

УДК 796.386 Н-32

Учебно-методическое пособие по дисциплине «Физическая культура» (специализация «Настольный теннис») для студентов дневной формы обучения всех специальностей (бакалавриат).

сост.: ст. преп. Е.Е.Демчук, ст. преп. Л.А.Мокеева, к. б. н. И.Ф.Межман, ст. преп. Ю.В. Шиховцов.

Самара: Изд-во ПГУТИ., 2011-48стр.

Представлен учебно-методическое пособие в виде учебного материала программы для студентов. Распределен по годам обучения на теоретический, практический и контрольный разделы в соответствии с основными принципами физического воспитания.

Предназначен для студентов дневной формы обучения всех специальностей (бакалавриат) и преподавателей по специализации «Настольный теннис».

Печатается по решению редакционно-издательского совета университета.

Составитель ст. преподаватель Е.Е.Демчук,
ст. преподаватель Л.А.Мокеева, заведующий кафедрой
физвоспитания кандидат биологических наук И.Ф.Межман,
кандидат педагогических наук доцент Ю.В.Шиховцов.

Поволжский государственный университет
телекоммуникаций и информатики, 2011

Оглавление

Раздел I. Рабочая программа.....	3
I.1. Общие положения.....	3
I.2. Цель и задачи физического воспитания.....	5
I.3. Содержание программы.....	6
I.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины. ...	7
Раздел II. Контрольные нормативы для оценки спортивно-технической подготовленности студентов I – III курсов.....	26
Раздел III. Контрольные нормативы для оценки общей физической подготовленности студентов I – III курсов.....	32
Раздел IV. Контрольные нормативы для оценки специальной физической подготовленности студентов I – III курсов.....	34
Раздел V. Словарь основных определений, понятий и терминов по настольному теннису.....	35
Библиографический список.....	45
Приложение.....	47