



Автономная некоммерческая образовательная организация  
высшего образования  
«Воронежский экономико-правовой институт»  
(АНОО ВО «ВЭПИ»)



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

ЭДФ.ДВ.01.02 Настольный теннис

(наименование дисциплины (модуля))

38.05.02 Таможенное дело

(код и наименование специальности)

Направленность (профиль) / Специализация Товароведение и экспертиза  
во внешнеторговой деятельности

(наименование направленности (профиля) / специализации)

Квалификация выпускника Специалист таможенного дела

(наименование квалификации)

Форма обучения Очная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 25.11.2020 № 1453, учебным планом образовательной программы высшего образования – программы специалитета 38.05.02 Таможенное дело, направленность (профиль) «Товароведение и экспертиза во внешнеэкономической деятельности».

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии АНОО ВО «ВЭПИ».

Протокол от « 31 » августа 2021 г. № 1

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:



Доцент

В.С. Шелестов

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Настольный теннис» является формирование способности использовать методы и средства настольного тенниса для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы высшего образования – программы специалитета

Дисциплина (модуль) «Настольный теннис» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Для освоения данной дисциплины (модуля) необходимы результаты обучения, полученные в предшествующих дисциплинах (модулях): «Физическая культура и спорт».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с установленными в образовательной программе высшего образования – программе специалитета индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
<p><b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ИУК-7.1. Демонстрирует физические упражнения на должном уровне физической подготовленности</p>	<p>Знать: комплексы физических упражнений для разных групп мышц Уметь: правильно выполнять упражнения Владеть: приёмами достижения должного уровня физической подготовленности</p>
	<p>ИУК-7.2. Применяет средства и методы укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования</p>	<p>Знать: физиологические особенности организма. Уметь: подбирать уровень и виды физической нагрузки. Владеть: методикой выполнения упражнений</p>
	<p>ИУК-7.3. Соблюдает нормы здорового образа жизни, использует средства и методы физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Знать: нормы здорового образа жизни.. Уметь: выбирать здоровье сберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни; соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных</p>

		<p>ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть: методами планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
--	--	---

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

##### 4.1. Структура дисциплины (модуля)

4.1.1. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по очной форме обучения:

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр					
		№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5	№ 6
		часов	часов	часов	часов	часов	часов
Контактная работа (всего):	108	17	19	17	19	17	19
В том числе: Лекции (Л)							
Практические занятия (Пр)	108	17	19	17	19	17	19
Лабораторная работа (Лаб)							
Самостоятельная работа обучающегося (СР)	220	37	35	37	35	39	37
Контроль	форма контроля	3	3	3	3	3	3
	кол-во часов						
Общая трудоемкость	часов	328	54	54	54	54	56
	зач. ед.						

4.1.2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по заочной форме обучения:

Вид учебной работы	Всего часов	Курс		
		№ 1	№ 2	№ 3
		часов	часов	часов
Контактная работа (всего):	10			10
В том числе: Лекции (Л)				
Практические занятия (Пр)	10			10
Лабораторная работа (Лаб)				

Самостоятельная работа обучающегося (СР)		294	100	100	94
Контроль	форма контроля	3	3	3	3
	кол-во часов	24	8	8	8
Общая трудоемкость	Часов	328	108	108	112
	зач. ед.				

#### 4.2. Содержание дисциплины (модуля):

##### 4.2.1. Содержание дисциплины (модуля) по очной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-.7.3)		20		45	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-.7.3)		20		45	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 3. Техника настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		20		45	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 4. Тактика настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		20		45	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		26		40	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Обобщающее занятие			2				
ВСЕГО ЧАСОВ: 328			108		220		

### **Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания - 65 часов.**

Содержание: История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта. Краткие сведения о развитии настольного тенниса в России и за рубежом.

Практическое занятие – 20 часов.

Вопросы:

1. История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса.
2. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта.
3. Краткие сведения о развитии настольного тенниса в России и за рубежом.

## **Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису - 65 часов.**

Содержание: Оборудование и инвентарь: игровые условия, сетка, мяч, ракетка. Основные термины. Проведение встречи, партии. Порядок игры. Выбор подачи, приема и сторон. Требования к правильной подаче, правильному возврату. Присуждение выигрышного очка. Переигровка. Остановка игры. Перерывы. Права и обязанности участника соревнований. Техника безопасности.

Практическое занятие – 20 часов.

Вопросы:

1. Правила пользования инвентарём при игре в настольный теннис
2. Отработка техники подачи мяча
3. Отработка техники приёма мяча

## **Тема 3. Техника настольного тенниса - 65 часов.**

Содержание: Классификация техники настольного тенниса. Стойка, хват ракетки, передвижения, подачи, атакующие удары.

