

Приложение № 3 «Рабочие программы дисциплин» к образовательной программе по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция

Рабочая программа дисциплины «Элективный курс: Спортивный настольный теннис»



Подпись _____

1. Цели дисциплины

Дисциплина нацелена на подготовку бакалавров к:

- тренерской деятельности в избранном виде спорта;
- рекреационной деятельности с различными категориями населения;
- организационно-управленческой деятельности по проведению физкультурно-массовых и спортивных мероприятий;
- самообучению и непрерывному профессиональному самосовершенствованию.

2. Перечень формируемых компетенций в процессе освоения дисциплины:

В результате изучения дисциплины обучающийся обладает следующими общекультурными компетенциями (ОК):

способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-6);

способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);

способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-8);

готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-9).

3. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина является элементом вариативной части Блока 1 образовательной программы.

4. Объем дисциплины

Очная форма обучения:

№	Темы (разделы) дисциплины	Объем в ЗЕ	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы с преподавателем в академических часах	Объем самостоятельной работы обучающихся	Объем контрольных процедур в академических часах
1.	Структура и содержание учебной дисциплины «Настольный теннис как вид спорта»		67	64		3
2.	Техника игры в настольный теннис		66	63		3
3.	Овладение и совершенствование тактики игры в настольный теннис		65	63		2
4.	Методика обучения технике настольного тенниса		65	63		2
5.	Организация и судейство соревнований по настольному теннису		65	63		2
Итого		-	328	316	0	12

Очно-заочная форма обучения:

№	Темы (разделы) дисциплины	Объем в ЗЕ	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы с преподавателем в академических часах	Объем самостоятельной работы обучающихся	Объем контрольных процедур в академических часах
1.	Структура и содержание учебной дисциплины «Настольный теннис как вид спорта»		67	64		3
2.	Техника игры в настольный теннис		66	63		3
3.	Овладение и совершенствование тактики игры в настольный теннис		65	63		2
4.	Методика обучения технике настольного тенниса		65	63		2
5.	Организация и судейство соревнований по настольному теннису		65	63		2
Итого		-	328	316	0	12

Заочная форма обучения

№	Темы (разделы)	Объем	Общий	Объем	Из них	Объем	Объем
---	----------------	-------	-------	-------	--------	-------	-------

	дисциплины	м в ЗЕ	объем в академически х часах	контактной работы с преподавател ем в академическ их часах	занятия лекционн ого типа в академич еских часах	самост оятель ной работы обучаю щихся	контро льных процед ур в академ ически х часах
1.	Структура и содержание учебной дисциплины «Настольный теннис как вид спорта»		67			64	3
2.	Техника игры в настольный теннис		66			63	3
3.	Овладение и совершенствование тактики игры в настольный теннис		65			63	2
4.	Методика обучения технике настольного тенниса		65			63	2
5.	Организация и судейство соревнований по настольному теннису		65			63	2
Итого		-	328	0	0	316	12

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

Раздел 1. Структура и содержание учебной дисциплины «Настольный теннис», настольный теннис как вид спорта
Настольный теннис как предмет учебного плана. Задачи, значение и содержание предмета. Специфика применения общедидактических принципов при обучении в настольный теннис. Принципы наглядности, доступности, последовательности, систематичности. Настольный теннис как вид спорта и как средство физического воспитания. Образовательное, воспитательное и оздоровительное значение занятий настольным теннисом.

Раздел 2. Техника игры в настольный теннис

Анализ техники отдельных элементов игры в теннис: стойки теннисиста, хватки ракетки и способы передвижения теннисиста; подача слева и справа, подрезкой, накатом и пером; накаты с верхним вращением мяча; подрезки справа и слева; сочетаний элементов техники игры справа и слева; вариативность технических приемов.

Обучение технике отдельных элементов игры в теннис: стойки теннисиста, хватки ракетки и способы передвижения теннисиста; подача слева и справа, подрезкой, накатом и пером; накаты с верхним вращением мяча; подрезки справа и слева. Сочетания элементов техники игры справа и слева.

Раздел 3. Овладение и совершенствование тактики игры в настольный теннис.

Тактические действия теннисистов в одиночных и парных соревнованиях. Тактические действия теннисиста в зависимости от индивидуальных особенностей соперника. Двигательные навыки в технических приемах и передвижениях игрока.

Обучение тактическим действиям теннисистов в одиночных и парных соревнованиях.

Раздел 4. Методика обучения технике настольного тенниса

Подготовка конспекта и проведение подготовительной части занятия по настольному теннису. подготовка конспекта и проведение занятия по обучению отдельным техническим приёмам.

