



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ МЕЖДУНАРОДНЫХ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СВЯЗЕЙ»**  
INSTITUTE OF INTERNATIONAL ECONOMIC RELATIONS

Принята на заседании  
Учёного совета ИМЭС  
(протокол от 27 марта 2025 г. № 8)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Ректор ИМЭС Ю.И. Богомолова  
27 марта 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И**  
**СПОРТУ: НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС**

по направлению подготовки  
40.03.01 Юриспруденция

Направленность (профиль) «Юриспруденция»

*Приложение 4  
к основной профессиональной образовательной программе  
по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция,  
направленность (профиль) «Юриспруденция»*

Рабочая программа дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Настольный теннис» входит в состав основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, направленность (профиль) «Юриспруденция» и предназначена для обучающихся очной формы обучения.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи дисциплины .....	4
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования.....	4
3. Объем дисциплины в академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	4
4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы.....	5
5. Содержание дисциплины .....	6
6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	7
7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине .....	7
8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к промежуточной аттестации .....	9
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	12
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	12
11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины .....	12
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине .....	15

## 1. Цель и задачи дисциплины

**Цель дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Настольный теннис»** – формирование физической культуры личности и способности направленного на использования разнообразных средств физической культуры, спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

### **Задачи изучения дисциплины:**

– сформировать понимание социальной значимости физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;

– изучить научно-биологические, педагогические и практические основы физической культуры и здорового образа жизни;

– сформировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, установку на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и привычку к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;

– овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;

– приобрести личный опыт повышения двигательных и функциональных возможностей организма, обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность к будущей профессии и быту;

– создать основу для творческого и методически обоснованного использования физкультурно-спортивной деятельности в целях последующих жизненных и профессиональных достижений.

## 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования.

Элективная дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: Настольный теннис» входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, направленность (профиль) «Юриспруденция».

### 2. Объем дисциплины в академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Всего академических часов – 328 часов.

Вид учебной работы	Всего часов
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>112</b>
В том числе:	
Занятия лекционного типа	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)	112
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>216</b>
Форма контроля	Зачет (1,2,3,4 семестры)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>328</b>

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы**

Код и наименование компетенции(ий) выпускника	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p><b>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) УК -7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>ИУК 7.1 Рассматривает нормы здорового образа жизни как основу полноценной социальной и профессиональной деятельности. ИУК 7.2 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и здорового образа жизни.</p>	<p><b>Знать:</b> практические основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни; основные двигательные тесты для определения уровня физической и функциональной подготовленности, правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности <b>Уметь:</b> определять методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, для повышения своих функциональных и двигательных возможностей; составлять и выполнять комплексы упражнений для развития необходимых навыков и качеств для игры в настольный теннис; осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью. <b>Владеть:</b> техническими и тактическими навыками игры в настольный теннис.</p>

## 5. Содержание дисциплины

Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Тема 1. Развитие физических качеств, необходимых для игры в настольный теннис	Развитие физических качеств: выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости. Формирование психофизических качеств и свойств личности, необходимых будущему специалисту. Специально разработанные движения для рук, ног, туловища, шеи и других частей тела, которые выполняются с разным мышечным напряжением, разной скоростью, амплитудой, в разном ритме и темпе. Здоровый образ жизни, как основы физической подготовки.
Тема 2. Техническая подготовка	Правильно держать ракетку, взаимодействие ракетки и мяча при ударе, разнообразное вращение мяча, умение смотреть на мяч, движение игрока, удары по мячу, подача, координация и рациональность техники движений, подача и прием подачи. Упражнения на быстроту и ловкость. Стойки игрока. Хват ракетки. Упражнения с ракеткой и шариком. Техника подачи. Атакующие удары по диагонали. Игра в защите.
Тема 3. Тактические элементы игры в настольный теннис	Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе. Выполнение подач разными ударами. Игра в разных направлениях. Игра с коротких и длинных мячей. Отработка ударов накатом. Отработка ударов срезкой. Поочередные удары левой и правой стороной ракетки.
Тема 4. Учебная игра	Парные и одиночные игры. Игра защитника против атакующего, игра атакующего против защитника.