Практическое занятие – 20 часов.

Вопросы:

1. Классификация техники настольного тенниса
2. Отработка стойки в настольном теннисе
3. Отработка хвата ракетки в настольном теннисе
4. Отработка передвижения в настольном теннисе
5. Отработка подачи в настольном теннисе
6. Отработка атакующих ударов в настольном теннисе

## **Тема 4. Тактика настольного тенниса - 65 часов.**

Содержание: Классификация тактики настольного тенниса. Тактические действия теннисистов в одиночных и парных соревнованиях. Индивидуальные тактические действия теннисиста в нападении и защите. Тактические действия в защите и нападении в парной игре.

Практическое занятие – 20 часа.

Вопросы:

1. Отработка тактических действий теннисистов в одиночных и парных соревнованиях
2. Отработка индивидуальных тактических действий теннисиста в нападении и защите.
3. Отработка тактических действий в защите и нападении в парной игре

**Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису - 66 часов.**

Содержание: Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису. Судейство учебных соревнований. Организация и проведение соревнований. Система проведения соревнований: круговая, с выбыванием, смешанная. Командные матчи. Обязанности и права судей. Судейская бригада. Руководство ходом проведения встречи.

Практическое занятие – 26 часов.

Вопросы:

1. Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису.
2. Судейство учебных соревнований.
3. Организация и проведение соревнований

4.2.2. Содержание дисциплины (модуля) по заочной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)				59	Самостоятельное изучение в ЭИОС	
Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)				59	Самостоятельное изучение в ЭИОС	

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 3. Техника настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		2		59	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 4. Тактика настольного тенниса	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		2		59	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		4		58	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Обобщающее занятие			2				
ВСЕГО ЧАСОВ: 328			10		294		24

### **Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания - 59 часов.**

Содержание: История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта. Краткие сведения о развитии настольного тенниса в России и за рубежом.

## **Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису - 59 часов.**

Содержание: Оборудование и инвентарь: игровые условия, сетка, мяч, ракетка. Основные термины. Проведение встречи, партии. Порядок игры. Выбор подачи, приема и сторон. Требования к правильной подаче, правильному возврату. Присуждение выигрышного очка. Переигровка. Остановка игры. Перерывы. Права и обязанности участника соревнований. Техника безопасности.

## **Тема 3. Техника настольного тенниса – 61 час.**

Содержание: Классификация техники настольного тенниса. Стойка, хват ракетки, передвижения, подачи, атакующие удары.

Практическое занятие – 2 часа.

Вопросы:

1. Классификация техники настольного тенниса
2. Отработка стойки в настольном теннисе
3. Отработка хвата ракетки в настольном теннисе
4. Отработка передвижения в настольном теннисе
5. Отработка подачи в настольном теннисе
6. Отработка атакующих ударов в настольном теннисе

## **Тема 4. Тактика настольного тенниса – 61 час.**

Содержание: Классификация тактики настольного тенниса. Тактические действия теннисистов в одиночных и парных соревнованиях. Индивидуальные тактические действия теннисиста в нападении и защите. Тактические действия в защите и нападении в парной игре.

Практическое занятие – 2 часа.

Вопросы:

1. Отработка тактических действий теннисистов в одиночных и парных соревнованиях
2. Отработка индивидуальных тактических действий теннисиста в нападении и защите.
3. Отработка тактических действий в защите и нападении в парной игре

## **Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису – 62 часа.**

Содержание: Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису. Судейство учебных соревнований. Организация и проведение соревнований. Система проведения соревнований: круговая, с выбыванием, смешанная. Командные матчи. Обязанности и права судей. Судейская бригада. Руководство ходом проведения встречи.

Практическое занятие – 4 часа.

Вопросы:

1. Участие в учебных соревнованиях по настольному теннису.
2. Судейство учебных соревнований.
3. Организация и проведение соревнований

### **5. Оценочные материалы дисциплины (модуля)**

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю).

### **6. Методические материалы для освоения дисциплины (модуля)**

Методические материалы для освоения дисциплины (модуля) представлены в виде учебно-методического комплекса дисциплины (модуля).

