

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования Московской области  
«Университет «Дубна»  
(государственный университет «Дубна»)

Филиал «Протвино»  
Кафедра «Общеобразовательные дисциплины»



УТВЕРЖДАЮ

Директор

*[Handwritten signature]*

/Евсиков А.А./

Фамилия И.О.

подпись

« 27 » 06

2020 г.

**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**Настольный теннис**

*наименование дисциплины (модуля)*

Направление подготовки (специальность)

15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств

*код и наименование направления подготовки (специальности)*

Уровень высшего образования

**бакалавриат**

*бакалавриат, магистратура, специалитет*

Направленность (профиль) программы (специализация)

«Автоматизация технологических процессов и производств»

Форма обучения

**очная**

*очная, очно-заочная, заочная*

Протвино, 2020

Преподаватель (преподаватели):  
Ардашева М.Е., доцент, к.п.н., кафедра общеобразовательных дисциплин  
*Фамилия И.О., должность, ученая степень, ученое звание, кафедра; подпись*



Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению  
подготовки (специальности) высшего образования  
15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств  
*(код и наименование направления подготовки (специальности))*

Программа рассмотрена на заседании кафедры общеобразовательных дисциплин  
*(название кафедры)*

Протокол заседания № 3 от « 24 » июня 2020 г.

Заведующий кафедрой  Сытин А.Н.  
*(Фамилия И.О., подпись)*

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой АТПяП  /Маков П.В. /  
*(подпись) (фамилия, имя, отчество)*

Эксперт \_\_\_\_\_  
*(Ф.И.О., ученая степень, ученое звание, место работы, должность)*

## Оглавление

1 Цели и задачи освоения дисциплины (модуля) .....	4
2 Объекты профессиональной деятельности при изучении дисциплины (модуля) .....	4
3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП .....	4
4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников).....	5
5 Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся .....	6
6 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и виды учебных занятий .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
7 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) и методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю) .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
8 Применяемые образовательные технологии для различных видов учебных занятий и для контроля освоения обучающимися запланированных результатов обучения.....	12
9 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).....	12
10 Ресурсное обеспечение .....	20
11 Язык преподавания .....	22

### **1 Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Целью курса «Настольный теннис» является развитие физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

В ходе достижения цели решаются следующие задачи: изучаются основы физической культуры и здорового образа жизни человека; формируются знания об истории развития физической культуры и спорта; развивается уровень функциональных и двигательных способностей, происходит процесс укрепления здоровья и закаливание организма студента, воспитываются его волевые качества, формируется потребность студентов в физическом совершенствовании и поддержании здоровья.

### **2 Объекты профессиональной деятельности при изучении дисциплины (модуля)**

–

### **3 Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП**

Дисциплина «Настольный теннис» входит в состав дисциплин базовой части блока дисциплин ОПОП ВО. Выполняется в I-VI семестрах I-III курса.

Данная дисциплина базируется на знаниях, полученных при обучении в средних общеобразовательных учебных заведениях (курс «Физическая культура»). Результатом физкультурно-спортивной деятельности являются физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений и навыков, высокий уровень развития жизненных сил, спортивные достижения, нравственное, эстетическое и интеллектуальное развитие.

Входящие компетенции ФГОС среднего общего образования:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;
- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Приступая к изучению данного курса, студент должен знать основы биологии человека, иметь представление об основных технологиях укрепления и сохранения здоровья. В ходе освоения курса «Настольный теннис» предполагается формирование компетенций ОК-7, ПК-22.

**4 Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников)**

<p align="center"><b>Формируемые компетенции (код компетенции, уровень (этап) освоения)</b></p>	<p align="center"><b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций</b></p>
<p><i>ОК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, I уровень (пороговый)</i></p>	<p><i>Знать</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы физиологии человека и рациональные условия его деятельности, анатомо-физические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификацию</li> </ul> <p><i>Уметь</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать мероприятия по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности</li> </ul> <p><i>Владеть</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности</li> </ul>
<p><i>ПК-22 – способность участвовать: в разработке программ учебных дисциплин и курсов на основе изучения научной, технической и научно-методической литературы, а также собственных результатов исследований; в постановке и модернизации отдельных лабораторных работ и практикумов по дисциплинам профилей направления; способность проводить отдельные виды аудиторных учебных занятий (лабораторные и практические), применять новые образовательные технологии, включая системы компьютерного и дистанционного обучения, I уровень (пороговый)</i></p>	<p><i>Знать</i></p> <p>31 (ПК-22) – области применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состав, структуру, свойства, способы обработки</p> <p><i>Знать</i> *)</p> <p>32 (ПК-22) – методы разработки технической документации; нормативная база для составления информационных обзоров, рецензий, отзывов, заключений на техническую документацию</p> <p><i>Уметь</i></p> <p>У1 (ПК-22) – выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции</p> <p><i>Уметь</i> *)</p> <p>У2 (ПК-22) – оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ</p> <p><i>Владеть</i></p> <p>В1 (ПК-22) – навыками работы с программной системой для</p>

