправо, вперед-назад, с выполнением ударных действий; в игровой стойке со сменой

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 16. Упражнения для развития быстроты реакции. (ОК-8)

Практическое занятие.

Совершенствование реакции за счет повышения частоты ударов. Развитие физических качеств. Учебные

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 17. Техническая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Совершенствование изученных приемов игры. Чередование нескольких приемов игры в быстром темпе полета мяча. Отражение сложных подач: «накат», «подрезка», «подставка», и «топ-спин». Удары: слева контрударов с различными вращениями мяча, справа против «подставок», «подрезок», и контрударов сильным завершающим ударом.

Тактика одиночной игры с противниками: защитниками, нападающими, комбинационными игроками смешанных игр. Совершенствование тактики игры в разных зонах. Свободная игра на столе, с тренером

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 18. Общая физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Развивать гибкость, ловкость, двигательные-координационные способности, беговые и прыжковые упражнения: упражнения на развитие подвижности в суставах рук и ног: вращения в локтевых суставах, сгибание и разгибание ног; повороты, наклоны и вращения туловища в различных направлениях.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 19. Специальная физическая подготовка. (ОК-8)

Практическое занятие.

Имитация ударов накатом, подрезкой, у зеркала без ракетки, с ракеткой, на простейших тренировочных передвижениях влево-вправо, вперед-назад, с выполнением ударных действий; в игровой стойке со сменением ног.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 20. Техническая подготовка (ОК-8)

Лекция.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Практическое занятие.

Совершенствование изученных приемов игры. Чередование нескольких приемов игры в быстром темпе полета мяча. Практические занятия. Сочетание сложных подач. Поочередные контрудары слева и справа от сетки. Удары «восьмеркой». Удар справа «топ-спин» против «подрезки», то же против длинной подачи.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

Тема 21. Отражение сложных подач (ОК-8)

Практическое занятие.

Отражение сложных подач: «накат», «подрезка», «подставка», и «топ-спин». Удары: слева против «подачи» с различными вращениями мяча, справа против «подставок», «подрезок», и контрударов с различными вращениями мяча.

Тактика одиночной игры с противниками: защитниками, нападающими, комбинационными игроками смешанных игр. Совершенствование тактики игры в разных зонах. Свободная игра на столе, с тренером.

Задания для самостоятельной работы.

проводится в форме дополнительных занятий в спортивных секциях спортивного клуба университета

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Макс. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки

1.	Теоретическ ие сведения	Тестиро вание	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контрол я	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (13 раз и более) 7-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (10-12 раз) 4-6 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (7-9 раз) Менее 7 раз баллов не дает
2.	Общая физическая подготовка.	Тестиро вание(к онтроль ный срез)	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контрол я	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (13 раз и более) 7-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (10-12 раз) 4-6 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (7-9 раз) Менее 7 раз баллов не дает
3.	Основы техники и тактики игры.	Тестиро вание	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контрол я	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (13 раз и более) 7-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (10-12 раз) 4-6 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (7-9 раз) Менее 7 раз баллов не дает

4.	Специальная физическая подготовка	Тестирование	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контроля(контрольный срез)	10	10 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (13 раз и более) 7-9 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (10-12 раз) 4-6 баллов – студент технически правильно выполняет упражнение (7-9 раз) Менее 7 раз баллов не дает
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премиальные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов; - участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов; - публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20
7.	Итого за семестр		100	

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
--------	------------------------------------	---------------------------------	--------------------	--------------------------------------

1.	Общая физическая подготовка	Тестирование	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
2.	Специальная физическая подготовка	Тестирование	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контроля(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
3.	Основы техники и тактики игр	Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тестирование	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
4.	Учебные игры	Другие формы контроля(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

	Тестирование	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
5.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премияльные баллы	20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов; - участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов; - публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20
7.	Итого за семестр	100	

5 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Макс. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Теоретические сведения.	Другие формы контроля (контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

		Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
2.	Общая физическая подготовка.	Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
3.	Специальная физическая подготовка.	Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
4.	Техническая подготовка	Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

		Тести- ро- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
5.	Парные игры	Другие формы контрол я(контр ольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
6.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
7.	Премияльные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов; - участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов; - публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20
8.	Итого за семестр		100	

6 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ те- мы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущег о контрол я / срезы	Мах. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Общая физическая подготовка.	Другие формы контрол я	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

		Тести- вание	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
2.	Специальная физическая подготовка.	Другие формы контроля(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
3.	Упражнения для развития быстроты реакции.	Другие формы контроля	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тести- вание	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
4.	Техническая подготовка.	Другие формы контроля(контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

		Тестирование	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
5.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премияльные баллы		20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов; - участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов; - публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20
7.	Итого за семестр		100	

7 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 20 баллов

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Макс. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Общая физическая подготовка.	Другие формы контроля (контрольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

		Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
2.	Специальная физическая подготовка.	Другие формы контрол я	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
		Тести- вание	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
3.	Техническая подготовка	Тести- вание	10	Оценка осуществляется следующим образом: 10-9 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 8-7 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 6-5 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 4-3балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
		Другие формы контрол я	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает
4.	Отражение сложных подач	Другие формы контрол я(контр ольный срез)	10	10 баллов – 100 и более 5-9 баллов – 70-99 раз 1-4 баллов – 40-69 раз Менее 40 раз баллов не дает

