

Министерство физической культуры и спорта Свердловской области  
Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение Свердловской области  
«Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)»

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор ГАПОУ СО «УОР № 1 (колледж)»

С.В. Степанов

Приказ № 12-10/5 от 30.08.2024 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Раздел 5. Настольный теннис**

для специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

/для студентов 2 курса на базе среднего общего образования/

/для студентов 3 курса на базе основного общего образования/

Екатеринбург  
2024

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины</b>	<b>3</b>
<b>2. Структура и содержание учебной дисциплины</b>	<b>13</b>
<b>3. Условия реализации учебной дисциплины</b>	<b>18</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины</b>	<b>19</b>

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 «БАЗОВЫЕ И НОВЫЕ ВИДЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

## **1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:**

Учебная дисциплина ОП. 13 «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» /Раздел 5. Настольный теннис/ является обязательной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 08. ПК 1.1, ПК 1.3; ПК 2.1; ПК 3.1.-ПК 3.4.

## **1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

ОК	Общие компетенции	Умения	Знания
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<ul style="list-style-type: none"> <li>• распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>• анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>• определять этапы решения задачи;</li> <li>• выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>• составлять план действия;</li> <li>• определять необходимые ресурсы;</li> <li>• владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>• реализовывать составленный план;</li> <li>• оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>• основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>• алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>• методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач;</li> <li>• порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> </ul>
ОК 02	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• определять задачи для поиска информации;</li> <li>• определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска;</li> <li>• структурировать получаемую информацию;</li> <li>• выделять наиболее значимое в перечне информации;</li> <li>• оценивать практическую значимость результатов поиска;</li> <li>• оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;</li> <li>• приемы структурирования информации;</li> <li>• формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации;</li> <li>• порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.</li> </ul>

		<p>решения профессиональных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать современное программное обеспечение;</li> <li>• использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.</li> </ul>	
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<ul style="list-style-type: none"> <li>• организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности</li> </ul>
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	<ul style="list-style-type: none"> <li>• грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений</li> </ul>
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>• применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>• пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>• основы здорового образа жизни;</li> <li>• условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>• средства профилактики перенапряжения</li> </ul>

Профессиональные компетенции	Навыки	Умения	Знания
Организация и проведение физкультурно-спортивной работы			
ПК 1.1 Планировать и анализировать физкультурно-спортивную работу.	<ul style="list-style-type: none"> <li>разработки общего плана физкультурно-спортивной работы</li> <li>анализа и оценки физкультурно-спортивной работы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>определять цель, задачи и содержание физкультурно-спортивной работы</li> <li>разрабатывать документы планирования физкультурно-спортивной работы</li> <li>оценивать результативность физкультурно-спортивной работы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>нормативные документы, регламентирующие организацию физкультурно-спортивной работы в РФ</li> <li>цели и задачи физкультурно-спортивной работы</li> <li>направления, содержание, формы организации физкультурно-спортивной работы</li> <li>требования к планированию и технологии планирования физкультурно-спортивной работы</li> <li>показатели результативности физкультурно-спортивной работы</li> </ul>
ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.	<ul style="list-style-type: none"> <li>анализа программ проведения физкультурно-оздоровительных или спортивно-массовых мероприятий</li> <li>планирования проведения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>использовать различные методы и формы организации физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической подготовленности участников</li> <li>проводить и анализировать физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>формы и виды физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</li> <li>технология организации и методика проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</li> <li>технология разработки программы и плана ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительного и</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• наблюдения, анализа и самоанализа физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия, разработки предложений по их совершенствованию</li> <li>• проведения физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового мероприятия</li> <li>• проведения инструктажа по технике безопасности в процессе организации и проведения физкультурно-оздоровительного и (или) спортивно-массового мероприятия</li> <li>• определения соответствия оборудования и инвентаря нормам техники безопасности</li> </ul>		<p>спортивно-массового мероприятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• методика проведения спортивно-оздоровительных соревнований в рамках физкультурно-спортивных мероприятий</li> <li>• техника безопасности, способы и приёмы предупреждения травматизма при проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий</li> </ul>
Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности			
ПК Разрабатывать методическое обеспечение для	2.1. <ul style="list-style-type: none"> <li>• изучения и анализа программ, реализуемых в области физической культуры и спорта (с учетом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать нормативные документы, в области физической культуры и спорта</li> <li>• анализировать программы,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• нормативные и методические документы, в области физической культуры и спорта</li> <li>• разновидности программ в области физической культуры и спорта (с учетом</li> </ul>

организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы.	<p>специфики вида профессиональной деятельности) и методических материалов, обеспечивающих их реализацию</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• планирования занятий по программам, реализуемым в области физической культуры и спорта с учётом их специфики, решаемых задач, применяемых педагогических технологий</li> </ul>	<p>реализуемые в области физической культуры и спорта (с учетом специфики вида профессиональной деятельности)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осуществлять разработку методических и дидактических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</li> <li>• осуществлять разработку занятий по программам в области физической культуры и спорта с учётом их специфики и решаемых задач</li> </ul>	<p>специфики вида профессиональной деятельности)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• технологию разработки методических материалов, обеспечивающих реализацию программ в области физической культуры и спорта</li> <li>• педагогические технологии и современные методики подготовки обучающихся по программам в области физической культуры и спорта</li> </ul>
Преподавание по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта (по выбору)			
ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• определения педагогических целей и задач, планирования учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• определять педагогические цели и задачи, планировать учебные занятия с использованием различных методов, приемов и форм организации деятельности обучающихся</li> <li>• находить, анализировать возможности использования и использовать источники необходимые для планирования учебных занятий (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)</li> <li>• планировать образовательный процесс,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• технологию планирования учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</li> </ul>



		занятия и (или) циклы занятий с учетом задач и особенностей образовательной программы образовательных запросов обучающихся (детей и их родителей (законных представителей), возможностей и условий их удовлетворения в процессе освоения образовательной программы фактического уровня подготовленности, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	
ПК 3.2. Проводить учебные занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведения учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• понимать мотивы поведения обучающихся, их образовательные потребности и запросы (детей и их родителей (законных представителей))</li> <li>• контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений</li> <li>• использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы обучения (в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• требования нормативных документов, определяющие особенности организации образовательной деятельности при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>• содержание и методику реализации дополнительных общеразвивающих программ, в том числе современные методы, формы, способы и приемы обучения и воспитания;</li> <li>• формы и типы учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта;</li> </ul>

		<p>том числе информационно-коммуникационные технологии (ИКТ), электронные образовательные и информационные ресурсы) с учетом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- задач дополнительной общеразвивающие программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>- состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей);</li> <li>- осуществлять электронное обучение, использовать дистанционные образовательные технологии (если это целесообразно);</li> <li>- готовить обучающихся к участию в соревнованиях</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеристики различных методов, форм, приемов и средств обучения при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>• техники и приемы вовлечения в деятельность, мотивации к освоению дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта;</li> <li>• основные технические средства обучения, включая ИКТ, возможности их использования на занятиях и условия выбора в соответствии с целями и направленностью дополнительной общеразвивающей программой в области физической культуры и спорта;</li> <li>• особенности работы с обучающимися, одаренными в области физической культуры и спорта и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья требования обеспечения безопасности жизни и здоровья обучающихся</li> </ul>
<p>ПК 3.3. Осуществлять контроль и учёт, оценивать и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• педагогического наблюдения за обучающимися, анализа и интерпретации результатов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• контролировать выполнение на занятиях требований охраны труда, анализировать и устранять возможные риски для жизни и здоровья</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• подходы к анализу учебных занятий по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта</li> </ul>

<p>анализировать процесс и результаты деятельности обучающихся на учебных занятиях.</p>	<p>педагогического наблюдения, с учетом задач, особенностей программы и обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• контроля и оценки освоения дополнительных общеразвивающих программ, анализа и интерпретации результатов педагогического контроля и оценки</li> <li>• текущего контроля, помощи обучающимся в коррекции деятельности и поведения на занятиях</li> </ul>	<p>обучающихся в ходе обучения, применять приемы страховки и само страховки при выполнении физических упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устанавливать соответствие средства, методы и приемы физического воспитания поставленным целям и задачам</li> <li>• создавать педагогические условия для формирования и развития самостоятельного контроля и оценки обучающимися процесса и результатов освоения образовательной программы</li> <li>• определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ</li> <li>• наблюдать за обучающимися, объективно оценивать процесс и результаты освоения дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в рамках установленных форм аттестации</li> <li>• пользоваться контрольно-измерительными приборами</li> <li>• анализировать и интерпретировать</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• требования к контролю и учёту при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</li> <li>• характеристики и возможности применения различных форм, методов и средств контроля и оценивания освоения дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</li> <li>• средства (способы) определения динамики подготовленности и мотивации обучающихся в процессе освоения дополнительной общеразвивающих программы в области физической культуры и спорта</li> <li>• особенности оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</li> <li>• особенности и организация педагогического наблюдения, других методов педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных результатов</li> <li>• понятия и виды качественных и</li> </ul>
---	---	---	--