	математического и имитационного моделирования <i>Владеть</i> *) В2 (ПК-22) – проведение работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ
--	---

**5 Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Объем дисциплины (модуля) составляет 328 часов, из которых:

**328 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем:**

328 часов – практические занятия (66 часов – I-IV семестры, 32 часа – V-VI семестры).

\_\_\_\_\_ часов – мероприятия текущего контроля успеваемости;

\_\_\_\_\_ часов – мероприятия промежуточной аттестации (зачет),

\_\_\_\_\_ часов составляет самостоятельная работа обучающегося.

**6 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и виды учебных занятий**

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины (модуля)  Форма промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)	Всего (часы)	В том числе:										
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них <sup>1</sup>							Самостоятельная работа обучающегося, часы, из них			
		Лекционные занятия	Семинарские занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	...	Групповые консультации	Индивидуальные консультации	Учебные занятия, направленные на проведение текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, практические контрольные занятия и др.)	Всего	Подготовка к устному опросу	Подготовка рефератов и т.п.
<b>I семестр</b>												
1. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой. ОФП.				4					4			
2. Л/а: медленный бег 800-1000м; ОФП.				4					4			
3. Л/а - контрольный норматив бег 100м; ОФП.				4					4			
4. Л/А-подготовка к кроссу: девушки-1000м, юноши-2000м				4					4			
5. Кросс: девушки – 2000 м; юноши – 3000м				4					4			
6. Правила игры в настольный теннис				4					4			
7. История возникновения и развития игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры				4					4			
8. Подача в игре в настольный теннис. Учебная игра.				4					4			
9. Прием мяча в настольном теннисе. Учебная игра.				4					4			
10. Атака в настольном теннисе. Учебная игра.				4					4			
11. Приемы защиты. Учебно-тренировочная игра				4					4			
12. Бег и перемещения во время игры в настольный теннис. Учебно-тренировочная игра				4					4			
13. Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				4					4			
14. Игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				4					4			
15. Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				4					4			

16. Совершенствование техники игры.				4						4			
17. Сдача <u>зачетных</u> нормативов				2						2			
<b>Итого</b>				66						66			
<b>II семестр</b>													
1. Инструктаж по Т.Б. Совершенствование способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Учебно-тренировочные игры.				4						4			
2. ОФП. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
3. Повторение правил игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
4. Совершенствование приемов подачи в игре. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
5. Совершенствование техники приема мяча. Учебно-тренировочная игра.				4						4			
6. Совершенствование техники нападающего удара. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
7. Совершенствование техники сочетания атаки-защиты в игре. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
8. Совершенствование техники защиты. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
9. Совершенствование приёма мяча, отражённого сеткой. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
10. Совершенствование перемещений в игре. Учебно-тренировочная игра.				4						4			
11. Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
12. Совершенствование игры в парах. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
13. Тактические действия в нападении и защите. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
14. Совершенствование техники игры в настольный теннис.				4						4			
15. Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
16. Совершенствование техники игры.				4						4			
17. Сдача <u>зачетных</u> нормативов				2						2			
<b>Итого</b>				66						66			
<b>III семестр</b>													
1. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой. ОФП.				4						4			
2. Л/а: медленный бег 800-1000м; ОФП.				4						4			

