

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»**

Физико-математический факультет

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» апреля 2026 г., протокол № 7

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**Элективные курсы по физической культуре и
спорту(настольный теннис)**

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование(с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки
Математика, информатика

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
Очная-заочная

Карачаевск, 2026

ТЕСТОВЫЕ ВОПРОСЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ Б1.03.05 «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ(НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС)»

Компетенции:

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Номер задания	Правильный ответ	Содержание вопроса	Компетенция
Задания закрытого типа с одним правильным ответом			
1	с	Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Настольный теннис - как учебная дисциплина выполняет следующие функции ... а. вооружает студентов профессиональными знаниями, умениями, навыками; б. стимулирует творческие способности, позволяющие решать воспитательные задачи; с. развивает творческие способности педагогические и педагогически навыки позволяющих решать воспитательные и тренировочные задачи по спортивной и массовой работе с различным контингентом занимающихся	УК-7
2	в	Прочитайте текст и выберите правильный ответ В каком веке появился настольный теннис как игра а) XX; б) XXI; в) XIX.	УК-7
3	в	Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Какая страна стала Родиной настольного тенниса: а) Россия; б) Франция; в) Англия	УК-7
4	б	Прочитайте текст и выберите правильный ответ Что означает слово «Пинг-понг»: а) удар с лёта и мяч б) звук при ударе ракеткой и отскоки от стала; в) мяч;	УК-7
5	в	Прочитайте текст и выберите правильный ответ. Какой диаметр шарика для настольного тенниса (г): а) 60мм; б) 45мм; в) 40мм;	УК-7

Задания закрытого типа с несколькими правильными ответами			
6	а,в	Прочитайте текст и выберите правильные ответы. На этапе начального разучивания техники двигательного действия целью обучения является? а) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах; б) завершить формирование двигательного умения; в) детализировано освоить и закрепить технику изучаемого двигательного действия; г) достижение слитности и стабильности выполнения фаз и частей техники изучаемого двигательного действия	УК-7
7	а,г	Прочитайте текст и выберите правильные ответы. Главным отличием физических упражнений от других двигательных действий является то, что они: а — строго регламентированы; б — представляют собой игровую деятельность; в — не ориентированы на производство материальных ценностей; г — создают развивающий эффект.	УК-7
8	а,б	Прочитайте текст и выберите правильные ответы. Вспомогательные средства физической культуры? а) физические упражнения, оздоровительные силы природы; б) оздоровительные силы природы, гигиенические факторы; в) гигиенические факторы, физические упражнения; г) оздоровительные силы природы, музыкальное сопровождение.	УК-7
9	А,б,в	Прочитайте текст и выберите правильные ответы. Выберите упражнения, наиболее подходящие для развития выносливости? а) аэробные, циклические упражнения; б) упражнения статического характера; в) упражнения динамического характера; г) анаэробные сложно-координационные упражнения	УК-7

10	A,б	Прочитайте текст и выберите правильные ответы К специфическим методам физического воспитания относятся? а) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия; б) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы; в) методы срочной информации; г) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля.	УК-7																						
Задания закрытого типа. Задачи на соответствие																									
11	1 2 3 4 Б А Г В	Прочитайте текст и установите соответствие между видом спорта и термином (к каждой позиции первого столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца) <table><tr><td>Вид спорта</td><td>Термин</td></tr><tr><td>1.Шахматы</td><td>А) Нокаут</td></tr><tr><td>2.Бокс</td><td>Б) Мат</td></tr><tr><td>3. Теннис</td><td>В) Бросок через бедро</td></tr><tr><td>4. Борьба</td><td>Г) Партия</td></tr></table>	Вид спорта	Термин	1.Шахматы	А) Нокаут	2.Бокс	Б) Мат	3. Теннис	В) Бросок через бедро	4. Борьба	Г) Партия	УК-7												
Вид спорта	Термин																								
1.Шахматы	А) Нокаут																								
2.Бокс	Б) Мат																								
3. Теннис	В) Бросок через бедро																								
4. Борьба	Г) Партия																								
12	A-5. Б-6. В-2. Г-9. Д-10. Е-8. Ж-4. З-3. И-1. К-7	Прочитайте текст и установите соответствие между видом спорта и местом проведения игры (к каждой позиции первого столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца) <table><tr><td>Вид спорта</td><td>Место</td></tr><tr><td>1)стрельба</td><td>А- стадион</td></tr><tr><td>2) тяжёлая атлетика</td><td>Б-ковёр</td></tr><tr><td>3)футбол</td><td>В-помост</td></tr><tr><td>4)теннис</td><td>Г-трек</td></tr><tr><td>5) лёгкая атлетика</td><td>Д-ринг</td></tr><tr><td>6) вольная борьба</td><td>Е-трасса</td></tr><tr><td>7)баскетбол</td><td>Ж-корт</td></tr><tr><td>8) лыжные гонки</td><td>З-поле</td></tr><tr><td>9) велоспорт</td><td>И-тир</td></tr><tr><td>10)бокс</td><td>К-площадка</td></tr></table>	Вид спорта	Место	1)стрельба	А- стадион	2) тяжёлая атлетика	Б-ковёр	3)футбол	В-помост	4)теннис	Г-трек	5) лёгкая атлетика	Д-ринг	6) вольная борьба	Е-трасса	7)баскетбол	Ж-корт	8) лыжные гонки	З-поле	9) велоспорт	И-тир	10)бокс	К-площадка	УК-7
Вид спорта	Место																								
1)стрельба	А- стадион																								
2) тяжёлая атлетика	Б-ковёр																								
3)футбол	В-помост																								
4)теннис	Г-трек																								
5) лёгкая атлетика	Д-ринг																								
6) вольная борьба	Е-трасса																								
7)баскетбол	Ж-корт																								
8) лыжные гонки	З-поле																								
9) велоспорт	И-тир																								
10)бокс	К-площадка																								
13	1в 2д 3е 4б 5г 6а	Прочитайте текст и установите соответствие между видом спорта и временем игры (к каждой позиции первого столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца) <table><tr><td>Вид спорта</td><td>Время игры</td></tr><tr><td>1) футбол</td><td>а) энд</td></tr><tr><td>2) баскетбол</td><td>б) сет</td></tr><tr><td>3) хоккей</td><td>в) тайм</td></tr><tr><td>4) теннис</td><td>г) раунд</td></tr><tr><td>5) керлинг</td><td>д) период</td></tr></table>	Вид спорта	Время игры	1) футбол	а) энд	2) баскетбол	б) сет	3) хоккей	в) тайм	4) теннис	г) раунд	5) керлинг	д) период	УК-7										
Вид спорта	Время игры																								
1) футбол	а) энд																								
2) баскетбол	б) сет																								
3) хоккей	в) тайм																								
4) теннис	г) раунд																								
5) керлинг	д) период																								
14	а3 б1	Прочитайте текст и установите соответствие между стилем и видом спорта (к каждой позиции первого	УК-7																						

