

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Научная статья

УДК 378.146

<https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-3-734-742>



Настольный теннис в рамках элективного курса по физической культуре

Екатерина Юрьевна МУКИНА , Дмитрий Владимирович ИВИНСКИЙ *

ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина»

392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33

*Адрес для переписки: iwinsky.dmitry@yandex.ru

Актуальность. Одним из методов повышения уровня преподавания физического воспитания является внедрение элективных дисциплин. Элективные дисциплины позволяют студенту удовлетворить свои профессиональные интересы и личностные наклонности, а преподавателю дают возможность наиболее эффективно организовать учебный процесс.

Материалы и методы. Одной из проблем преподавания является проведение постоянного контроля и учета успеваемости, правильное распределение баллов за выполнение заданий. Непрерывный контроль позволяет преподавателю определить недостатки и проблемы, возникающие при преподавании элективных дисциплин, и своевременно скорректировать учебный процесс.

Результаты исследования. Используя педагогические принципы спортивно-ориентированного физического развития, нами была разработана система критериев, позволяющая эффективно оценить подготовку студентов в процессе их обучения элективной дисциплины «Настольный теннис». Система оценок ориентирована на содержание учебного материала в модуле и учитывала такие основные направления подготовки, как специально-техническая подготовка, теоретико-методические основы тенниса, общая физическая подготовка. Оценка уровня подготовки студентов по специально-технической подготовке осуществлялась путем проверки навыков выполнения некоторых технических приемов. Качество и скорость выполнения данных приемов переводились в баллы. В процессе обучения комплекс технических приемов усложняется или возрастают требования к скорости и качеству его выполнения.

Выводы. Представленная система оценки позволила эффективно оценить уровень подготовки студентов при изучении элективной дисциплины «Настольный теннис».

Ключевые слова: элективные дисциплины, контроль и учет в физическом воспитании студентов, спортивно-ориентированное физическое воспитание

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Финансирование. Финансирование работы отсутствовало.

Для цитирования: Мукина Е.Ю., Ивинский Д.В. Настольный теннис в рамках элективного курса по физической культуре // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2024. Т. 29. № 3. С. 734-742. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-3-734-742>

RECREATIONAL AND ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION

Original article

<https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-3-734-742>

Table tennis as part of an elective course in physical education

Ekaterina Yu. MUKINA , Dmitry V. IVINSKY *

Derzhavin Tambov State University

33 Internatsionalnaya St., Tambov, 392000, Russian Federation

*Corresponding author: iwinsky.dmitry@yandex.ru

Importance. One of the methods to improve the level of physical education teaching is the introduction of elective disciplines. Elective disciplines allow the student to satisfy his professional interests and personal inclinations, and give the teacher the opportunity to organize the educational process most effectively.

Materials and Methods. One of the issues of teaching is carrying out constant monitoring and recording of progress, the correct distribution of points for completing assignments. Continuous monitoring allows the teacher to identify shortcomings and issues that arise when teaching elective disciplines and timely adjust the educational process.

Results and Discussion. Using the pedagogical principles of sports-oriented physical development, we have developed a system of criteria that allows us to effectively assess the preparation of students in the process of studying the elective discipline “Table Tennis”. The assessment system is focused on the content of educational material in the module and took into account the main areas of training such as special technical training, theoretical and methodological foundations of tennis, general physical training. The assessment of the level of students’ training in special technical training is carried out by testing the skills of performing certain technical techniques. The quality and speed of performing these techniques are translated into points. During the learning process, the set of technical techniques becomes more complex or the requirements for the speed and quality of its implementation increase.

Conclusion. The presented assessment system made it possible to effectively assess the level of students’ preparation when studying the elective discipline “Table Tennis”.

Keywords: elective disciplines, control and accounting in students’ physical education, sports-oriented physical education

Conflict of Interests. Authors declare no conflict of interests.

Funding. There is no funding of the work.

For citation: Mukina, E.Yu., & Ivinsky, D.V. (2024). Table tennis as part of an elective course in physical education. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review. Series: Humanities*, vol. 29, no. 3, pp. 734-742. (In Russ., abstract in Eng.) <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2024-29-3-734-742>

АКТУАЛЬНОСТЬ

В настоящее время одним из важнейших направлений развития общества является физическое воспитание. Привить студентам желание регулярно заниматься физической куль-

турой и спортом является приоритетным направлением в сфере высшего образования [1]. Регулярные занятия спортом дают возможность студентам получить специальные знания и навыки, которые им необходимы не только для повышения профессионального

уровня, но и для повышения уровня здоровья и сохранения на долгие годы высокой работоспособности. В процессе обучения преподаватель решает ряд задач, таких как:

- овладение студентами основами будущей профессии, повышение профессиональных навыков и умений;
- формирование практических навыков, которые обеспечивают повышение уровня здоровья;
- обучение студентов применению научных методов в области физической культуры [2; 3].

Выполнение вышеперечисленных задач является приоритетными задачами преподавателя. Все задачи можно разложить на следующие составляющие: планирование, выполнение, контроль и учет. Реализация дан-

ных составляющих дает возможность наиболее эффективно организовать физическое воспитание [4–6].

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В настоящее время основным направлением физического воспитания в вузах являются элективные дисциплины. Введение в образовательный процесс элективных дисциплин предоставляет преподавателям возможность внесения изменений в форму и содержание учебных занятий по физической культуре. В большинстве случаев элективные дисциплины позволяют скомпенсировать ограниченные возможности, возникающие в образовательном процессе [7–11].



Рис. 1. Педагогическая модель спортивно-ориентированного физического воспитания

Fig. 1. Pedagogical model of sports-oriented physical education

Таблица 1

Распределение максимального количества баллов
по направлениям элективной дисциплины «Настольный теннис»

Table 1

Distribution of the maximum number of points in the areas of the elective discipline "Table Tennis"

№ п/п	Направление подготовки	Максимальное количество баллов за:			
		1 семестр		2 семестр	
		Модуль 1	Модуль 2	Модуль 3	Модуль 4
1	Теоретико-методическая	15	15	15	15
2	Общая физическая	20	20	20	20
3	Специально-техническая	50	50	50	50
4	100 %-ная посещаемость	15	15	15	15
	Итого	100	100	100	100

Таблица 2

Распределение максимального количества баллов по различным направлениям подготовки

Table 2

Distribution of the maximum number of points in various areas of training

№ п/п	Направление подготовки	Содержание материала	Количество баллов
1	2	3	4
Содержание учебного материала в модуле № 1			
1	Теоретико-методическая подготовка	Организация занятий, техника безопасности	15
		Общая характеристика игры (стол для игры в настольный теннис, сетка и ее крепление к столу, ракетка, порядок игры, очко, партия, переигровка)	
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма	20
		Повышение уровня основных физических качеств человека	
3	Специально-техническая подготовка	Изучить хват ракетки, стойку теннисиста и технику перемещения у стола	50
		Изучить технику приемов без вращения мяча (удар-подача, удар толчком)	
Содержание учебного материала в модуле № 2			
1	Теоретико-методическая подготовка	История развития тенниса за рубежом и в нашей стране, успехи российских спортсменов на международной арене	15
		Укрепление здоровья методами физической культуры	
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма	20
		Повышение уровня основных физических качеств человека	
3	Специально-техническая подготовка	Закрепление и совершенствование стойки теннисиста и техники перемещения у стола	50
		Закрепление и совершенствование техники приемов без вращения мяча (удар-подача, удар толчком)	