3.	Л/а - контрольный норматив бег 100м; ОФП.				4						4			
4.	Л/А-подготовка к кроссу: девушки-1000м, юноши-2000м				4						4			
5.	Кросс: девушки – 2000 м; юноши – 3000м				4						4			
6.	Правила игры в настольный теннис				4						4			
7.	История возникновения и развития игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры				4						4			
8.	Поддача в игре в настольный теннис. Учебная игра.				4						4			
9.	Прием мяча в настольном теннисе. Учебная игра.				4						4			
10.	Атака в настольном теннисе. Учебная игра.				4						4			
11.	Приемы защиты. Учебно-тренировочная игра				4						4			
12.	Бег и перемещения во время игры в настольный теннис. Учебно-тренировочная игра				4						4			
13.	Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				4						4			
14.	Игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				4						4			
15.	Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
16.	Совершенствование техники игры.				4						4			
17.	Сдача <u>зачетных</u> нормативов				2						2			
<b>Итого</b>					66						66			
<b>IV семестр</b>														
1.	Инструктаж по Т.Б. Совершенствование способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Учебно-тренировочные игры.				4						4			
2.	ОФП. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
3.	Повторение правил игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
4.	Совершенствование приемов подачи в игре. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
5.	Совершенствование техники приема мяча. Учебно-тренировочная игра.				4						4			
6.	Совершенствование техники нападающего удара. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
7.	Совершенствование техники сочетания атаки-защиты в игре. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
8.	Совершенствование техники защиты. Учебно-тренировочные игры.				4						4			
9.	Совершенствование приёма мяча, отражённого сеткой.				4						4			

Учебно-тренировочные игры.													
10. Совершенствование перемещений в игре. Учебно-тренировочная игра.				4							4		
11. Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочные игры.				4							4		
12. Совершенствование игры в парах. Учебно-тренировочные игры.				4							4		
13. Тактические действия в нападении и защите. Учебно-тренировочные игры.				4							4		
14. Совершенствование техники игры в настольный теннис.				4							4		
15. Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				4							4		
16. Совершенствование техники игры.				4							4		
17. Сдача <u>зачетных</u> нормативов				2							2		
<b>Итого</b>				<b>66</b>							<b>66</b>		
<b>V семестр</b>													
1. Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой. ОФП.				2							2		
2. Л/а: медленный бег 800-1000м; ОФП.				2							2		
3. Л/а - контрольный норматив бег 100м; ОФП.				2							2		
4. Л/А-подготовка к кроссу: девушки-1000м, юноши-2000м				2							2		
5. Кросс: девушки – 2000 м; юноши – 3000м				2							2		
6. Правила игры в настольный теннис				2							2		
7. История возникновения и развития игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры				2							2		
8. Поддача в игре в настольный теннис. Учебная игра.				2							2		
9. Прием мяча в настольном теннисе. Учебная игра.				2							2		
10. Атака в настольном теннисе. Учебная игра.				2							2		
11. Приемы защиты. Учебно-тренировочная игра				2							2		
12. Бег и перемещения во время игры в настольный теннис. Учебно-тренировочная игра				2							2		
13. Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				2							2		
14. Игра в парах. Учебно-тренировочная игра.				2							2		
15. Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				2							2		

16. Совершенствование техники игры. Зачет				2						2			
<b>Итого</b>				32						32			
<b>VI семестр</b>													
1. Инструктаж по Т.Б. Совершенствование способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Учебно-тренировочные игры.				2						2			
2. ОФП. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
3. Повторение правил игры в настольный теннис. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
4. Совершенствование приемов подачи в игре. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
5. Совершенствование техники приема мяча. Учебно-тренировочная игра.				2						2			
6. Совершенствование техники нападающего удара. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
7. Совершенствование техники сочетания атаки-защиты в игре. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
8. Совершенствование техники защиты. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
9. Совершенствование приёма мяча, отражённого сеткой. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
10. Совершенствование перемещений в игре. Учебно-тренировочная игра.				2						2			
11. Двусторонняя игра и игра в парах. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
12. Совершенствование игры в парах. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
13. Тактические действия в нападении и защите. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
14. Совершенствование техники игры в настольный теннис.				2						2			
15. Прием нормативов по технической подготовке. Учебно-тренировочные игры.				2						2			
16. Совершенствование техники игры.				2						2			
Итого в VI семестре				32						32			
<b>Итого</b>				328						328			

## **7 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) и методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)**

### **Методические указания к практическим занятиям**

*Основные направления практических занятий:*

1. Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом
2. Изучение строевых упражнений
3. Физкультура и спорт: общее и различия
4. Акробатика
5. Приемы и методы индивидуальных занятий физкультурой и спортом
6. Командные спортивные игры
7. Изучение основ баскетбола
8. Изучение основ волейбола
9. Изучение основ самбо
10. Нормы ГТО и подготовка к их сдаче

## **8 Применяемые образовательные технологии для различных видов учебных занятий и для контроля освоения обучающимися запланированных результатов обучения**

Перечень обязательных видов учебной работы студента:

- активная работа на практических занятиях;
- сдача нормативов;
- самостоятельные занятия по заданию и под контролем преподавателя;
- подготовка и сдача зачетов.

## **9 Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

- **Перечень компетенций** выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), характеризующих этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования.

ОК-7: способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ПК-22: способность участвовать: в разработке программ учебных дисциплин и курсов на основе изучения научной, технической и научно-методической литературы, а также собственных результатов исследований; в постановке и модернизации отдельных лабораторных работ и практикумов по дисциплинам профилей направления; способность проводить отдельные виды аудиторных учебных занятий (лабораторные и практические), применять новые образовательные технологии, включая системы компьютерного и дистанционного обучения

Полная карта компетенций ОК-7, ПК-22 приведена в документе «Матрица формирования компетенций» по направлению бакалавриат 15.03.04 Автоматизация технологических процессов и производств.

- **Описание шкал оценивания**

Балльно-рейтинговая система дает возможность оценивать в баллах, набранных студентами на основе учета выполнения различных видов учебной нагрузки приобретаемые в ходе изучения дисциплины знания, умения, навыки. При этом осуществляется разделение учебной дисциплины на отдельные логически завершённые блоки (модули) и проведение по ним в соответствии с графиком контрольных мероприятий. Итоговой формой контроля освоения данной дисциплины является зачет. Максимальное количество баллов, которые студент может набрать за семестр – 100 баллов.

Если студент набрал в течение семестра от 70 до 100 баллов, то он получает автоматическую оценку «зачтено». Если студент не набрал минимального числа баллов (70 баллов) в течение семестра, то он в обязательном порядке сдает зачет.

1. От 0 до 33 баллов – посещаемость:

- 0 – отсутствие;
- 1 – посещение одного практического занятия.

2. От 0 до 33 баллов – работа на практических занятиях:

- 0 – отсутствие работы на практическом занятии;
- От 0 до 1 – степень и качество выполнения практических заданий;

3. Спортивные мероприятия:

- От 0 до 10 баллов – участие в спортивных мероприятиях;
- От 0 до 24 баллов – призовые места.

– **Критерии и процедуры оценивания** результатов обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций

ОК-7 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

РЕЗУЛЬТАТ ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю)	Уровень освоения компетенции	КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТА ОБУЧЕНИЯ по дисциплине (модулю) ШКАЛА оценивания					ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ
		1	2	3	4	5	
<b>Код З (ОК-7)</b> <i>Знать:</i> человека и рациональные условия его деятельности, анатомо-физические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификацию	I - пороговый	Отсутствие знаний	Фрагментарные знания об основах физиологии человека и рациональных условиях его деятельности, анатомо-физических последствиях воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификации	Неполные представления об основах физиологии человека и рациональных условиях его деятельности, анатомо-физических последствиях воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификации	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы представления об основах физиологии человека и рациональных условиях его деятельности, анатомо-физических последствиях воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификации	Сформированные представления об основах физиологии человека и рациональных условиях его деятельности, анатомо-физических последствиях воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, их идентификации	<i>Устное собеседование</i>
<b>Код У (ОК-7)</b> <i>Уметь:</i> разрабатывать мероприятия по обеспечению полноценной социальной и профессиональной	I - пороговый	Отсутствие умения	Фрагментарное использование умения разрабатывать мероприятия по обеспечению полноценной социальной и	В целом успешное, но не систематическое использование умения разрабатывать	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы использование умения разрабатывать мероприятия	Сформированное умение разрабатывать мероприятия по обеспечению полноценной социальной и профессиональной	<i>Выполнение практических заданий</i>

бной деятельности.			профессиональной деятельности	мероприятия по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	ной деятельности	
<b>Код В (ОК-7)</b> <i>Владеть:</i> навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	I - пороговый	Отсутствие владения	Фрагментарное владение навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	В целом успешное, но не систематическое владение навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы владения навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	Успешное и систематическое владение навыками в разработке мероприятий по обеспечению полноценной социальной и профессиональной деятельности	<i>Выполнение практических заданий</i>

ПК-22 – способность участвовать: в разработке программ учебных дисциплин и курсов на основе изучения научной, технической и научно-методической литературы, а также собственных результатов исследований; в постановке и модернизации отдельных лабораторных работ и практикумов по дисциплинам профилей направления; способность проводить отдельные виды аудиторных учебных занятий (лабораторные и практические), применять новые образовательные технологии, включая системы компьютерного и дистанционного обучения<sup>5</sup>

– код и формулировка компетенции

<b>Знать: Код31 (ПК-22)</b> области применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состав, структуру, свойства, способы обработки	I - пороговый	Отсутствие знаний	Не знает или знает слабо, фрагментарно области применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состав, структуру, свойства, способы обработки	Удовлетворительно знает области применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состав, структуру, свойства, способы обработки	Хорошо знает области применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состав, структуру, свойства, способы обработки	Демонстрирует свободное и уверенное знание областей применения различных современных материалов для изготовления продукции, их состава, структуры, свойств, способов обработки	<i>Устное собеседование</i>
<b>Знать: Код32 (ПК-22*)</b> методы разработки технической документации	I - пороговый	Отсутствие знаний	Не знает или знает слабо, фрагментарно методы разработки технической	Удовлетворительно знает методы разработки техническо	Хорошо знает методы разработки технической документации; нормативная	Демонстрирует свободное и уверенное знание методов разработки технической	<i>Устное собеседование</i>

<p>; нормативная база для составления информационных обзоров, рецензий, отзывов, заключений на техническую документацию</p>			<p>документации; нормативная база для составления информационных обзоров, рецензий, отзывов, заключений на техническую документацию</p>	<p>й документац ии; нормативна я база для составлени я информаци онных обзоров, рецензий, отзывени й на техническу ю документац ию</p>	<p>база для составления информационн ых обзоров, рецензий, отзывов, заключений на техническую документацию</p>	<p>документации; нормативной базы для составления информационных обзоров, рецензий, отзывов, заключений на техническую документацию</p>	
<p><b>Уметь: КодУ1 (ПК-22)</b> выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции</p>	<p>I - пороговый</p>	<p>Отсутствие умений</p>	<p>Демонстрирует частичное умение выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции. Допускает множественные грубые ошибки.</p>	<p>Демонстрирует частичное умение выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции. Допускает грубые ошибки.</p>	<p>Демонстрирует достаточно устойчивое умение выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции. Допускает отдельные негрубые ошибки.</p>	<p>Демонстрирует устойчивое умение выбирать материалы, оценивать и прогнозировать поведение материала и причин отказов продукции под воздействием на них различных эксплуатационных факторов; назначать соответствующую обработку для получения заданных структур и свойств, обеспечивающих надежность продукции. Не допускает ошибок.</p>	<p><i>Выполнение практического задания</i></p>
<p><b>Уметь: КодУ2 (ПК-22*)</b> оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ</p>	<p>I - пороговый</p>	<p>Отсутствие умений</p>	<p>Демонстрирует частичное умение оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ.</p>	<p>Демонстрирует частичное умение оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов</p>	<p>Демонстрирует достаточно устойчивое умение оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ.</p>	<p>Демонстрирует устойчивое умение оформлять элементы технической документации на основе внедрения результатов научно-исследовательских работ.</p>	<p><i>Выполнение практического задания</i></p>

			Допускает множественные грубые ошибки.	научно-исследовательских работ. Допускает грубые ошибки.	ких работ. Допускает отдельные негрубые ошибки.	Не допускает ошибок.	
<b>Владеть: КодВ1 (ПК-22)</b> навыками работы с программной системой для математического и имитационного моделирования	I - пороговый	Отсутствие владения	Демонстрирует низкий уровень владения навыками работы с программной системой для математического и имитационного моделирования. Допускает множественные грубые ошибки.	Демонстрирует удовлетворительный уровень владения навыками работы с программной системой для математического и имитационного моделирования. Допускает достаточно серьезные ошибки.	Демонстрирует хороший уровень владения навыками работы с программной системой для математического и имитационного моделирования. Допускает отдельные негрубые ошибки.	Демонстрирует высокий уровень владения навыками работы с программной системой для математического и имитационного моделирования. Не допускает ошибок.	<i>Выполнение практического задания</i>
<b>Владеть: КодВ2 (ПК-22*)</b> проведение работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научных исследований	I - пороговый	Отсутствие владения	Демонстрирует низкий уровень владения проведением работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научных исследований. Допускает множественные грубые ошибки.	Демонстрирует удовлетворительный уровень владения проведением работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научных исследований. Допускает достаточно серьезные ошибки.	Демонстрирует хороший уровень владения проведением работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научных исследований. Допускает отдельные негрубые ошибки.	Демонстрирует высокий уровень владения проведением работ по формированию элементов технической документации на основе внедрения результатов научных исследований. Не допускает ошибок.	<i>Выполнение практического задания</i>

– **Типовые контрольные задания** или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.