**6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Контактная работа, час.	Самостоятельная работа, час.	Всего, час.
		Практические занятия		
<b>1 семестр</b>				
1.	Развитие физических качеств, необходимых для игры в настольный теннис.	14	27	41
2.	Техническая подготовка	14	27	41
	<b>Итого за 1 семестр</b>	<b>28</b>	<b>54</b>	<b>82</b>
<b>2 семестр</b>				
3.	Тактические элементы игры в настольный теннис.	14	27	41
4.	Учебная игра	14	27	41
	<b>Итого за 2 семестр</b>	<b>28</b>	<b>54</b>	<b>82</b>
<b>3 семестр</b>				
5.	Развитие физических качеств, необходимых для игры в настольный теннис.	14	27	41
6.	Техническая подготовка	14	27	41
	<b>Итого за 3 семестр</b>	<b>28</b>	<b>54</b>	<b>82</b>
<b>4 семестр</b>				
7.	Тактические элементы игры в настольный теннис.	14	27	41
8.	Учебная игра	14	27	41
	<b>Итого за 4 семестр</b>	<b>28</b>	<b>54</b>	<b>82</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>112</b>	<b>216</b>	<b>328</b>

**7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Самостоятельная работа является одним из основных видов учебной деятельности, составной частью учебного процесса и имеет своей целью: глубокое усвоение материала дисциплины, совершенствование и закрепление навыков самостоятельной работы с литературой, рекомендованной преподавателем, умение найти нужный материал и самостоятельно его использовать, воспитание высокой творческой активности, инициативы, привычки к постоянному совершенствованию своих знаний, к целеустремленному научному поиску.

Контроль самостоятельной работы, является важной составляющей текущего контроля успеваемости, осуществляется преподавателем во время занятий лекционного и практического типов и обеспечивает оценивание хода освоения изучаемой дисциплины.

## Вопросы для самостоятельного изучения

1. Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.
2. Рекреационные формы занятий настольным теннисом.
3. Функции настольного тенниса: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.
4. История возникновения и развития настольного тенниса.
5. Актуальные проблемы развития настольного тенниса.
6. Особенности организации занятий настольным теннисом с различными группами населения.
7. Размеры площадки, стола, вес и размеры мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки.
8. Судейская терминология в настольном теннисе.
9. Права и обязанности участников соревнований.
10. Методика организации соревнований по настольному теннису.
11. Основные термины настольного тенниса.
12. Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий настольным теннисом.
13. Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.
14. Правила техники безопасности при проведении занятий настольным теннисом.
15. Методика обучения технике игры в настольный теннис.

## Примерные темы рефератов по дисциплине

1. Классификация технических (тактических) приемов игры в настольный теннис.
2. Классификация тактических приемов игры в настольный теннис.
3. Техника (тактика) настольного тенниса: понятие, характеристика и факторы, ее определяющие.
4. Тактика настольного тенниса: понятие, характеристика и факторы, ее определяющие.
5. Хватка ракетки в настольном теннисе: понятие, виды, техника, методика обучения. Типичные ошибки, способы их предупреждения и исправления.
6. Игровые стойки в настольном теннисе: понятие, виды, техника, методика обучения. Типичные ошибки, способы их предупреждения и исправления.
7. Передвижения игроков в настольном теннисе: понятие, виды, техника, методика обучения. Типичные ошибки, способы их предупреждения и исправления.
8. Подачи в настольном теннисе: понятие, виды, техника, методика обучения. Типичные ошибки, способы их предупреждения и исправления.
9. Удары в настольном теннисе: понятие, виды, техника, методика обучения. Типичные ошибки, способы их предупреждения и исправления.

## Распределение самостоятельной работы

Виды, формы и объемы самостоятельной работы студентов при изучении данной дисциплины определяются ее содержанием и отражены в следующей таблице:

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Вид самостоятельной работы	Объем самостоятельной работы
1.	Развитие физических качеств, необходимых для	Подготовка к практическим занятиям, работа с литературой,	54

	игры в настольный теннис.	выполнение заданий, написание рефератов	
2.	Техническая подготовка.	Подготовка к практическим занятиям, работа с литературой, выполнение заданий, написание рефератов	54
3.	Тактические элементы игры в настольный теннис.	Подготовка к практическим занятиям, работа с литературой, выполнение заданий, написание рефератов	54
4.	Учебная игра.	Подготовка к практическим занятиям, работа с литературой, выполнение заданий	54
<b>ИТОГО</b>			<b>216</b>

## 8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к промежуточной аттестации

### 8.1. Перечень вопросов для подготовки к зачету

#### 1 семестр

1. История становления и развития игры в настольный теннис
2. Характеристика игры в настольный теннис, тенденции и факторы, определяющие ее развитие
3. Представление об основах игры в настольный теннис
4. Основные технические элементы игры в настольный теннис.
5. Основные технические элементы в защите.
6. Основные технические элементы в нападении.
7. Основные технические элементы атаки.
8. Средства обучения игре в настольный теннис.
9. Методы обучения игре в настольный теннис.
10. Инвентарь и оборудование для занятий настольным теннисом.
11. Комплексы физических упражнений для овладения основными техническими движениями в настольном теннисе.
12. Последовательность обучения технических движений в настольном теннисе.
13. Рекомендации, которым стоит прислушиваться при переходе к освоению техники ударов у теннисного стола

#### 2 семестр

14. Методика организации и проведения соревнований по настольному теннису.
15. Физические нагрузки по характеру мышечной работы при игре в настольный теннис.
16. Случаи, в которых игра может закончиться ничьей.
17. Скорость движения руки с ракеткой у теннисиста.
18. Виды передвижений игрока у теннисного стола.
19. Основные размеры ракетки для настольного тенниса и игрового мяча.

