



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))

38.03.01 Экономика

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль)

Финансы и кредит

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника

Бакалавр

(наименование квалификации)

Форма обучения

Очная, очно-заочная, заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Рекомендована к использованию Филиалами АНОО ВО «ВЭПИ»

Воронеж 2022

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО, утвержденного приказом Минобрнауки России от 12.08.2020 № 954, учебным планом по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, направленность (профиль) «Финансы и кредит».

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии.

Протокол заседания от « 15 » \_\_\_\_\_ декабря \_\_\_\_\_ 20 22 г. № \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_

Заведующий кафедрой



А.Ю. Жильников

Разработчики:



Доцент

В.С. Шелестов

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Настольный теннис» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных методов и средств физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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

Дисциплина «Настольный теннис» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)».

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

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

| Код и наименование компетенции                                                                                                                 | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                                 | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | ИУК-7.1.<br>Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности регулярным занятием физической культурой.                | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы физического воспитания и интереса к настольному теннису;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выстраивать график регулярных занятий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком развития координации при осуществлении физических нагрузок.</li> </ul> |
|                                                                                                                                                | ИУК-7.2.<br>Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации социальной и профессиональной деятельности. | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о необходимости ведения здорового образа жизни;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать правильные тактики в игре в настольный теннис;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологией выбора здоровьесберегающих упражнений.</li> </ul>                 |

#### 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):              |                                | 104         | 17      | 17    | 17    | 18    | 17    | 18    |
| В том числе:                            |                                | -           | -       | -     | -     | -     | -     | -     |
| Лекции (Л)                              |                                | -           | -       | -     | -     | -     | -     | -     |
| Практические занятия (Пр)               |                                | 104         | 17      | 17    | 17    | 18    | 17    | 18    |
| Лабораторная работа (Лаб)               |                                | -           | -       | -     | -     | -     | -     | -     |
| Самостоятельная работа обучающихся (СР) |                                | 224         | 37      | 37    | 37    | 36    | 37    | 40    |
| Промежуточная аттестация                | Форма промежуточной аттестации | 3           | 3       | 3     | 3     | 3     | 3     | 3     |
|                                         | Количество часов               | -           | -       | -     | -     | -     | -     | -     |
| Общая трудоемкость дисциплины (модуля)  | Часы                           | 328         | 54      | 54    | 54    | 54    | 54    | 58    |
|                                         | Зачетные единицы               | -           | -       | -     | -     | -     | -     | -     |

##### 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)                                | -                                                                           | 10 | -   | 40              | Работа с литературой, подготовка к устному опросу, подготовка докладов | устный опрос, доклад, тестирование |

| 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 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису   | УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)                                | -                                                                           | 30  |     | 58              | Работа с литературой, подготовка к устному опросу, подготовка докладов, тестированию | устный опрос, доклад, тестирование |
| Тема 3. Техника настольного тенниса                                 | УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)                                | -                                                                           | 32  | -   | 64              | Работа с литературой, подготовка к устному опросу, подготовка докладов, тестированию | устный опрос, доклад, тестирование |
| Тема 4. Тактика настольного тенниса                                 | УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)                                | -                                                                           | 20  | -   | 32              | Работа с литературой, подготовка к устному опросу, подготовка докладов, тестированию | устный опрос, доклад, тестирование |
| Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису | УК-7 (ИУК-7.1, ИУК-7.2)                                | -                                                                           | 10  | -   | 30              | Работа с литературой, подготовка к устному опросу, подготовка докладов, тестированию | устный опрос, доклад, тестирование |
| Обобщающее занятие                                                  |                                                        |                                                                             | 2   |     |                 |                                                                                      | зачет                              |
| ВСЕГО ЧАСОВ:                                                        |                                                        | -                                                                           | 104 | -   | 224             |                                                                                      |                                    |

Тема 1. Характеристика настольного тенниса как вида спорта и средства физического воспитания – 50 ч.

Содержание: История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса. Содержание игры и характеристика ее как средства физического воспитания и вида спорта.

Практические занятия – 10 ч.

Вопросы:

1. Краткие сведения о развитии настольного тенниса в России и за рубежом.

Тема 2. Правила и организация соревнований по настольному теннису – 88 ч.

Содержание: Оборудование 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. Организация и проведение соревнований. Система проведения соревнований: круговая, с выбыванием, смешанная. Командные матчи. Обязанности и права судей. Судейская бригада.

Практические занятия – 30 ч.

Вопросы:

1. Руководство ходом проведения встречи.
2. Системы проведения соревнований.

Тема 3. Техника настольного тенниса – 96 ч.

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

Практические занятия – 32 ч.

Вопросы:

1. Техника безопасности игры.
2. Основные техники игры.

Тема 4. Тактика настольного тенниса – 52 ч.

Содержание: Классификация тактики настольного тенниса. Тактические действия теннисистов в одиночных и парных соревнованиях.

Практические занятия – 20 ч.

Вопросы:

1. Тактические действия в защите и нападении в парной игре.
2. Индивидуальные тактические действия теннисиста в нападении и защите.

Тема 5. Организация и судейство соревнований по настольному теннису – 40 ч.

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

Практические занятия – 10 ч.

Вопросы:

1. Правила участия в соревновании.
2. Судейские критерии.