#### Список вопросов к зачету

1. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры. Основные понятия и термины.
2. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
3. Физическое развитие. Физическое совершенство. Система физического воспитания.
4. Анатомо-морфологические и физиологические основы жизнедеятельности организма человека.
5. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулируемая биологическая система.

6. Характеристика функциональных систем организма и их совершенствование под воздействием направленной физической тренировки.
7. Обмен веществ и энергии как основа жизнедеятельности организма человека.
8. Внешняя среда и ее воздействие на организм и жизнедеятельность человека.
9. Функциональная активность человека как фактор физической культуры.
10. Средства физической культуры. Системы физических упражнений.
11. Здоровый образ жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Основные понятия.
12. Здоровье человека как ценность. Факторы, определяющие здоровый образ жизни.
13. Режим труда и отдыха. Активная мышечная деятельность (физическая нагрузка).
14. Закаливание организма. Рациональное питание.
15. Вредные привычки и их профилактика.
16. Гигиенические основы здорового образа жизни.
17. Состояние здоровья населения России. Здоровье студенчества.
18. Общая физическая и спортивная подготовка в системе физического воспитания.
19. Методические принципы и методы физического воспитания.
20. Средства и методы развития физических качеств.
21. Нормы организации физического воспитания.
22. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
23. ГТО в современном мире. Нормативы VI ступень.
24. Краткая характеристика некоторых видов спорта: баскетбол, волейбол.
25. Краткая характеристика некоторых видов спорта: плавание, футбол, теннис.
26. Краткая характеристика некоторых видов спорта: бадминтон, легкая атлетика.
27. Краткая характеристика некоторых видов спорта: самбо, дзюдо, карате.
28. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»
29. Олимпийские игры: история, основные принципы олимпийского движения.
30. Самоконтроль. Педагогический контроль. Врачебный контроль

*Вопросы к зачету (баскетбол)*

1. Организм человека – единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая система.
2. Исторические сведения о возникновении баскетбола и этапы развития игры в России.
3. Основные функциональные системы организма.
4. Классификация техники игры в баскетбол.
5. Внешняя среда. Природные, социальные и экологические факторы и здоровье человека.
6. Техника перемещений в баскетболе.
7. Взаимосвязь физической и умственной деятельности человека.
8. Техника владения мячом (разновидность ведения мяча)
9. Утомление при физической и умственной работе.
10. Техника владения мячом (разновидность ловли мяча).
11. Биологические ритмы и работоспособность.
12. Техника владения мячом (разновидность бросков).
13. Гипокинезия и гиподинамия. Их влияние на организм человека и отдельные его системы.
14. Техника владения мячом (разновидность передач мяча).
15. Средства физической культуры, обеспечивающие устойчивость организма к физической и умственной деятельности.
16. Техника овладения мячом и противодействия.
17. Регуляция деятельности организма человека.
18. Классификация тактики игры.
19. Закономерности совершенствования деятельности отдельных систем организма под воздействием физической культуры.
20. Тактика нападения
21. Понятие о стрессе. Влияния на организм и меры борьбы с ним.
22. Тактика защиты

23. Понятие «норма» и «здоровье». Влияние образа жизни на здоровье.
24. Функции игроков.
25. Деятельность человека, направленная на сохранение своего здоровья.
26. Правила игры №№ 1,2.
27. Диагностика состояния организма при регулярных занятиях физической культурой и спортом.
28. Правила игры №№ 3,4.
29. Виды контроля и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями и спортом.
30. Правила игры №№ 5,6.
31. Методы оценки физического развития.
32. Правила игры №№ 7,8.
33. Физическая активность – метод улучшения здоровья, способ первичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний, остеопороза, избыточного веса и др.
34. Организация и проведение соревнований.
35. Качество жизни, основные факторы, составляющие это понятие.
36. Выносливость как физическое качество. Средства и методы ее развития.
37. Как Вы понимаете определение «здоровый образ жизни»?
38. Гибкость и сила как физические качества.
39. Основные причины нарушения здоровья.
40. Быстрота и координация как физические качества

- Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Процедура промежуточной аттестации проходит в соответствии с «Положением балльно-рейтинговой системе оценки и текущем контроле успеваемости студентов», а также «Положением о промежуточной аттестации» университета «Дубна».