	в4, г2	столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца)					
		<table><tr><td>Стиль</td><td>Упражнение, вид спорта</td></tr><tr><td>а) «Баттерфляй» б) «Коньковый» в) «Прогнувшись» г) «Фосбюри - флоп» 4.Прыжок в длину в легкой атлетике</td><td>1. Ход в лыжных гонках 2.Прыжок в высоту в легкой атлетике 3. Стиль плавания 4. Прыжок в длину в легкой атлетике</td></tr></table>	Стиль	Упражнение, вид спорта	а) «Баттерфляй» б) «Коньковый» в) «Прогнувшись» г) «Фосбюри - флоп» 4.Прыжок в длину в легкой атлетике	1. Ход в лыжных гонках 2.Прыжок в высоту в легкой атлетике 3. Стиль плавания 4. Прыжок в длину в легкой атлетике	
Стиль	Упражнение, вид спорта						
а) «Баттерфляй» б) «Коньковый» в) «Прогнувшись» г) «Фосбюри - флоп» 4.Прыжок в длину в легкой атлетике	1. Ход в лыжных гонках 2.Прыжок в высоту в легкой атлетике 3. Стиль плавания 4. Прыжок в длину в легкой атлетике						
15		Прочитайте текст и установите соответствие между содержанием и названием (к каждой позиции первого столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца) <table><tr><td>Содержание</td><td>Название</td></tr><tr><td>А) Волевое качество, проявляющееся в спокойном осознании спортсменом своих возможностей в процессе овладения мастерством и преимущества над соперником в ходе выступлений в соревнованиях Б) Свойство личности, определяющее готовность человека к усвоению, сохранению, развитию и использованию знаний и опыта, а также к разумному поведению В) Стремление достичь намеченной цели, энергичное, активное преодоление</td><td>1 - Уверенность 2 - Интеллект 3 - Настойчивость</td></tr></table>	Содержание	Название	А) Волевое качество, проявляющееся в спокойном осознании спортсменом своих возможностей в процессе овладения мастерством и преимущества над соперником в ходе выступлений в соревнованиях Б) Свойство личности, определяющее готовность человека к усвоению, сохранению, развитию и использованию знаний и опыта, а также к разумному поведению В) Стремление достичь намеченной цели, энергичное, активное преодоление	1 - Уверенность 2 - Интеллект 3 - Настойчивость	УК-7
Содержание	Название						
А) Волевое качество, проявляющееся в спокойном осознании спортсменом своих возможностей в процессе овладения мастерством и преимущества над соперником в ходе выступлений в соревнованиях Б) Свойство личности, определяющее готовность человека к усвоению, сохранению, развитию и использованию знаний и опыта, а также к разумному поведению В) Стремление достичь намеченной цели, энергичное, активное преодоление	1 - Уверенность 2 - Интеллект 3 - Настойчивость						

		препятствий на пути к достижению цели		
Задания закрытого типа на установление правильной последовательности				
16	4, 5, 3, 2, 1,	Прочитайте текст и установите правильную последовательность упражнений в разминке, перед началом игры в «настольный теннис». 1.- упражнения для ног выпады в (в перед, назад; в лево право.) 2 -упражнения для разминки туловище 3- упражнения для разминки плеч, 4- для кистей рук, 5-упражнения для предплечья	УК-7	
17	2, 1, 3. 5, 4.	Прочитайте текст и установите правильную последовательность обучения игры «настольный теннис» 1.Техника передвижениям и стойка теннисиста 2. Хватка ракетки и передвижения. 3. Хватка ракетки и передвижения с теннисным мячом: 4.Удары «толчком» слева, справа 5. Передвижение у стола с имитацией ударов «подрезкой».	УК-7	
18	132465	Прочитайте текст и установите правильную выполнения упражнений, которые входят в методика обучения технике игры «Настольный теннис» 1. Способы держания ракетки: 2. Стойка и передвижение теннисиста 3.Позиции у стола (ближняя, средняя, дальняя). 4.Шаги одиночные, двойные, приставные, прыжки. 5.Способы подачи слева и справа: атакующие, защитные, подготовительные. 6.Подачи без вращения мяча.	УК-7	
19	3241	Прочитайте текст и установите правильную последовательность действий в обучении технике физических упражнений 1) закрепление 2) ознакомление 3) разучивание 4) совершенствование.	УК-7	
20	3412	Прочитайте текст и установите правильную последовательность действий в подготовительной части урока. 1 - общая разминка; 2 - специальная разминка; 3 - вводный ритуал;	УК-7	

		4 - установочные действия.	
Задания открытого типа на дополнение			
21	Парная встреча.	Запишите термин, о котором идет речь. (ответ запишите строчными буквами) Игра в личных или командных соревнованиях вдвоем с партнером против двух других игроков (двое на двое)....	УК-7
22	Командные	Запишите термин, о котором идёт речь. Состязания(соревнования) между командами, когда результаты отдельных участников засчитываются только команде....	УК-7
23	Спортивные игры	Запишите термин, о котором идёт речь. Виды любительского и профессионального спорта, направленные на достижения личной и командной цели....	УК-7
24	Настольный теннис	Запишите термин, о котором идёт речь. (ответ запишите строчными буквами) <u>Олимпийский</u> вид <u>спорта</u> , спортивная <u>игра</u> с мячом, в которой используют специальные <u>ракетки</u> и игровой стол, разграниченный сеткой пополам.....	УК-7
25	Теннисный стол	Запишите термин, о котором идёт речь. (ответ запишите строчными буквами) Специальный стол, разделённый сеткой на две половины...	УК-7
Задания открытого типа с развернутым ответом			
26	Настольный теннис — один из самых доступных и массовых видов спорта в нашей стране. Он является средством активного отдыха для многих категорий граждан, и особенно для занятых умственной деятельностью, так как помогает снять психическое напряжение и дать оптимальную нагрузку всем мышцам тела. Для этой увлекательной игры характерны не только эмоциональность и азарт игрового	Прочитайте текст и запишите развернутый ответ Охарактеризуйте структуру соревновательной деятельности теннисиста.	УК-7

	единоборства, но и проявление таких черт характера, как смелость, решительность, стойкость, самообладание, выдержка		
27	Раньше до 90-х годов было доминирование защитной техники игры над атакующей, вызвано это было тем, что губки на то время еще не так сильно крутили и не имели достаточной скорости. В настоящее время развит преимущественно атакующий стиль, а также иногда встречается комбинированный, когда есть жесткая атака и агрессивный прием (к примеру, подставками)	Прочитайте текст и запишите развернутый ответ Какие техники игры существуют в настольном теннисе?	УК-7
28	Чувство мяча – это когда мы контролируем силу, вращение и точность мяча, когда мы можем придать мячу по собственному желанию любое вращение, ударить в любое место и с заранее определенной скоростью.	Прочитайте текст и запишите развернутый ответ Что такое чувство мяча в настольном теннисе?	УК-7
29	В настольном теннисе существуют три вращения верхнее, нижнее и боковое. Все зависит от того в как идет ракетка по	Прочитайте текст и запишите развернутый ответ Какие вращения существуют в настольном теннисе?	УК-7

	отношению к мячу, если мы поднимаем ракетку, то верхнее, делаем вниз – нижнее, а если с боку, то боковое. Отсюда также получают еще и различные комбинации этих вращений: нижнее-боковое, верхнее-боковое. Есть также удар без вращения – плоский мяч.		
30	Современные технологии и развлечения предлагают молодым людям более привлекательные альтернативы проведения свободного времени, чем занятия спортом	Прочитайте текст и запишите развернутый ответ. Мотивация является важной составляющей того, чтобы начать заниматься спортом. Как вы считаете, почему мотивация заниматься спортом отсутствует среди большинства студентов?	УК-7