	Тестирование	15	Оценка осуществляется следующим образом: 15-14 баллов – студент правильно отвечает на 90-100% вопросов в тесте; 13-10 балла – студент правильно отвечает на 90-80% вопросов в тесте 9-6 балла – студент правильно отвечает на 80-70% вопросов в тесте. 5-3 балла – студент правильно отвечает на 70-50% вопросов в тесте. 2-1 балл – студент правильно отвечает на 50-25% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
5.	Посещаемость	10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
6.	Премияльные баллы	20	Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены: - за проект, выполненный по заказу работодателя и реализованный на практике – 20 баллов; - постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов; - полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов; - участие с докладом во всероссийской олимпиаде по тематике изучаемой дисциплины – 20 баллов; - публикация статьи по тематике изучаемой дисциплины в сборнике студенческих работ / материалах всероссийской конференции / журнале из перечня ВАК – 10 / 15 / 20
7.	Итого за семестр	100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

Другие формы контроля

Тема 1. Теоретические сведения

Выполнение упражнений по нормативу

Тема 2. Общая физическая подготовка.

Выполнение упражнений по нормативу

Тестирование

Тема 1. Теоретические сведения

Эта традиция родилась благодаря Пьеру де Кубертену в 1912 году. А сейчас она предшествует каждой

- 1 на закрытии Олимпиады произносить слово об играх грядущих и передавать флаг
- 2 гасить Олимпийский огонь
- 3 выпускать в небо белых голубей

О некультурном человеке, древние греки говорили: "Не умеет ни читать, ни...?"

- 1 бегать
- 2 прыгать
- 3 плавать

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ОК-8)

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, руки на гимнастической скамейке
2. Поднимание туловища из положения, лежа на спине, кисти к плечам, ноги согнуты в коленях и закр
3. Прыжок в длину с места (см)
4. Наклон стоя на гимнастической скамейке (см)
5. Подтягивание на перекладине
6. Бег 100 м (сек)
7. Бег 500 м (мин, сек.)

Типовые задания для зачета (ОК-8)

Тема 1. Теоретическая подготовка (в настольном теннисе, волейболе, футболе).

Тема 2. Общая физическая подготовка.

Тема 3. Техническая подготовка (в настольном теннисе, волейболе, футболе)

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ОК-8	Демонстрирует высокий уровень знаний. Способен использовать физической культуры. Умеет анализировать и правильно соотносить физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной. В полной мере владеет способностью вести диалог, аргументация, умения и навыки поиска информации. Вопросы задаваемые вызывают затруднения. Ответ построен логично, материал изложен аргументировано.
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ОК-8	Демонстрирует слабый уровень знаний основных положений физической культуры. Затрудняется анализировать и правильно использовать методы физической культуры. Не в полной мере владеет способностью аргументировать свою точку зрения. Неуверенно и логически излагает материал.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться с дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, информационные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, программные информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных систем, необходимых для освоения дисциплины.

5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендации профессиональных баз данных и информационных справочных систем;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы. Устный опрос на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает просмотр рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с использованием MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть распечатан в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть кратким и содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответ на вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом должен быть полным по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов и источников);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение сути);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического применения их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все участники участвуют в обсуждении, добавляют информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Ответы подлежат оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;
- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержанию, направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств, последовательность и логичность презентуемого материала;

- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соотношение звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальное использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности. соблюдение регламента, эмоциональность, у систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1 Основная литература:

1. Григорьева И. В., Волкова Е. Г., Водолазов Ю. С. Физическая культура. Основы спортивной тренировки Воронежская государственная лесотехническая академия, 2012. - 87 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142220>
2. Чертов Н. В. Физическая культура : учебное пособие. - Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2011. - 128 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272223>

6.2 Дополнительная литература:

1. Мусатов Е. А., Чернышева Е. Н., Прянишникова О. А., Карасева Е. Н., Смирнова С. А. Физическая культура профессионального образования (теоретические и методические аспекты) : учебное пособие. - Елецкий университет им. И. А. Бунина, 2011. - 315 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272223>
2. Барчукова Г.В., Богущас В.М.М., Матыцин О.В. Теория и методика настольного тенниса : учеб. для студентов. - 526 с.

6.3 Иные источники:

1. Интернет-энциклопедии - <http://www.rubicon.com/>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, тестирования, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированными средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования и иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Электронная информационно-образовательная среда

<http://moodle.tsutmb.ru/>

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде.

Лицензионное программное обеспечение:

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition. 1500-2499 Node 1 year Educational License

Операционная система Microsoft Windows 10

Adobe Reader XI (11.0.08) - Russian Adobe Systems Incorporated 10.11.2014 187,00 MB 11.0.08

7-Zip 9.20

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij->
2. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система. – URL: <https://biblioclub.ru>
3. СДО MOODLE ТГУ имени Г.Р. Державина . – URL: <http://moodle.tsutmb.ru>
4. Научная электронная библиотека Российской академии естествознания. – URL: <https://www.monogr>

Электронная информационно-образовательная среда

https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&s

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде.