

7 семестр

Контрольная работа - по теме: «Планирование спортивной тренировки в художественной гимнастике»

Разработать план спортивной тренировки на 1 год (годовой макроцикл).

2 варианта работы:

Вариант №1: - начальный этап тренировки (группа НП-1)

- специализированный этап тренировки (группа УТ-2)

Вариант №2: - начальный этап тренировки (группа НП-2)

- специализированный этап тренировки (группа УТ-1)

Работа должна иметь введение со следующими разделами:

- краткая характеристика группы гимнасток

- цель и основные задачи данного этапа тренировки

- соревнования, их количество и содержание

- контрольные нормативы, характеризующие различные стороны подготовленности гимнасток

Основная часть работы должна быть представлена в виде таблиц (план-график). План-график составляется на год (годовой макроцикл), в соответствии с нормативными документами.

В план-графике должны быть представлены основные средства художественной гимнастики и их распределение в годовом макроцикле, в соответствии с периодами подготовки и с указанием времени отводимого на применение данных средств (упражнений) в тренировочном процессе.

Критерии оценки за контрольную работу

15 баллов – задание выполнено формально, тема не раскрыта, в работе отсутствуют некоторые ее разделы, неаккуратность оформления

16 баллов – задание выполнено формально, тема не раскрыта, студент не осознает связь данной темы с другими объектами дисциплины, дополнительные вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента на какой-либо вопрос.

17 баллов - тема раскрыта недостаточно, допущены значительные ошибки в большей части работы, при ответе на дополнительные вопросы студент не способен объяснить выбор тех или иных средств и методику их распределения в годовом макроцикле.

18 баллов - тема раскрыта недостаточно, студент отвечает на вопросы с помощью преподавателя, показывая обобщенные знания по данной теме

19 баллов - в работе, присутствует фрагментарность изложения письменного материала, отсутствуют некоторые разделы во введении, студент отвечает на вопросы с помощью преподавателя, не может конкретизировать обобщенные знания.

20 баллов - недостаточно последовательно и полно изложен материал, умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано.

21 балл – в работе материал представлен полно, но нет четкой структуры изложения, в ответах на вопросы могут быть допущены ошибки или недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.

22 балла – в работе достаточно последовательно и полно представлен материал, даны ответы на поставленные вопросы.

23 балла - в работе прослеживается четкая структура и логическая последовательность в изложении материала, дан полный, развернутый ответ на поставленные вопросы.

24 балла – тема раскрыта со всех позиций изучаемой дисциплины, студент дает четкие ответы на поставленные вопросы.

25 баллов – в работе доказательно раскрыты основные положения темы, дан полный ответ, в котором прослеживается четкая структура; показано владение системой планирования спортивной тренировки в художественной гимнастике

26 баллов – в работе последовательно и полно представлен материал, ответ формулируется в терминах наук, изложен литературным языком

27 баллов – в работе последовательно и полно представлен материал, знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей.

28 баллов – задание выполнено в полном объеме и без ошибок, в ответах на вопросы демонстрируется умение практического применения рассматриваемого вопроса

29 баллов – задание выполнено в полном объеме, ответ логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента, умение устанавливать причинно-следственные связи.

30 баллов – заданная тема раскрыта полностью, показано свободное владение технологией планирования спортивной тренировки в художественной гимнастике, дан полный и исчерпывающий ответ на поставленные вопросы, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделять существенные и несущественные признаки.