### 3 семестр

20. Назовите основные удары по мячу, применяемые в игре настольный теннис.
21. Способа хвата ракетки.
22. Виды стойки для ударов.
23. Способы передвижения игрока за столом.
24. Виды подач и их отличия.
25. Назовите виды ударов по мячу и дайте краткую характеристику.
26. Особенности технических приемов в настольном теннисе.

### 4 семестр

#### *Комплекс имитационных упражнений для игроков нападающего стиля*

1. Накат справа из двух точек стола: правого угла и середины.
2. Накат справа из трех точек стола: правого угла, середины и левого угла.
3. Накат слева из двух точек стола: правого угла и из середины.
4. Накат слева из трех точек стола: левого угла, середины и правого угла.
5. Из правого угла стола - срезка, из середины стола – накатили топ-спин справа.
6. Из левого угла стола - срезка, из правого угла - накат или топ - спин справа.
7. Из правого угла стола - срезка, из левого угла - накат или топ - спин.
8. Из правого и левого углов стола поочередные накаты или топ-спины справа и слева. Можно выполнять слева накат, справа - топ-спин или слева - топ-спин, справа - завершающий удар.
9. Поочередные накаты или топ-спины справа и слева из середины стола.
10. Поочередные накаты или топ-спины справа и слева из левого угла стола.
11. Имитация любимой подачи с коронным завершающим ударом справа или слева.
12. Имитация любимой подачи с последующим выполнением наката или топспина слева из левой половины стола и завершающий удар из правого угла стола.

#### *Комплекс имитационных упражнений для игроков защитного стиля.*

1. Срезка справа из двух точек стола: правого угла и середины.
2. Срезка справа из правого угла и середины и срезка слева из левого угла.
3. Поочередное выполнение срезки справа и слева из середины стола.
4. Срезка слева из двух точек стола: левого угла и середины.
5. Срезка справа из середины стола, подрезка справа из правого угла на дальней или средней дистанции.
6. Поочередная срезка справа и слева из правого и левого углов стола.
7. Срезка слева из середины стола, подрезка слева из левого угла стола на дальней дистанции.
8. Срезка слева из левого угла стола, подрезка справа из правого угла стола на дальней или средней дистанции.
9. Срезка слева из левого угла стола, топ-спин или завершающий удар справа из правого угла стола.
10. Срезка справа из правого угла стола, топ-спин или завершающий удар слева из левого угла стола.
11. Срезка справа из правого угла стола, подрезка слева из левого угла на дальней дистанции, срезка слева из левого угла, подрезка справа из правого угла стола на дальней дистанции.
12. Имитация любимой подачи с коронным завершающим ударом справа или слева. Освоив эти азы, можно переходить к упражнениям за теннисным столом.

## 8.2. Типовые задания для оценки знаний.

1. Здоровый образ жизни – это ...
  1. занятия физической культурой;
  2. перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья;
  3. индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья;
  4. лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий.
  
2. Режим дня – это ...
  1. порядок выполнения повседневных дел;
  2. строгое соблюдение определенных правил;
  3. перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения;
  4. установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых.
  
3. Двигательная активность – это ...
  1. любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие;
  2. выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности;
  3. занятие физической культурой и спортом;
  4. количество движений, необходимых для работы организма.

## 8.3. Типовые задания оценки умений

1. Разработать и выполнить комплекс физических упражнений для разминки перед игрой в настольный теннис.
2. Подберите и используйте варианты подвижных игр для самостоятельной оздоровительной тренировки.
3. Составьте комплекс упражнений утренней гигиенической гимнастики (8-10 упр.).

## 8.4. Типовые задания для оценки навыков

Покажите свои тактические и физические навыки в следующих играх в настольный теннис:

### 1. «Классика»

Участники: 2 игрока

Ход игры: действуют основные правила игры в настольный теннис, описанные выше

Количество очков: 11 очков

### 2. «2x2» - «Пара на пару»

Участники: 4 игрока

Ход игры: участники играют в команде два человека против двух. Игроки могут отбивать мяч в любой последовательности. Цель: проиграть оппонентов. Количество очков: по договоренности игроков.