		результаты педагогического наблюдения, контроля и диагностики с учетом задач, особенностей программы и обучающихся.	количественных оценок, возможности и ограничения их использования для оценивания процесса и результатов деятельности обучающихся при освоении дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта.
ПК 3.4. Вести первичную учётно-отчётную документацию, обеспечивающую учебные занятия.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ведения документации, обеспечивающей реализацию дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• составлять текущую и периодическую отчетность на бумажных и электронных носителях по утвержденным формам</li> <li>• вести учебную, плановую документацию, документацию учебного помещения (при наличии) на бумажных и электронных носителях</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учётно - отчётную документацию и требования к её ведению</li> </ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	54
в т.ч. в форме практической подготовки	54
в т. ч.:	
теоретическое обучение	16
практические занятия	30
курсовая работа (проект)	-
<i>Самостоятельная работа</i>	2
Промежуточная аттестация (экзамен)	6

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины**  
**Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности «Раздел 5. Настольный теннис».**

Наименование разделов и тем	№ учебно-го занятия	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часов	В форме практ. подготовки	В т.ч. в форме практических занятий и лаб. работ	В т.ч. в форме сам. работы	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
		<b>Раздел 5. Настольный теннис</b>	54	54	30	4	
Тема 5.1	<b>Содержание</b>						
Настольный теннис как вид физкультурно-спортивной деятельности	<b>1-2</b>	<b>Предмет и задачи. История и этапы развития настольного тенниса.</b> Основные понятия и терминология настольного тенниса. Классификация и общая характеристика техники игры.	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 08; ПК 2.1.
	<b>3-4</b>	<b>Правила игры в настольный теннис.</b> Техника безопасности и меры предупреждения травматизма при занятиях настольным теннисом.	2	2			ОК 01; ОК 02; ОК 04; ОК 05; ОК 08; ПК 2.1.
Тема 5.2	<b>Содержание</b>						
Техника двигательных действий в настольно	<b>5-6</b>	<b>Исходные положения (стойки): правосторонняя, нейтральная, левосторонняя.</b>	2	2			ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	<b>7-8</b>	<b>Способы хватов ракетки: горизонтальный хват, вертикальный хват.</b>	2	2			ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	<b>9-10</b>	<b>Передвижения игрока: бесшажный, шагами, прыжками, рывками, выпадами.</b>	2	2			ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.

м теннисе.	11-12	Технические приемы в настольном теннисе: подача, подрезка, срезка, накат, удар, топ-спин, топс-удар, свеча.	2	2			ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	В т.ч. практические занятия и лабораторные работы						
	13-14	Практическое занятие 1-2. Демонстрация исходных положений, способов хватов ракетки, передвижений.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	15-16	Практическое занятие 3-4. Демонстрация и отработка навыков передвижения игрока в настольном теннисе: бесшажный, шагами, прыжками, рывками, выпадами.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	17-18	Практическое занятие 5-6. Технические приемы в настольном теннисе: подачи с нижним и верхним вращением мяча; длинные с низким и высоким подбрасыванием мяча, быстрые и медленные.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	19-22	Практическое занятие 7-10. Отработка технических приемов в настольном теннисе: подрезка, срезка.	4	4	4		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	23-24	Практическое занятие 11-12. Демонстрация технических приемов в настольном теннисе: подрезка, срезка.	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
	25-28	Практическое занятие 13-16. Отработка технических приемов в настольном теннисе: накат, удар, топ-спин, топс-удар, свеча.	4	4	4		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.

	<b>29-30</b>	<b>Практическое занятие 17-18. Демонстрация технических приемов в настольном теннисе: накат, удар, топ-спин, топс-удар, свеча.</b>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.3.
Тема 5.3 Методика обучения технике двигательных действий в настольном теннисе.	<b>Содержание</b>						
	<b>31-32</b>	<b>Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении технико-тактическим действиям теннисиста.</b>	2	2			ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>В т.ч. практические занятия и лабораторные работы</b>						
	<b>33-34</b>	<b>Практическое занятие 19-20. Методика обучения держанию ракетки, стойкам, передвижениям.</b>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>35-36</b>	<b>Практическое занятие 21-22. Методика обучения ударам и подачам.</b>	2	2	2		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>37-40</b>	<b>Практическое занятие 23-26. Средства и методы развития физических качеств теннисиста: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты.</b>	4	4	4		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
Тема 5.4 Организация, проведение и анализ	<b>41-44</b>	<b>Практическое занятие 27-30. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств теннисиста по заданию преподавателя.</b>	4	4	4		ОК 01; ОК 04; ОК 05, ОК 08; ПК 1.1., ПК 1.3.; ПК 3.1.- ПК 3.4.
	<b>Содержание</b>						
	<b>45-46</b>	<b>Методика составления планов-конспектов учебно-тренировочного занятия по настольному теннису. Структура учебно-тренировочного занятия по настольному теннису (цель, задачи, методы, формы)</b>	2	2			ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 08, ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 3.1.- ПК 3.4.



