

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х.М. Бербекова» (КБГУ)

**ИНСТИТУТ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

СОГЛАСОВАНО

Руководитель образовательной
программы _____ М.М. Лафишева
« 12 » _____ 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор института
_____ О.И. Михайленко
« _____ » _____ 2023г.



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)
ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

«НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

02.03.02 Фундаментальная информатика и информационные технологии
(код и наименование направления подготовки)

«Проектирование систем искусственного интеллекта»
(наименование профиля подготовки)

Бакалавр

Квалификация (степень) выпускника

Очная

Форма обучения

Нальчик – 2023

**1 курс 1 семестр
Контрольная точка №1**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,4	13,8	14,2	14,6	15,4
Бег 100 м (дев)	16,0	16,4	17,2	18,0	19,0
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	230	220	215	210	205
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дев)	180	175	170	165	160
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	8	7	5	3	2
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	20	18	16	14	10

**1 курс 1 семестр
Контрольная точка №2**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юноши)	4,5	4,7	4,8	4,9	5,0
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	5,1	5,6	5,7	5,8	6,0
Бег на 3000 м (юноши)	12.50	14.20	14.40	15,0	15.40
Бег на 2000 м(девушки)	11,30	12,40	13,00	13,20	13,40
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (юноши)	13	10	8	7	5
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (девушки)	18	16	14	10	8

**1 курс 1 семестр
Контрольная точка № 3**

Нормативы	5	4	3	2	1
Челночный бег 3×10 м (юноши)	7.4	7.6	7.8	8.2	8.4
Челночный бег 3×10 м(девушки)	9.0	9.2	9.2	9.4	9.8
Набивание (жонглирование) мяча, попеременно, ладонной и тыльной стороной ракетки не менее (юн,дев)	50/40	45/35	40/30	35/25	30/20
Прыжки на скакалке (количество раз за минуту) (юн/дев)	140	120	100	90	60

**1 курс 2 семестр
Контрольная точка №1**

Нормативы	5	4	3	2	1
Сгибания разгибания рук в упоре лежа на полу (юноши)	40	35	30	26	24
Сгибания разгибания рук в упоре лежа на скамье (девушки)	20	18	16	14	12
Подача ладонной стороной ракетки справа по диагонали.(юн/дев)	8/7	7/6	6/5	5/4	4/3
Подача тыльной стороной ракетки слева по диагонали.(юн/дев)	8/7	7/6	6/5	5/4	4/3

**1 курс 2 семестр
Контрольная точка № 2**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юноши)	4,5	4,7	4,8	4,9	5,0
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	5,1	5,6	5,7	5,8	6,0
Контроль мяча ладонной стороной ракетки	13/12	12/11	11/10	10/9	9/8

(передач подряд, юн/дев)					
Контроль мяча тыльной стороной ракетки (передач подряд, юн\дев)	13/12	12/11	11/10	10/9	9/8

1 курс 2 семестр
Контрольная точка № 3

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,4	13,8	14,2	14,6	15,4
Бег 100 м (дев)	16,0	16,4	17,2	18,0	19,0
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	230	220	215	210	205
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дев)	180	175	170	165	160
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	8	7	5	3	2
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	20	18	16	14	10

2 курс 3 семестр

Контрольная точка №1

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,2	13,6	14,1	14,3	15,2
Бег 100 м (дев)	15,8	16,2	16,0	17,8	18,2
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	240	235	230	215	210
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дев)	185	180	175	170	165
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	10	8	6	4	3
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	22	20	18	16	14

2 курс 3 семестр

Контрольная точка № 2

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юн)	4,4	4,5	4,7	4,8	5,0
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	5,0	5,2	5,4	5,6	6,0
Бег на 3000 м (юноши)	12,40	13,40	14,10	14,40	15,20
Бег на 2000 м(девушки)	11,00	11,40	12,30	13,00	13,30
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (юноши)	15	12	10	8	6
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (девушки)	22	18	16	14	12

2 курс 3 семестр

Контрольная точка № 3

Нормативы	5	4	3	2	1
Челночный бег 3×10 м (юноши)	7.3	7.5	7.8	8.0	8.2
Челночный бег 3×10 м(девушки)	8.8	9.0	9.2	9.4	9.6
Набивание (жонглирование) мяча, попеременно, ладонной и тыльной стороной ракетки не менее (юн,дев)	60/50	55/45	50/40	45/35	40/30
Прыжки на скакалке (количество раз за минуту) (юн, дев)	145	130	120	100	80

**2 курс 4 семестр
Контрольная точка №1**

Нормативы	5	4	3	2	1
Сгибания разгибания рук в упоре лежа на полу (юноши)	45	40	35	30	25
Сгибания разгибания рук в упоре лежа на скамье (девушки)	25	20	18	16	14
Поддача ладонной стороной ракетки справа по диагонали.(юн/дев)	9/8	8/7	7/6	6/5	5/4
Поддача тыльной стороной ракетки слева по диагонали.(юн/дев)	9/8	8/7	7/6	6/5	5/4

**2 курс 4 семестр
Контрольная точка № 2**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юноши)	4,4	4,5	4,6	4,8	5,0
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	5,0	5,4	5,5	5,6	5,8
Контроль мяча ладонной стороной ракетки (передач подряд, юн/дев)	14/13	13/12	12/11	11/10	10/9
Контроль мяча тыльной стороной ракетки (передач подряд, юн/дев)	14/13	13/12	12/11	11/10	10/9