### **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.    | Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебник для вузов / 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.                                                      | 1-5                                      | <a href="https://urait.ru/bcode/565604">https://urait.ru/bcode/565604</a> |
| 2.    | Олимпийское образование в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебник для вузов / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11112-5. | 1-5                                      | <a href="https://urait.ru/bcode/565931">https://urait.ru/bcode/565931</a> |
| 3.    | Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебник для вузов / под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд.,                                                                                                                                                                      | 1-5                                      | <a href="https://urait.ru/bcode/565604">https://urait.ru/bcode/565604</a> |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |                                                                                                     |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18609-3.                                                                                                                                                       |     |                                                                                                     |
| 4. | Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебник для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6.           | 1-5 | <a href="https://urait.ru/bcode/562132">https://urait.ru/bcode/562132</a>                           |
| 5. | Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6.                            | 1-5 | <a href="https://urait.ru/bcode/559832">https://urait.ru/bcode/559832</a>                           |
| 6. | Малявкин, Д. В. Настольный консультант руководителя : практическое руководство / Д. В. Малявкин. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2024. - 342 с. - ISBN 978-5-394-05619-2.                                                                   | 1-5 | <a href="https://znanium.ru/catalog/product/2161325">https://znanium.ru/catalog/product/2161325</a> |
| 7. | Общая физическая подготовка в рамках самостоятельных занятий студентов : учебник для вузов / М. С. Эммерт, О. О. Фадина, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 129 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17127-3. | 1-5 | <a href="https://urait.ru/bcode/566357">https://urait.ru/bcode/566357</a>                           |
| 8. | Теория и методика избранного вида спорта: водные виды спорта : учебник для вузов / под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е                                                                                                                                              | 1-5 | <a href="https://urait.ru/bcode/564747">https://urait.ru/bcode/564747</a>                           |



|  |                                                                                                      |  |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 319 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19403-6. |  |  |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## **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.    | Министерства 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.    | Электронно-библиотечная система ZNANIUM:                       | <a href="https://znanium.ru/">https://znanium.ru/</a>                 |
| 6.    | Электронная библиотечная система Юрайт:                        | <a href="https://biblio-online.ru/">https://biblio-online.ru/</a>     |

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

| № п/п | Наименование                                           | Гиперссылка (при наличии)                                               |
|-------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Министерство спорта Российской Федерации               | <a href="https://www.minsport.gov.ru/">https://www.minsport.gov.ru/</a> |
| 2     | Министерство здравоохранения Российской Федерации      | <a href="https://www.rosminzdrav.ru/">https://www.rosminzdrav.ru/</a>   |
| 3     | Универсальная научно-популярная энциклопедия Кругосвет | <a href="https://www.krugosvet.ru">https://www.krugosvet.ru</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 |
|-------|------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|-------|------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| №<br>п/п | Наименование<br>помещения                            | Перечень<br>оборудования и<br>технических<br>средств обучения                                                 | Состав комплекта лицензионного и свободно<br>распространяемого программного обеспечения,<br>в том числе отечественного производства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | 304 Учебная аудитория для проведения учебных занятий | Доска классная, проектор, проекционный экран, персональный компьютер, баннеры                                 | 1. 1С:Предприятие 8 - Сублицензионный договор от 02.07.2020 № ЮС-2020-00731;<br>2. Справочно-правовая система "КонсультантПлюс" - Договор № 96-2023 / RDD от 17.05.23<br>3. Справочно-правовая система "Гарант" - Договор № СК 60301 /01/24 от 30.11.23;<br>4. Microsoft Office - Сублицензионный договор от 12.01.2017 № Вж_ПО_123015- 2017. Лицензия OfficeStd 2016 RUS OLP NL Acdmc;<br>5. Антивирус Dr.Web Desktop Security Suite - Лицензионный договор № 080-S00258L о предоставлении прав на использование программ для ЭВМ от 18 июля 2025г.;<br>6. LibreOffice - Свободно распространяемое программное обеспечение;<br>7. 7-Zip - Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства.<br>8. Электронно-библиотечная система «Юрайт»: Лицензионный договор № 7297 от 04.07.2025 (подписка 01.09.2025-31.08.2028)<br>9. Электронно-библиотечная система «Знаниум»: Лицензионный договор № 697эбс от 17.07.2024 (Основная коллекция ЭБС) (подписка 01.09.2024-31.08.2027). |
| 2        | 307 Учебная аудитория для проведения учебных занятий | Шкаф для документов, коврики для фитнеса, баннеры, наглядные модели, портреты ученых                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3        | 320 Учебная аудитория для проведения учебных занятий | Рабочее место преподавателя (стол, стул); мебель ученическая; доска для письма мелом; трибуна для выступлений |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### 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     | 01.09.2023              | 7-11                     | <p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика: приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12.08.2020 № 954 Пункт 4.3.4.</p> <p>ООО "Электронное издательство ЮРАЙТ" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе №5343 от 23.06.2022.</p> <p>ООО "Вузовское образование" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС №7764/21 от 25.03.2021.</p> | <p>Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения.</p> <p>Актуализация литературы</p> |    |
| 2     | 30.08.2024              | 7-10                     | <p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика: приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12.08.2020 № 954 Пункт 4.3.4.</p> <p>ООО "Электронное издательство ЮРАЙТ" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе №5343 от 23.06.2022.</p> <p>ООО "ЗНАНИУМ" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС №697 от 17.07.2024.</p>                   | <p>Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения.</p> <p>Актуализация литературы</p> |  |

|   |            |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                    |                                                                                     |
|---|------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | 01.09.2025 | 7-10 | <p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика: приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 12.08.2020 № 954<br/>Пункт 4.3.4.</p> <p>ООО "Электронное издательство ЮРАЙТ" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к образовательной платформе № 7297 от 04.07.2025.</p> <p>ООО "ЗНАНИУМ" - АНОО ВО "ВЭПИ". Договор на оказание услуг по предоставлению доступа к ЭБС №697эбс от 17.07.2024.</p> | <p>Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем, комплекта лицензионного программного обеспечения.</p> <p>Актуализация литературы</p> |  |
|---|------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|