Продолжение таблицы 2
Continuation of table 2

1	2	3	4
Содержание учебного материала в модуле № 3			
1	Теоретико-методическая подготовка	Гигиена проведения занятий настольным теннисом Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях теннисом	15
2	Общая физическая подготовка	Достижение высоких результатов в функциональном развитии организма Повышение уровня основных физических качеств спортсмена	20
3	Специально-техническая подготовка	Совершенствование стойки теннисиста и техники перемещения у стола Изучение техники приемов с верхним вращением мяча (накат справа/слева) Изучение техники подач с верхним вращением мяча	50
Содержание учебного материала в модуле № 4			
1	Теоретико-методическая подготовка	Разминки в настольном теннисе Физические качества и методика их развития	15
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма Повышение уровня основных физических качеств человека	20
3	Специально-техническая подготовка	Закрепление и совершенствование техники приемов с верхним вращением мяча (накат справа/слева) Закрепление и совершенствование техники подач с верхним вращением мяча	50
Содержание учебного материала в модуле № 5			
1	Теоретико-методическая подготовка	Средства и методы восстановления физических качеств Самостоятельные занятия настольным теннисом	15
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма Повышение уровня основных физических качеств человека	20
3	Специально-техническая подготовка	Совершенствование техники приемов с верхним вращением мяча (накат справа/слева) Совершенствование техники подач с верхним вращением мяча Изучить технику удара «Топ-спин»	50
Содержание учебного материала в модуле № 6			
1	Теоретико-методическая подготовка	Вспомогательное оборудование и тренажеры при изучении техники настольного тенниса Психологическая подготовка теннисиста	15
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма Повышение уровня основных физических качеств человека	20
3	Специально-техническая подготовка	Овладеть техникой с нижним вращением мяча Совершенствование техники с верхним вращением мяча	50
Содержание учебного материала в модуле № 7			
1	Теоретико-методическая подготовка	Тактическая подготовка теннисиста Правильное питание и режим дня при занятиях ФКиС	15
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма Повышение уровня основных физических качеств человека	20
3	Специально-техническая подготовка	Закрепление и повышение уровня применения техники с нижним вращением мяча Совершенствование техники с верхним вращением мяча (накат справа/слева, подача)	50

1	2	3	4
Содержание учебного материала в модуле № 8			
1	Теоретико-методическая подготовка	Соревновательная деятельность спортсмена	15
		Круговая и олимпийская системы проведения соревнований, их преимущества и недостатки	
2	Общая физическая подготовка	Рост и достижение высокого уровня функциональных возможностей организма	20
		Повышение уровня основных физических качеств человека	
3	Специально-техническая подготовка	Совершенствование техники с верхним вращением мяча (накат справа/слева, подача)	50
		Совершенствование техники с нижним вращением мяча (подрезка справа/слева, подача)	

Студенческие группы формируются на добровольной основе перед началом обучения. Необходимо отметить, что в процессе обучения у всех студентов есть возможность осуществить переход в другую группу [12–14]. Обучение по элективной дисциплине «Настольный теннис» имеет продолжительность 8 модулей [15].

Основными способами оценки успеваемости по элективной дисциплине «Настольный теннис» являются: выполнение нормативов, опрос, тестирование [16]. Распределение максимального количества баллов по различным направлениям подготовки и темам представлено в табл. 2.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В табл. 1–2 представлено примерное содержание учебного материала элективной дисциплины «Настольный теннис» по модулям, а также методы контроля и учета успеваемости студентов [17]. В настоящее время основой учета успеваемости является модульно-рейтинговая система. В табл. 1 представлено распределение максимального количества баллов по направлениям подготовки.

Оценка подготовленности студентов по специально-технической подготовке производилась при выполнении ряда технических приемов, затем количество выполнений упражнения переводится в баллы [18–19]. В зависимости от модуля набор технических

приемов усложняется или ужесточаются требования к его выполнению. Например, при выполнении приема «Набивание мяча ладонной стороной ракетки», для того чтобы получить максимальное количество баллов, студентка должна выполнить упражнение не менее 35 раз, а во втором – не менее 38, в третьем – не менее 40 раз. Для студентов требования более жесткие. В частности, для получения максимального количества баллов при выполнении теста «Набивание мяча ладонной стороной ракетки» для студента результат должен составлять не менее чем 40, 43, 45 раз в первом, втором и третьем модулях. Каждый технический прием отрабатывается примерно 3–4 модуля. Всего студенты изучают 17 различных технических приемов.