**2 курс 4 семестр
Контрольная точка № 3**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,2	13,6	14,1	14,3	15,2
Бег 100 м (дев)	15,8	16,2	16,0	17,8	18,2
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	240	235	230	215	210
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дев)	185	180	175	170	165
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	10	8	6	4	3
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	22	20	18	16	14

**3 курс 5 семестр
Контрольная точка №1**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,1	13,3	14,0	14,3	15,1
Бег 100 м (дев)	15,6	15,8	16,0	17,6	18,1
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	250	245	240	220	225
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (дев)	190	185	180	175	170
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	12	10	8	6	4
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	25	22	20	18	15

**3 курс 5 семестр
Контрольная точка № 2**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юноши)	4,3	4,4	4,5	4,7	4,8
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	4,9	5,1	5,3	5,5	5,8
Бег на 3000 м (юноши)	12,30	13,00	13,40	14,30	15,00
Бег на 2000 м(девушки)	10,45	11,00	11,40	12,00	12,30
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (юношии)	18	16	14	12	10
Наклоне вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (девушки)	25	22	20	16	14

**3 курс 5 семестр
Контрольная точка № 3**

Нормативы	5	4	3	2	1
Челночный бег 3×10 м (юноши)	7.2	7.4	7.6	8.2	8.4
Челночный бег 3×10 м(девушки)	8.7	8.8	9.1	9.4	9.7
Набивание (жонглирование) мяча, попеременно, ладонной и тыльной стороной ракетки не менее (юн,дев)	70/60	65/55	60/50	55/45	50/40
Прыжки на скакалке (количество раз за минуту) (юн, дев)	150	140	130	120	100

**3 курс 6 семестр
Контрольная точка №1**

Нормативы	5	4	3	2	1
Сгибании разгибании рук в упоре лежа на полу (юноши)	50	45	40	35	25
сгибании разгибании рук в упоре лежа на скамье (девушки)	25	22	18	16	14
Подача ладонной стороной ракетки справа по диагонали.(юн/дев)	10/9	9/8	8/7	7/6	6/5
Подача тыльной стороной ракетки слева по диагонали.(юн/дев)	10/9	9/8	8/7	7/6	6/5

**3 курс 6 семестр
Контрольная точка № 2**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег на 30 м с высокого старта (юноши)	4,2	4,4	4,5	4,7	4,9
Бег на 30 м с высокого старта (девушки)	4,9	5,2	5,4	5,5	5,7
Контроль мяча ладонной стороной ракетки (передач подряд, юн/дев)	15/14	14/13	13/12	12/11	11/10
Контроль мяча тыльной стороной ракетки (передач подряд, юн\дев)	15/14	14/13	13/12	12/11	11/10

**3 курс 6 семестр
Контрольная точка № 3**

Нормативы	5	4	3	2	1
Бег 100 м (юн)	13,1	13,3	14,0	14,3	15,1
Бег 100 м (дев)	15,6	15,8	16,0	17,6	18,1
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юн)	250	245	240	220	225
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	190	185	180	175	170

(дев)					
Подтягивание из виса на высокой перекладине (юн)	12	10	8	6	4
Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (дев)	25	22	20	18	15

3.3. Вопросы к зачету для оценки компетенций (УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности) по дисциплине «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» (Настольный теннис).

№	Вопрос	Код компетенции (согласно РПД)
1.	Характеристика настольного тенниса как средства физического воспитания.	УК-7
2.	Функции спортивной игры в настольный теннис: оздоровительная, развивающая, рекреационная и др.	УК-7
3.	История возникновения и развития настольного тенниса.	УК-7
4.	Актуальные проблемы развития настольного тенниса.	УК-7
5.	Размеры теннисного стола, вес и размеры теннисного мяча. Ракетка для соревнований. Высота и длина сетки для настольного тенниса.	УК-7
6.	Отличительные особенности соревнований по круговому способу и олимпийской системе с розыгрышем всех мест.	УК-7
7.	Методика проведения соревнований по круговому способу и составления графика проведения очередности встреч на 8 игроков.	УК-7
8.	Методика проведения соревнований по олимпийской системе и составления графика проведения очередности встреч на 16 игроков.	УК-7
9.	Розыгрыш очка. Костюм участника.	УК-7
10.	Правила парной игры. Системы проведения командных соревнований	УК-7
11.	Одиночная встреча.	УК-7
12.	Правило подачи. Перерывы в игре и остановки.	УК-7
13.	Судейская терминология в настольном теннисе.	УК-7
14.	Права и обязанности участников соревнований.	УК-7
15.	Состав судейской коллегии, права и обязанности судей соревнований.	УК-7
16.	Методика организации соревнований по настольному теннису.	УК-7
17.	Методика проведения соревнований по настольному теннису.	УК-7
18.	Основные термины настольного тенниса.	УК-7
19.	Основные санитарно-гигиенические требования к местам занятий по настольному теннису.	УК-7
20.	Общая характеристика техники игры в настольный теннис.	УК-7
21.	Особенности вращения полета и отскока теннисного мяча.	УК-7
22.	Классификация технических видов спорта в настольном теннисе	УК-7
23.	Основные стилевые направления игры в настольный теннис.	УК-7

24.	Тактика одиночной игры. Основные схемы и стратегии.	УК-7
25.	Тактика парной игры в настольном теннисе. Основные схемы и стратегии.	УК-7
26.	Методика обучение технике игры в настольный теннис.	УК-7
27.	Требования к спортивному инвентарю и уход за ним.	УК-7
28.	Правила техники безопасности при проведении занятий настольному теннису.	УК-7
29.	Настольный теннис как реабилитационное средство физической культуры.	УК-7
30.	Рекреационные формы занятий настольным теннисом.	УК-7