#### **Тесты физической подготовленности студентов**

Тест	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
Тест на скорость, силу и выносливость	<i>Мужчины</i>				
Бег 100 м (с)	13,2	13,6	14,0	14,3	14,6
Подтягивание на перекладине (число раз)	13	10	9	7	5
Бег 3000 м (мин, с)	12.00	12.30	13.30	14.00	14.30
Наклон из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см.)	15	13	7	6	3
	<i>Женщины</i>				
Бег 100 м (с)	16.0	16.5	17.0	17.5	18.0
Поднимание туловища из положения лежа на спине» (количество раз за 1 мин)	50	47	40	34	30

Наклон из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи-см.)	20	16	11	8	5
Бег 2000 м (мин, с)	10.15	10.30	11.15	11.50	12.10

**Контрольные тесты для оценки физической подготовленности студентов**

Тест	Оценка в баллах				
	5	4	3	2	1
<i>Мужчины</i>					
Бег 30 м (с)	4.4	4.6	4.8	5.0	5.1
Бег 3000 м (мин, с)	12.00	12.30	13.30	14.00	14.30
Прыжки и длину с места (см)	250	240	230	220	215
Прыжки в длину с разбега (см)	480	460	435	410	390
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (число раз)	15	12	9	7	5
Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя (1 кг.)	11	10	9	8	7
Поднимание на висе ног до касания перекладины (число раз)	10	7	5	3	2
<i>Женщины</i>					
Бег 30 м (с)	4.9	5.0	5.2	5.4	5.6
Бег 2000 м (мин, с)	9.30	10.00	11.00	11.30	12.00
Прыжки и длину с места (см)	190	180	170	160	150
Прыжки в длину с разбега (см)	365	350	325	300	280
Подтягивание в висе лежа (перекладин на высоте 90 см) (число раз)	20	16	10	6	4
Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя (1 кг.)	7	6	5	4	3

Для сдачи контрольных нормативов по баскетболу (1, 2 курс)

*Общеспортивная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Челночный бег 10*10 (сек)	26	27	28,5	28	30	31
2	Прыжки в длину с места (см)	240	230	220	190	180	170
3	Метание б/б мяча	20	18	16	14	12	10
4	Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя	10	9	8	6	5	4

*Специальная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Ведение б/б мяча.	3,5	3,7	3,9	3,8	4,1	4,4
2	Штрафные броски ( 10 раз ).	7	6	5	5	5	4
3	Броски в движении после двух шагов.	9	8	7	8	7	6

Для сдачи контрольных нормативов по баскетболу (3,4 курс)

*Общеспортивная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Челночный бег 10*10 (сек)	26	27	28,5	28	30	31
2	Прыжки в длину с места (см)	240	230	220	190	180	170
3	Метание б/б мяча	20	18	16	14	12	10
4	Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя	10	9	8	6	5	4

*Специальная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Ведение б/б мяча 20м.	3,5	3,7	3,9	3,8	4,1	4,4
2	Штрафные броски 10 раз	8	5	6	7	6	5
3	Броски в движении после двух шагов.	10	9	8	7	6	5

Для сдачи контрольных нормативов по волейболу (1, 2 курс)

*Общесфизическая подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Челночный бег 10*10 (сек)	26	27	28,5	28	30	31
2	Прыжки в длину с места (см)	240	230	220	190	180	170
3	Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя	10	9	8	6	5	4

*Специальная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Верхняя передача мяча в парах (кол-во передач)	15	13	10	13	10	8
2	Подача мяча любым способом из 10 подач	10	9	8	9	8	7
3	Верхняя передача мяча за голову на расстояние 2,5-3 м партнеру	10	9	8	9	8	7
4	Прямой нападающий удар из зоны 4 (мяч снизу подбрасывает преподаватель) из 10 раз перебить через сетку	10	9	8	9	8	7

Для сдачи контрольных нормативов по волейболу (3,4 курс)

*Общесфизическая подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Челночный бег 10*10 (сек)	26	27	28,5	28	30	31
2	Прыжки в длину с места (см)	240	230	220	190	180	170
3	Бросок набивного мяча из-за головы из положения сидя	10	9	8	6	5	4

*Специальная подготовка*

№ п/п	Контрольные упражнения	Юноши			Девушки		
		Отл.	Хор.	Удв.	Отл.	Хор.	Удв.
1	Верхняя прямая подача (из 10)	10	9	8	8	6	5
2	Двусторонняя игра (кол-во ошибок)	2	3	4	3	4	5
3	Прямой нападающий удар (из 10)	10	9	8	8	7	6

