

7 семестр

Классификация и техника специально-подготовительных акробатических упражнений (прыжки) - КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (15-30).

Составить комплекс специально-подготовительных упражнений с использованием акробатических элементов - перевороты. Комплекс должен содержать не менее 12 упражнений по предложенной тематике. Контрольная работа оформляется в свободном изложении.

Критерии оценки (баллы):

Критерии оценки (баллы):

30 – представлены 12 упражнений в комплексе. Упражнения подобраны в строгом соответствии с заданием. Студент отвечает на дополнительные вопросы.

29 - представлены 12 упражнений в комплексе. Упражнения подобраны в строгом соответствии с заданием. Студент отвечает на дополнительные вопросы не в полном объеме требований.

28 - представлены 12 упражнений в комплексе. Упражнения подобраны в строгом соответствии с заданием. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы.

27 - представлены 12 упражнений в комплексе. Упражнения подобраны в строгом соответствии с заданием. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы непоследовательно.

26 - представлены 12 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не строго соответствуют заданию. Студент отвечает на дополнительные вопросы с незначительными ошибками.

25 - представлены 12 упражнений в комплексе. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с незначительными ошибками.

24 - представлены 11 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с незначительными ошибками

23 - представлены 10 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с незначительными ошибками

22 - представлены 9 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с незначительными ошибками

21 - представлены 9 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы со значительными ошибками

20 - представлены 8 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы со значительными ошибками

19 - представлены 8 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с грубыми ошибками

18 - представлены 8 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с грубыми ошибками

17 - представлены 8 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент не отвечает на дополнительные вопросы

16 - представлены 7 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент отвечает на дополнительные вопросы с грубыми ошибками

15 - представлены 7 упражнений в комплексе. Подобранные упражнения не соответствуют заданию. Отсутствует логическая связь между упражнениями в комплексе. Студент не отвечает на дополнительные вопросы

8 семестр

Контрольная работа.

Темы:

1. Цель и задачи спортивной тренировки.
2. Принципы спортивной тренировки.
3. Цель и задачи спортивной тренировки в избранном виде спорта.
4. Общие принципы спортивной тренировки.
5. Специфические принципы спортивной тренировки.
6. Средства спортивной тренировки в ИВС.
7. Классификация средств спортивной тренировки в избранном виде спорта.
8. Методы спортивной тренировки в ИВС. Характеристика методов, направленных на развитие силовых качеств (координация, гибкость, ловкость, взрывная сила, силовая выносливость, собственно-силовые качества).
9. Характеристика методов, направленных на процесс технической подготовки в избранном виде спорта.

Критерии оценки:

Критерии оценки контрольной работы

1. Актуальность темы исследования обоснована.
2. Содержание работы раскрывает заявленную тему.
3. Результаты отражают решение поставленных в исследовании задач.
4. Сформулирована цель исследования.
5. Сформулированы задачи исследования.
6. Сформулирован объект исследования.
7. Сформулирован предмет исследования
8. Введение - обосновано.
9. Основная часть - содержательна и обоснована.
10. Выводы - по существу работы, лаконичны.
11. Представлен теоретический обзор современной литературы по теме исследования.
12. Используются данные из смежных дисциплин.
13. Работа оформлена в соответствии с требованиями.
14. Демонстрируются навыки самостоятельной работы с научной литературой и нормативными актами.
15. Научный стиль изложения материала.
16. Показана авторская позиция по проблеме.
17. Каждая часть контрольной работы представляет собой относительно законченный этап исследования, органично связанный с последующим.
18. Наличие ссылок на источники.
19. Достигнута цель исследования.
20. Ссылки соответствуют библиографическому ГОСТу.

Шкала оценки:

Соответствие контрольной работе критериям оценки

Оценка контрольной работы	Соответствие критерием оценки
30 баллов	Работа соответствует 20 критериям из 20
29 баллов	19 из 20
28 баллов	18 из 20
27 баллов	17 из 20
26 баллов	16 из 20
25 баллов	15 из 20
24 баллов	14 из 20
23 баллов	13 из 20
22 баллов	12 из 20
21 баллов	11 из 20
20 баллов	10 из 20
19 баллов	9 из 20
18 баллов	8 из 20
17 баллов	7 из 20
16 баллов	6 из 20
15 баллов	5 из 20

9 семестр

Контрольная работа.