ВЫВОДЫ

Оценка общей физической подготовки студентов производилась по результатам выполнения следующих упражнений [20]:

для девушек:

- сгибание и разгибание рук в упоре на коленях, ноги скрестно;
- лежа на спине хват руками за гимнастическую стенку (скамейку), поднятие прямых ног до касания стенки;
- приседание на одной ноге, стоя на гимнастической скамейке, опора о гладкую стену (на каждой ноге);
- прыжок в длину с места;

для юношей:

- подтягивание на перекладине;
- прыжок в длину с места;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа, ноги на гимнастической скамейке;
- в висе на перекладине поднимание ног до касания перекладины.

Так же, как и при оценке подготовленности студентов по специально-технической подготовке в процессе обучения (от первого к восьмому модулю), требования ужесточаются. Так, для получения максимального количества баллов при выполнении упражнения подтягивание на перекладине в первом модуле необходимо выполнить не менее 9 подтягиваний, а в восьмом модуле – 12.

Список источников

1. Гилев Г.А., Каткова А.М. Физическое воспитание студентов. М.: МПГУ, 2018. 336 с. <https://elibrary.ru/vwigff>
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры. Техника, тактика обучения. М.: Изд. центр «Академия», 2001. 520 с.
3. Пешкова Н.В., Лубышева Л.И., Пешков А.А. Спортизация физического воспитания как условие развития студенческого спорта в вузах неспортивного профиля // Теория и практика физической культуры. 2013. № 12. С. 88-90. <https://elibrary.ru/rrueqf>
4. Завьялов А.В., Абраменко М.Н., Щербаков И.В., Евсеева И.Г. Физическая культура и спорт в вузе. Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. 106 с. <https://elibrary.ru/ipuuvk>
5. Стриханов М.Н., Савинков В.И. Физическая культура и спорт в вузах. М.: Изд-во «Юрайт», 2018. 153 с. <https://elibrary.ru/zjbhnb>
6. Пешкова Н.В. Спортивная ориентация студентов в процессе реализации спортизированного физического воспитания в вузе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 4. С. 21-24. <https://elibrary.ru/wejhnj>
7. Венгерова Н.Н., Кудашова Л.Т. Проектирование кинезиологических конструкторов для студентов высшей школы в рамках элективного курса по физической культуре // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. № 1. С. 63-67. <https://doi.org/10.24158/spp.2019.1.11>, <https://elibrary.ru/yvrhjf>
8. Коршунова О.С., Роледер Л.Н. Элективные курсы по физическому воспитанию в вузах, перспективы и возможности // Молодой ученый. 2016. № 23 (127). С. 558-560. <https://elibrary.ru/wzvyar>
9. Сорокина К.А., Солодовник Е.М. Реализация курса «физическая культура» (элективные дисциплины) // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. Серия: Педагогические науки. 2019. № 2-2. С. 44-46. <https://doi.org/10.24411/2500-1000-2019-10569>, <https://elibrary.ru/yzedfj>
10. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту / сост. А.В. Шулаков и др. Новосибирск: Новосиб. гос. ун-т экономики и управления «НИНХ», 2018. 83 с.
11. Кудашова Л.Т., Венгерова Н.Н. Формирование компетенций студентов в рамках элективного курса по физической культуре // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2017. № 3. С. 33-40. <https://elibrary.ru/zrbyxt>
12. Ивинский Д.В. Методические рекомендации по организации и проведению спортивно-ориентированных занятий по настольному теннису для студентов, обучающихся по программе бакалавра // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2017. Т. 22. Вып. 2 (166). С. 36-41. [https://doi.org/10.20310/1810-0201-2017-22-2\(166\)-36-41](https://doi.org/10.20310/1810-0201-2017-22-2(166)-36-41), <https://elibrary.ru/yhocgl>
13. Ивинский Д.В. Современные векторы физического воспитания студенческой молодежи // Вестник Тамбовского университета. Кафедра адаптивной физической культуры. Приложение к журналу. 2009. С. 78-89.
14. Тычинин Н.В. Элективные курсы по физической культуре и спорту. Воронеж: Воронеж. гос. ун-т инженерных технологий, 2017. 64 с. <https://elibrary.ru/zvcuwj>
15. Методика обучения студентов технике игры в настольный теннис / сост. Ю.А. Ретинская. Орел: ОрелГАУ им. Н.В. Парахина, 2018. 73 с. <https://elibrary.ru/xrioip>
16. Спортивные игры: правила, тактика, техника / под общ. ред. Е.В. Консеевой. М.: Изд-во «Юрайт», 2019. 321 с. <https://elibrary.ru/cogvmj>
17. Затолокина Г.В., Чеснокова Н.Н. Физическая культура. Теннис. Новосибирск: НГТУ, 2018. 56 с.