Раздел 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису

Виды соревнований, их организация. Календарь соревнований. Положение о соревнованиях. Системы розыгрыша. Судейская коллегия, ее обязанности. Требования к местам соревнований. Спортивный, судейский и хозяйственный инвентарь. Организация информации. Особенности организации массовых соревнований.

Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису. Судейство учебных соревнований.

6. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа предполагает изучение литературных источников, использование Internet-данных, изучение нормативно-правовой базы, выполнение самостоятельных заданий, подготовку рефератов.

Контроль за выполнением самостоятельной работы ведется в ходе изучения курса преподавателем на практических занятиях, а также при проверке индивидуальных заданий и письменных работ.

В случае необходимости соответствующий материал обсуждается с преподавателем в ходе текущих консультаций. Типовой формой контроля самостоятельной работы являются индивидуальные собеседования, выполнение контрольных заданий, написание рефератов и выполнение других работ.

Темы самостоятельной работы:

1. Основные термины, оборудование и инвентарь настольного тенниса.
2. Основные термины технических приемов ведения игры.
3. Разработка
4. Права и обязанности участников соревнований.
5. Права и обязанности представителя, тренера, капитана команды.
6. Судейская коллегия.
7. Аэродинамические и механические особенности полета и отскока мяча.

8. Влияние качества и особенностей инвентаря на технику игры в настольный теннис.
9. Общедидактические принципы обучения.

Литература для самостоятельной работы обучающихся

- Команов В.В. Тренировочный процесс в настольном теннисе [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.В. Команов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 400 с. — 978-5-9718-0699-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40822.html>

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература по дисциплине:

- Жданов В.Ю. Обучение настольному теннису за 5 шагов [Электронный ресурс] / В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов, Ю.А. Милоданова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2015. — 128 с. — 978-5-9906734-4-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43908.html>

Дополнительная литература по дисциплине:

- Валетов М.Р. Настольный теннис в практике физического воспитания студентов вузов [Электронный ресурс] : методические рекомендации / М.Р. Валетов, Н.П. Наумова, В.В. Смородин. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2005. — 25 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51586.html>

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины

- Российская государственная библиотека. (<http://www.rsl.ru>)
- <http://biblioclub.ru/>

9. Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

- Open Office (бесплатная лицензия);
- Система «Гарант-Образование».

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

В процессе преподавания дисциплины используются следующие материально-технические средства:

- оборудование для игры в настольный теннис;
- маркерная доска;
- экран;
- компьютер;

- проектор;
- колонки;
- наглядные пособия на флеш-носителе.

11. Фонд оценочных средств и описание показателей и критериев оценивания освоения материала дисциплины

описание показателей и критериев оценивания освоения материала дисциплины

Критерии оценивания	Словесное выражение	Описание
Зачтено	Зачтено	Даны правильные ответы на более чем 50% вопросов приведены примеры, показано умение связать теорию с практикой.
Незачтено	Незачтено	Не дан ответ на 50% вопросов отсутствуют примеры. Ответ на вопрос полностью отсутствует. Отказ от ответа.

методические материалы, определяющие процедуры оценивания освоенного материала и сформированности компетенций.

Текущая аттестация студентов производится лектором или преподавателем, ведущим занятия по дисциплине в следующих формах:

- опрос;
- выполнение заданий на занятии;
- письменные домашние задания и т.д.;
- отдельно оцениваются личностные качества студента.

Конкретные формы и периодичность проведения текущей аттестации определяются преподавателем

типовые контрольные задания или иные материалы, характеризующие формирование компетенций в процессе освоения образовательной программы;

Типовые вопросы:

1. Виды технических приёмов.
2. Технические планы ведения игры.
3. Фазовая структура техники ударов.
4. Классификация способов держания ракетки.
5. Виды вращения мяча.
6. Основы тактики игры.
7. Выбор подачи, приема, сторон.
8. Методика обучения технике настольного тенниса.
9. Общефизическая и специальная подготовка теннисиста Правила проведения соревнований по настольному теннису.
10. Правила игры в настольный теннис.

11. Требования к местам соревнований по настольному теннису.
12. Основные разделы Положения о соревнованиях и их содержание.
13. Виды соревнований. Общая характеристика.
14. Организация занятий, подготовка мест занятий, инвентарь. Уход за инвентарём и оборудованием.
15. Объяснение и демонстрация техники игры.
16. Демонстрация технических приёмов: подрезка слева и справа, накат слева и справа, удар слева и справа, контрудар слева и справа, топ-спин слева и справа, защита свечой, подача с нижним вращением, подача пером, приём топ-спина подставкой, контртоп-спин.