занятий по настольно му теннису.	47	Самостоятельная работа № 1-2. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия по настольному теннису для студентов 1 курса колледжа.	1	1		1	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 08, ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 3.1.- ПК 3.4.
	48	Самостоятельная работа № 3-4. Составление плана-конспекта учебно-тренировочного занятия по настольному теннису для обучающихся 7-8 классов.	1	1		1	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 08, ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 3.1.- ПК 3.4.
	49-54	Экзамен по разделу «Настольный теннис»	6	6	6		ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 08, ПК 1.1., ПК 1.3., ПК 2.1., ПК 3.1.- ПК 3.4.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет «Базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности», оснащен в соответствии п. 6.1.2.1 образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура;

(универсальный) спортивный зал, оснащен в соответствии с п.6.1.1 образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе.

##### **3.2.1. Основные печатные и электронные издания**

1. Алхасов, Д. С. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Легкая атлетика: учебное пособие для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 300 с.

2. Настольный теннис. Учебное пособие для студентов/ Барчукова Г.В., Мизин А.Н./М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 188с.

3. Теннис, настольный теннис, бадминтон: учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 95 с.

3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / - 12-е изд. – М.: Академия, 2014. – (Сер. Бакалавриат).

##### **3.2.2 Дополнительные источники**

1. Алхасов, Д. С. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: спортивные игры: учебник для среднего профессионального образования / Д. С. Алхасов, А. К. Пономарев. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 317 с.

2. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности технику профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- технику безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- методику обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- методику проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- основы организации и проведения соревнований и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использование терминологии базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с требованиями (настольный теннис);</li> <li>- описание техники профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>-перечисление требований к технике безопасности на занятиях по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- описание методики обучения профессионально значимых двигательных действий базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- описание методики проведения занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- описание особенностей организации и проведения соревнований по лёгкой атлетике и судейства по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>оценка результатов выполнения практических заданий;</li> <li>оценка заданий при проведении текущего контроля;</li> <li>промежуточной аттестации</li> </ul>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>выполнять профессионально значимые двигательные</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнение двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности с учетом требований</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>оценка результатов выполнения</li> </ul>

<p>действия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>к технике (настольный теннис);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение требований и правил, предъявляемых к терминологии при записи упражнений, а также при объяснении техники двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- рациональный выбор места для оказания помощи и страховки при выполнении двигательных действий с учетом трудности выполняемого упражнения и этапа обучения по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>-своевременная подготовка места занятия, рациональное размещение спортивного инвентаря и оборудования с учетом вида деятельности по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- подбор эффективных, разнообразных упражнения для обучения двигательным действиям по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с задачами занятия (настольный теннис);</li> <li>- применение различных способов организации для рационального размещения занимающихся в зале с учетом задач и содержания занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- соблюдение требований к качественному показу упражнений и демонстрации техники выполнения двигательных действий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>-соблюдение методической последовательности при проведении занятий по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис);</li> <li>- выявление и своевременность исправления ошибок при выполнении двигательных действий с учетом требований к технике по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис).</li> </ul>	<p>практических заданий;</p> <p>тестирование;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля;</p> <p>промежуточной аттестации</p>
<p>использовать терминологию базовых и новых видов</p>		

физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис)		
применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений (настольный теннис)		
использовать оборудование и инвентарь для занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации (настольный теннис)		
проводить тренировочные занятия по базовым и новым видам физкультурно-спортивной деятельности (настольный теннис)		

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины «Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности» (Раздел.5 Настольный теннис) разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Рабочая программа является приложением к образовательной программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Программа содержит общую характеристику учебной дисциплины, определяет структуру, содержание, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины.

Разработчик(и) рабочей программы:

Каширина С.А.. - преподаватель общепрофессионального цикла, высшая квалификационная категория