18. Кузин О.П. Азбука основ настольного тенниса. Знание. Умение. Совершенство. Нижневартовск: НГУ, 2019. 236 с. <https://elibrary.ru/plpkax>
19. Настольный теннис в системе физического воспитания обучающихся вуза / сост. Н.А. Попованова, В.М. Кравченко, А.Л. Кузнецов. Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2021. 80 с.
20. Орлова Л.Т., Марков А.Ю. Настольный теннис. СПб.: Лань, 2021. 40 с.

References

1. Gilev G.A., Katkova A.M. (2018). *Fizicheskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students]. Moscow, Moscow Pedagogical State University Publ., 336 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/vwigff>
2. Zheleznyak Yu.D. (2001). *Sportivnye igry. Tekhnika, taktika obucheniya* [Sport Games. Technique, Training Tactics]. Moscow, Publishing center "Academy", 520 p. (In Russ.)
3. Peshkova N.V., Lubysheva L.I., Peshkov A.A. (2013). Sportization of physical education as a condition of development of student sport in non-sports universities. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury = Theory and Practice of Physical Culture*, no. 12, pp. 88-90. (In Russ.) <https://elibrary.ru/rueqf>
4. Zav'yalov A.V., Abramenko M.N., Shcherbakov I.V., Evseeva I.G. (2020). *Fizicheskaya kul'tura i sport v vuze* [Physical Culture and Sports at the University]. Moscow, Berlin, Direct-Media Publ., 106 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/ipuuvk>
5. Strikhanov M.N., Savinkov V.I. (2018). *Fizicheskaya kul'tura i sport v vuzakh* [Physical Culture and Sports in Universities]. Moscow, Urait Publ., 153 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/zjbhnb>
6. Peshkova N.V. (2016). University students' sport orientation in academic sport-centered physical education process. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka = Physical Education: Education, Training*, no. 4, pp. 21-24. (In Russ.) <https://elibrary.ru/wejhj>
7. Vengerova N.N., Kudashova L.T. (2019). Design of kinesiological constructs for higher education female students within the elective course on physical education. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika = Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*, no. 1, pp. 63-67. (In Russ.) <https://doi.org/10.24158/spp.2019.1.11>, <https://elibrary.ru/yvrhfj>
8. Korshunova O.S., Roleder L.N. (2016). Ehlektivnye kursy po fizicheskomu vospitaniyu v vuzakh, perspektivy i vozmozhnosti [Elective courses in physical education at universities, prospects and opportunities]. *Molodoi uchenyi* [Young Scientist], no. 23 (127), pp. 558-560. (In Russ.) <https://elibrary.ru/wzvyar>
9. Sorokina K.A., Solodovnik E.M. (2019). Realization of the course "physical culture" (elective disciplines). *Mezhdunarodnyi zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk. Seriya: Pedagogicheskie nauki = International Journal of Humanities and Natural Sciences*, no. 2-2, pp. 44-46. (In Russ.) <https://doi.org/10.24411/2500-1000-2019-10569>, <https://elibrary.ru/yzedfj>
10. Shulakov A.V. et al. (compilers). (2018). *Ehlektivnye distsipliny po fizicheskoi kul'ture i sportu* [Elective Disciplines in Physical Culture and Sports]. Novosibirsk, Novosibirsk State University of Economics and Management Publ., 83 p. (In Russ.)
11. Kudashova L.T., Vengerova N.N. (2017). Formation of competence of students within the elective courses for physical culture. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya kul'tura. Sport = News of the Tula state university. Physical culture. Sport*, no. 3, pp. 33-40. (In Russ.) <https://elibrary.ru/zrbyxt>
12. Ivinskii D.V. (2017). Methodic recommendations on organization and carrying out sports-oriented classes on ping-pong for bachelor program students. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review: Series Humanities*, vol. 22, no. 2 (166), pp. 36-41. (In Russ.) [https://doi.org/10.20310/1810-0201-2017-22-2\(166\)-36-41](https://doi.org/10.20310/1810-0201-2017-22-2(166)-36-41), <https://elibrary.ru/yhocgl>
13. Ivinskii D.V. (2009). Sovremennye vektory fizicheskogo vospitaniya studencheskoi molodezhi [Modern vectors of physical education for students]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Kafedra adaptivnoi fizicheskoi kul'tury. Prilozhenie k zhurnalu [Tambov University Review. Adaptive Physical Culture Department. Supplement to the Journal]*, pp. 78-89. (In Russ.)
14. Tychinin N.V. (2017). *Ehlektivnye kursy po fizicheskoi kul'ture i sportu* [Elective Courses in Physical Education and Sports]. Voronezh, Voronezh State University of Engineering Technologies Publ., 64 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/zvcuwj>