Темы:

1. Развитие физических качеств в ИВС.
2. Развитие специальных физических качеств в ИВС.
3. Основные компоненты технической подготовки в ИВС.
4. Значение техники в акробатическом рок-н-ролле.
5. Тактическая подготовка в ИВС.
6. Теоретическая подготовка в ИВС.
7. Психологическая подготовка в ИВС.

Критерии оценки:

Критерии оценки контрольной работы

1. Актуальность темы исследования обоснована.
2. Содержание работы раскрывает заявленную тему.
3. Результаты отражают решение поставленных в исследовании задач.

4. Сформулирована цель исследования.
5. Сформулированы задачи исследования.
6. Сформулирован объект исследования.
7. Сформулирован предмет исследования
8. Введение - обосновано.
9. Основная часть - содержательна и обоснована.
10. Выводы - по существу работы, лаконичны.
11. Представлен теоретический обзор современной литературы по теме исследования.
12. Используются данные из смежных дисциплин.
13. Работа оформлена в соответствии с требованиями.
14. Демонстрируются навыки самостоятельной работы с научной литературой и нормативными актами.
15. Научный стиль изложения материала.
16. Показана авторская позиция по проблеме.
17. Каждая часть контрольной работы представляет собой относительно законченный этап исследования, органично связанный с последующим.
18. Наличие ссылок на источники.
19. Достигнута цель исследования.
20. Ссылки соответствуют библиографическому ГОСТу.

Шкала оценки:

Соответствие контрольной работе критериям оценки

Оценка контрольной работы	Соответствие критериям оценки
30 баллов	Работа соответствует 20 критериям из 20
29 баллов	19 из 20
28 баллов	18 из 20
27 баллов	17 из 20
26 баллов	16 из 20
25 баллов	15 из 20
24 баллов	14 из 20
23 баллов	13 из 20
22 баллов	12 из 20
21 баллов	11 из 20
20 баллов	10 из 20
19 баллов	9 из 20
18 баллов	8 из 20
17 баллов	7 из 20
16 баллов	6 из 20

15 баллов	5 из 20
-----------	---------

10 семестр

Контрольная работа. Содержание и структура тренировочных микроциклов в ИВС

Темы:

1. Характеристика базового микроцикла в подготовительном периоде подготовки.
2. Характеристика втягивающего микроцикла – направленность, средства.
3. Характеристика ударного микроцикла – направленность, средства.
4. Характеристика предсоревновательного микроцикла - средства
5. Характеристика втягивающего микроцикла – направленность, средства.

Критерии оценки:

Критерии оценки контрольной работы

1. Актуальность темы исследования обоснована.
2. Содержание работы раскрывает заявленную тему.
3. Результаты отражают решение поставленных в исследовании задач.
4. Сформулирована цель исследования.
5. Сформулированы задачи исследования.
6. Сформулирован объект исследования.
7. Сформулирован предмет исследования
8. Введение - обосновано.
9. Основная часть - содержательна и обоснована.
10. Выводы - по существу работы, лаконичны.
11. Представлен теоретический обзор современной литературы по теме исследования.
12. Используются данные из смежных дисциплин.
13. Работа оформлена в соответствии с требованиями.
14. Демонстрируются навыки самостоятельной работы с научной литературой и нормативными актами.
15. Научный стиль изложения материала.
16. Показана авторская позиция по проблеме.
17. Каждая часть контрольной работы представляет собой относительно законченный этап исследования, органично связанный с последующим.
18. Наличие ссылок на источники.
19. Достигнута цель исследования.
20. Ссылки соответствуют библиографическому ГОСТу.

Шкала оценки:

Соответствие контрольной работе критериям оценки

Оценка контрольной работы	Соответствие критериям оценки
30 баллов	Работа соответствует 20 критериям из 20
29 баллов	19 из 20
28 баллов	18 из 20
27 баллов	17 из 20

26 баллов	16 из 20
25 баллов	15 из 20
24 баллов	14 из 20
23 баллов	13 из 20
22 баллов	12 из 20
21 баллов	11 из 20
20 баллов	10 из 20
19 баллов	9 из 20
18 баллов	8 из 20
17 баллов	7 из 20
16 баллов	6 из 20
15 баллов	5 из 20