

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Технология спортивной тренировки в ИВС

VII-VIII семестр

Социология ФК (Б.1.ДВ.01), Конфликтология (Б.1.ДВ.02), Гигиенические основы ФСД(Б.3.05), Психология ФК (Б.3.06), Педагогика ФК (Б.3.07), Научно-методическая деятельность (Б.3.07.01), Правовые основы профессиональной деятельности (Б.3.11), Основы медицинских знаний(Б.3.14.01), Технологии спортивной тренировки (Б.3.В.1.01), ПСС (Б.3.В.1.02), Физиология спорта (Б.3.В.01.05), Спортивная биохимия (Б.3.В.01.04), Физиология спорта (Б.3.В.1.07), Теория спорта (Б.3.В.1.08), Экономика ФК иС (Б.3.В.1.01), Маркетинг (Б.3.ДВ.03), Социальная педагогика (Б.3.ДВ.03)					
<u>Базовый модуль</u>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Седьмой семестр					
1.		Семинарское занятие 1. Цель и задачи спортивной тренировки. Цель и задачи спортивной тренировки в избранном виде спорта. Контрольная работа.	15/30!	30	30
2.		Семинарское занятие 1. Принципы спортивной тренировки. Общие принципы спортивной тренировки. Специфические принципы спортивной тренировки. Первый текущий контроль.	1/6	36	10
3.		Семинарское занятие 2. Средства спортивной тренировки в ИВС. Классификация средств спортивной тренировки в избранном виде спорта. Второй текущий контроль.	1/6	42	10
4.		Семинарское занятие 3. Методы спортивной тренировки в ИВС. Характеристика методов, направленных на развитие силовых качеств (абсолютная сила, взрывная сила, силовая выносливость, собственно-силовые качества). Характеристика методов, направленных на процесс технической подготовки в избранном виде. Третий текущий контроль.	2/6	48	10
Восьмой семестр					
5.		Семинарское занятие 1. Характеристика и компоненты нагрузки в ИВС (объём, интенсивность, количество подходов, количество повторений, характер и	2/6	54	10

		интервалы отдыха). Четвертый текущий контроль.			
6.		Семинарское занятие 1. Планирование, контроль и учёт спортивной тренировки в ИВС (виды, задачи, методика).			38
7.		Семинарское занятие 2. Моделирование в ИВС (компоненты моделей, виды моделей, модельные характеристики). Рубежный контроль.	5/10	64	10
8.		Семинарское занятие 3. Отбор в ИВС (стадии, цели, задачи, системы отбора). Пятый текущий контроль. Реферат	2/6	70	10
Промежуточный контроль (зачёт)			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за IV курс			50/100	100	

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат: Классификация упражнений в спортивной аэробике	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат: Классификация упражнений парно-групповой акробатики.	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат: Классификация базовых упражнений в спортивной аэробике.	10
4	По расписанию преподавателя	Реферат: Классификация сальтовых упражнений.	10
5	По расписанию преподавателя	Реферат: «Моделирование и отбор в ИВС»	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

IX семестр

Технологии спортивной тренировки (Б.3.В.1.01), ПСС (Б.3.В.1.02), Спортивная психология (Б.3.В.1.06), Спортивная медицина (Б.3.В.1.09), ЛФК (Б.3.В.1.11), Психология здоровья (Б.3.ДВ.04), ЗОЖ (Б.3.ДВ.05), ВОЧ (Б.3.ДВ.06), Организация спортивно-зрелищных мероприятий (Б.3.ДВ.07), Акмеология ФК Ис (Б.3.ДВ.09), Менеджмент спортивных соревнований (Б.3.ДВ.11)					
Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Девятый семестр					
1.		Семинарское занятие 1. Физическая подготовка в ИВС (основные понятия, задачи, факторы, влияющие на развитие физических качеств), виды физических качеств, методика развития физических качеств в избранном виде спорта. Контрольная работа.	15/30!	30	20
2.		Семинарское занятие 1. Средства физической подготовки в ИВС. Методика развития физических качеств. Первый текущий контроль.	1/6	36	6
3.		Семинарское занятие 2. Техническая подготовка в ИВС (основные понятия, задачи, компоненты результативности техники, значение техники в ИВС), методика технической подготовки в избранном виде спорта. Второй текущий контроль.	1/6	42	6
4.		Семинарское занятие 3. Средства технической подготовки в ИВС. Третий текущий контроль.	2/6	48	6
5.		Семинарское занятие 4. Тактическая подготовка в ИВС (основные понятия, цели и задачи, виды), средства и методы, психологические составляющие тактической подготовки, методика тактической подготовки в избранном виде спорта. Четвертый текущий контроль.	2/6	54	6
6.		Семинарское занятие 5. Средства тактической подготовки в ИВС. Рубежный контроль.	5/10	64	20
7.		Семинарское занятие 6. Психологическая			