15. Retinskaya Yu.A. (compiler). (2018). *Metodika obucheniya studentov tekhnike igry v nastol'nyi tennis* [Methods of Teaching Students the Technique of Playing Table Tennis]. Orel, Orel State Agrarian University named after N.V. Parakhin Publ., 73 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/xrioip>
16. Koneeva E.V. (gen. ed.). (2019). *Sportivnye igry: pravila, taktika, tekhnika* [Sports Games: Rules, Tactics, Technique]. Moscow, Urait Publ., 321 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/cogvmj>
17. Zatolokina G.V., Chesnokova N.N. (2018). *Fizicheskaya kul'tura. Tennis* [Physical Culture. Tennis]. Novosibirsk, Novosibirsk State Technical University Publ., 56 p. (In Russ.)
18. Kuzin O.P. (2019). *Azbuka osnov nastol'nogo tennisa. Znanie. Umenie. Sovershenstvo* [ABC of table tennis basics. Knowledge. Skill. Perfection]. Nizhnevartovsk, Nizhnevartovsk State University Publ., 236 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/plpkax>
19. Popovanova N.A., Kravchenko V.M., Kuznetsov A.L. (compilers). (2021). *Nastol'nyi tennis v sisteme fizicheskogo vospitaniya obuchayushchikhsya vuza* [Table Tennis in the System of Physical Education of University Students]. Krasnoyarsk, Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafyev Publ., 80 p. (In Russ.)
20. Orlova L.T., Markov A.Yu. (2021). *Nastol'nyi tennis* [Table Tennis]. St. Petersburg, Lan' Publ., 40 p. (In Russ.)

Информация об авторах

Мукина Екатерина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры адаптивной физической культуры и безопасности жизнедеятельности, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0000-0002-5377-1365>
mukinaeu@mail.ru

Ивинский Дмитрий Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0000-0002-6340-6513>
iwinsky.dmitry@yandex.ru

Поступила в редакцию 24.02.2024
Получена после доработки 14.05.2024
Принята к публикации 29.05.2024

Information about the authors

Ekaterina Yu. Mukina, PhD (Education), Associate Professor, Associate Professor of Adaptive Physical Culture and Life Safety Department, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

<https://orcid.org/0000-0002-5377-1365>
mukinaeu@mail.ru

Dmitry V. Ivinsky, PhD (Education), Associate Professor, Associate Professor of Physical Education Department, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation.

<https://orcid.org/0000-0002-6340-6513>
iwinsky.dmitry@yandex.ru

Received 24.02.2024
Revised 14.05.2024
Accepted 29.05.2024