### **7. Перечень учебных изданий, необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

№ п/п	Библиографическое описание учебного издания	Используется при изучении разделов (тем)	Режим доступа
1	Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование).	1-5	<a href="https://urait.ru/bcode/492462">https://urait.ru/bcode/492462</a>
2	Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Высшее образование).	1-5	<a href="https://urait.ru/bcode/494126">https://urait.ru/bcode/494126</a>
3	Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование).	1-5	<a href="https://urait.ru/bcode/492669">https://urait.ru/bcode/492669</a>
4	Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и	1-5	<a href="https://urait.ru/bcode/492988">https://urait.ru/bcode/492988</a>

	практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование).		
5	Вестник спортивной науки	1-5	<a href="http://www.iprbookshop.ru/63664.html">http://www.iprbookshop.ru/63664.html</a>
6	Сборник официальных документов и материалов Министерства спорта Российской Федерации	1-5	<a href="http://www.iprbookshop.ru/63781.html">http://www.iprbookshop.ru/63781.html</a>

## **8. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

### 8.1. Электронные образовательные ресурсы:

№ п/п	Наименование	Гиперссылка
1.	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации:	<a href="https://minobrnauki.gov.ru">https://minobrnauki.gov.ru</a>
2.	Министерство просвещения Российской Федерации:	<a href="https://edu.gov.ru">https://edu.gov.ru</a>
3.	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки:	<a href="http://obrnadzor.gov.ru/ru/">http://obrnadzor.gov.ru/ru/</a>
4.	Федеральный портал «Российское образование»:	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
5.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов:	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a>
6.	Электронно-библиотечная система «IPRbooks»:	<a href="http://www.IPRbooks.ru/">http://www.IPRbooks.ru/</a>
7.	Электронная библиотечная система Юрайт:	<a href="https://biblio-online.ru/">https://biblio-online.ru/</a>
8.	База данных электронных журналов:	<a href="http://www.iprbookshop.ru/6951.html">http://www.iprbookshop.ru/6951.html</a>

### 8.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

№ п/п	Наименование	Гиперссылка
1	Министерство спорта Российской Федерации	<a href="http://government.ru/department/60/events/">http://government.ru/department/60/events/</a>
2	Министерство здравоохранения Российской Федерации	<a href="https://www.rosminzdrav.ru/">https://www.rosminzdrav.ru/</a>
3	Статистика Федеральной службы государственной статистики	<a href="https://rosstat.gov.ru/statistic">https://rosstat.gov.ru/statistic</a>

### 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
1	Компьютерный холл (2 этаж № 187)	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся: 30 персональных компьютеров с доступом к сети Интернет, компьютерные столы, стулья	Договор безвозмездного пользования от 31.08.2018 № 18. Срок действия договора: с 01.09.2018 по 31.08.2025  Дополнительное соглашение от 30.01.2019 к договору от 31.08.2018 № 18. Срок действия дополнительного соглашения: с 30.01.2019 по 31.08.2025
2	Спортивный зал (1 этаж № 137)	Спортивный зал; Учебная аудитория для проведения учебных занятий: мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи футбольные; секундомер; скакалки; обручи; сетка для волейбола и бадминтона; скамейка гимнастическая; мячи гимнастические; мячи для настольного тенниса; гантели; бадминтон; воланы для бадминтона; скамьи для пресса; коврики туристические; сетка для настольного тенниса; стол для настольного тенниса; велотренажер; маты гимнастические; шахматы	Договор безвозмездного пользования от 31.08.2018 № 18. Срок действия договора: с 01.09.2018 по 31.08.2025  Дополнительное соглашение от 30.01.2019 к договору от 31.08.2018 № 18. Срок действия дополнительного соглашения: с 30.01.2019 по 31.08.2025

**Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины (модуля)**

№ п/п	Дата внесения изменений	Номера измененных листов	Документ, на основании которого внесены изменения	Содержание изменений	Подпись разработчика рабочей программы
1	30.08.2022	11-12	<p>Договор № 7764/21 от 25.03.2021 на оказании услуг по предоставлению доступа к ЭБС. Лицензионный договор № 5343 от 23.06.2022 Лицензионное соглашение № 7783/21 от 25.03.2021 на использование адаптированных технологий ЭБС (для лиц с ограниченными возможностями зрения)</p>	Актуализация литературы	
2	30.08.2022	12-13	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.4</p>	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
3	30.08.2022	13	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.2</p>	Обновление комплекта лицензионного программного обеспечения	

4	30.08.2023	11-12	<p>Договор № 7764/21 от 25.03.2021 на оказании услуг по предоставлению доступа к ЭБС. Лицензионный договор № 5343 от 23.06.2022</p> <p>Лицензионное соглашение № 7783/21 от 25.03.2021 на использование адаптированных технологий ЭБС (для лиц с ограниченными возможностями зрения)</p>	Актуализация литературы	
5	30.08.2023	12-13	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453</p> <p>Пункт 4.3.4</p>	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6	30.08.2023	13	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453</p> <p>Пункт 4.3.2</p>	Обновление комплекта лицензионного программного обеспечения	