		подготовка в ИВС.			
8.		Семинарское занятие 7. Теоретическая подготовка в ИВС. Пятый текущий контроль. Реферат	2/6	70	12
Промежуточный контроль (зачёт)			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за девятый семестр			50/100	100	

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат: «Методика развития взрывной силы».	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат: «Методика развития абсолютной силы».	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат: «Методика развития взрывной силовой выносливости».	10
4	По расписанию преподавателя	Реферат: «Методика развития собственно-силовых качеств».	10
5	По расписанию преподавателя	Реферат: «Системы отбора в избранном виде спорта».	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

X семестр

Пропаганда и связи с общественностью (Б.3.В.1.07), Массаж (Б.3.В.1.11), Спортивный маркетинг (Б.3.ДВ.08), Адаптивная физическая рекреация (Б.3.ДВ.10)					
<u>Базовый модуль</u>					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Десятый семестр					
1.		Семинарское занятие 1. Содержание тренировочных микроциклов в ИВС (определение, структура, факторы, влияющие на формирование), типы, примерные программы в избранном виде спорта. Контрольная работа.	15/30!	30	20
2.		Семинарское занятие 2. Структура тренировочных микроциклов в ИВС. Планирование параметров объёма тренировочной нагрузки в микроцикле в зависимости квалификации спортсмена в избранном виде спорта. Первый текущий контроль.	1/6	36	6
3.		Семинарское занятие 3. Содержание тренировочных мезоциклов в ИВС (определение, структура, факторы, влияющие на формирование), типы, примерные программы в избранном виде спорта. Второй текущий контроль.	1/6	42	6
4.		Семинарское занятие 4. Структура тренировочных мезоциклов в ИВС. Третий текущий контроль.	2/6	48	6
5.		Семинарское занятие 5. Содержание тренировочных макроциклов в ИВС (определение, структура, факторы, влияющие на формирование), типы, примерные программы в избранном виде спорта. Четвертый текущий контроль.	2/6	54	6
6.		Семинарское занятие 5. Структура тренировочных макроциклов в ИВС.			20
7.		Семинарское занятие 6. Многолетняя спортивная тренировка в ИВС (стадия базовой подготовки, стадия максимальной реализации спортивных возможностей,	5/10	64	

		стадия спортивного долголетия). Рубежный контроль.			
8.		Семинарское занятие 7. Этапы многолетней подготовки (определение, структура, факторы, влияющие на формирование), типы, примерные программы в ИВС. Пятый текущий контроль. Реферат	2/6	70	8
Промежуточный контроль (экзамен)			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за десятый семестр			50/100	100	

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров объёма тренировочной нагрузки в микроцикле зависимости от квалификации спортсмена в спортивной аэробике».	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров интенсивности тренировочной нагрузки в микроцикле зависимости от квалификации спортсмена в спортивной аэробике».	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров объёма тренировочной нагрузки в мезоцикле зависимости от квалификации спортсмена в спортивной аэробике»	10
4	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров интенсивности тренировочной нагрузки в мезоцикле зависимости от квалификации спортсмена в спортивной аэробике».	10
5	По расписанию преподавателя	Реферат: «Многолетняя спортивная тренировка в ИВС».	10