**10 Ресурсное обеспечение**

- Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### **Основная учебная литература**

1. Жданов, В.Ю. Настольный теннис: обучение за 5 шагов: учебное пособие ]/ В.Ю. Жданов, И.Ю. Жданов, Ю.А. Милоданова. - Москва : Спорт, 2015. - 128 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-9906734-4-1. - Текст : электронный. // ЭБС "Университетская библиотека онлайн". - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430429> (дата обращения: 16.04.2020). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
2. Серова, Л.К. Управление подготовкой спортсменов в настольном теннисе : учебное пособие / Л.К. Серова. - Москва : Спорт, 2016. - 96 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-27-5. - Текст : электронный. // ЭБС "Университетская библиотека онлайн" - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454262> (дата обращения: 06.04.2020). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю

### **Дополнительная учебная литература**

1. Иванков, Ч.Т. Организация и проведение студенческих соревнований по культивируемым видам спорта : учебное пособие [Электронный ресурс]. / Ч.Т. Иванков, С.А. Литвинов, М.В. Стефановский. - Москва : Владос, 2018. - 168 с. : ил. - (Учебное пособие для вузов). - ISBN 978-5-907013-02-5. – Текст : электронный. // ЭБС "Университетская библиотека онлайн" - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486099> (дата обращения: 16.04.2020). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
2. Олимпийская энциклопедия : энциклопедия : в 5-ти т. / сост. В.Ф. Свиньин, Е.Н. Булгакова. - Новосибирск : Свиньин и сыновья, 2010. - Т. 3. Спортивные игры. - 188 с. - ISBN 978-5-98502-084-7. – Текст : электронный. // ЭБС "Университетская библиотека онлайн". - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241971> (дата обращения: 06.04.2020). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю
3. Горбань, И.Г. Основные требования к организации мест занятий физической культурой : учебное пособие / И.Г. Горбань, В.А. Гребенникова ; . - Оренбург : ОГУ, 2017. - 122 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1879-8. – Текст : электронный. // ЭБС "Университетская библиотека онлайн". - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485622> (дата обращения: 06.04.2020). - Режим доступа: ограниченный по логину и паролю

#### **• Периодические издания**

1. Известия тульского государственного университета. физическая культура. спорт: научный образовательный просветительский журнал / Учредители: Тульский государственный университет; гл. ред. Егоров В.Н. – Тула: ТулГУ. – Журнал выходит 12 раз в год. – Журнал издается с 2013 года. - ISSN 2305-8404. – Текст : электронный. Полные электронные версии статей доступны на сайте научной электронной библиотеки «eLIBRARY.RU»: [https://elibrary.ru/title\\_about\\_new.asp?id=35932](https://elibrary.ru/title_about_new.asp?id=35932)
2. Физкультура и спорт. / Выходит 12 раз в год. - Основан в 1922 г. - ISSN 0130-5670. – Текст : электронный. Полные электронные версии статей журнала представлены на сайте журнала <http://fis1922.ru/tekushchij.html>

#### **• Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

##### **Электронно-библиотечные системы и базы данных**

1. ЭБС «Znaniium.com»: <http://znaniium.com/>
2. ЭБС «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
3. ЭБС «Юрайт»: <https://biblio-online.ru/>
4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн»: <http://biblioclub.ru/>
5. Научная электронная библиотека (РУНЭБ) «eLIBRARY.RU»: <http://elibrary.ru>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ): <http://нэб.рф/>
7. Базы данных российских журналов компании «East View»: <https://dlib.eastview.com/>

### ***Научные поисковые системы***

1. Google Scholar - поисковая система по научной литературе. Включает статьи крупных научных издательств, архивы препринтов, публикации на сайтах университетов, научных обществ и других научных организаций. <https://scholar.google.ru/>
2. WorldWideScience.org - глобальная научная поисковая система, которая осуществляет поиск информации по национальным и международным научным базам данных и порталам. <http://worldwidescience.org/>
3. SciGuide - навигатор по зарубежным научным электронным ресурсам открытого доступа. <http://www.prometeus.nsc.ru/sciguide/page0601.ssi>

### ***Профессиональные ресурсы сети «Интернет»***

1. Федеральная информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам»: <http://window.edu.ru/>

- **Описание материально-технической базы**

Спортивный зал.

### **11 Язык преподавания**

Русский