### 3. «2x2» - «Свояк»:

Участники: 4 игрока

Ход игры: участники играют строго по своей полосе.

1 игрок подает мяч 2 игроку (они стоят друг напротив друга), 2 - подает 3 игроку (подача мяча по диагонали), 3 - подает 4 игроку (они стоят друг напротив друга), 4 - подает 1 игроку (подача мяча по диагонали) и т.д.

Количество очков: по договоренности игроков.

## **9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **9.1. Основная литература**

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебник для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566666>

2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебник для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18609-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565604>

### **9.2. Дополнительная литература**

1. Физическая культура и спорт в вузе: учебное пособие / А. В. Завьялов, М. Н. Абраменко, И. В. Щербаков, И. Г. Евсеева. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. – 106 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572425>

## **10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).**

1. <https://urait.ru> - ЭБС «Образовательная платформа Юрайт»
2. <http://biblioclub.ru> - ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
3. <http://ttfr.ru/rus/> - Федерация настольного тенниса России.
4. <https://student2.consultant.ru/> – онлайн-версия КонсультантПлюс: Студент

### **Лицензионное программное обеспечение:**

- Windows (зарубежное, возмездное);
- MS Office (зарубежное, возмездное);
- Adobe Acrobat Reader (зарубежное, свободно распространяемое);
- КонсультантПлюс: «КонсультантПлюс: Студент» (российское, свободно распространяемое);
- 7-zip – архиватор (зарубежное, свободно распространяемое);
- Comodo Internet Security (зарубежное, свободно распространяемое).

## **11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий. Язык обучения (преподавания) – русский.

При формировании своей индивидуальной образовательной траектории обучающийся имеет право на перезачет соответствующих дисциплин и профессиональных

модулей, освоенных в процессе предшествующего обучения, который освобождает обучающегося от необходимости их повторного освоения.

### **Образовательные технологии**

Учебный процесс при преподавании дисциплины основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены занятиями семинарского и лекционного типа. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

### **Занятия семинарского типа**

Семинарские (практические занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование студентов по соответствующим темам курса.

Активность на практических занятиях оценивается по следующим критериям:

- ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем;
- участие в дискуссиях;
- выполнение проектных и иных заданий;
- ассистирование преподавателю в проведении занятий.

Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений.

Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

### **Самостоятельная работа обучающихся**

Самостоятельная работа студентов – это процесс активного, целенаправленного приобретения студентом новых знаний, умений без непосредственного участия преподавателя, характеризующийся предметной направленностью, эффективным контролем и оценкой результатов деятельности обучающегося.

Цели самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную и справочную документацию, специальную литературу;
- развитие познавательных способностей, активности студентов, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, творческой инициативы, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений и академических навыков.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, уровня сложности, конкретной тематики.

Технология организации самостоятельной работы студентов включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Перед выполнением обучающимися самостоятельной работы преподаватель может проводить инструктаж по выполнению задания. В инструктаж включается:

- цель и содержание задания;
- сроки выполнения;

- ориентировочный объем работы;
- основные требования к результатам работы и критерии оценки;
- возможные типичные ошибки при выполнении.

Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Студенты должны подходить к самостоятельной работе как к наиважнейшему средству закрепления и развития теоретических знаний, выработке единства взглядов на отдельные вопросы курса, приобретения определенных навыков и использования профессиональной литературы.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны:

- просматривать основные определения и факты;
- повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;
- изучить рекомендованную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;
- самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;
- использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;
- выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

### **Рекомендации по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования инвалидами и лицами с ОВЗ.

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. № АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Медиа материалы также следует использовать и адаптировать с учетом индивидуальных особенностей обучения инвалидов и лиц с ОВЗ.

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам инвалидов и лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для инвалидов и лиц с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью и лицам с ОВЗ увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

**Учебная аудитория** «Зал для настольного тенниса», предназначенная для проведения учебных занятий, предусмотренных настоящей рабочей программой дисциплины, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения, в состав которых входят: столы для настольного тенниса, ракетки для настольного тенниса, шары для настольного тенниса, банкетки, шкаф для сумок, кулер для воды, рабочее место преподавателя компьютер с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

**Помещение для самостоятельной работы обучающихся** – аудитория, оснащенная следующим оборудованием и техническими средствами: специализированная мебель для преподавателя и обучающихся, доска учебная, мультимедийный проектор, экран, звуковые колонки, компьютер (ноутбук), персональные компьютеры для работы обучающихся с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.