

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально - спортивное совершенствование
(эстетическая гимнастика)

I,2 курс 1 - 4 семестр

№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы
1		Практическое занятие 1. Фрагмент подготовительной части урока эстетической гимнастики. Разновидности ходьбы и бега.			
2		Практическое занятие 2. 1-й текущий контроль - оценка техники выполнения специфических видов ходьбы и бега	1/4	1/ 4	
3		Практическое занятие 3. Партерная разминка для занимающихся эстетической гимнастикой на начальном этапе подготовки под музыкальное сопровождение.			
4		Практическое занятие 4. 2-й текущий контроль - оценка техники выполнения упражнений партерной разминки	2/4	3/8	
5		Практическое занятие 5. Техника выполнения движений тела: волн и взмахов			
6		Практическое занятие 6. 3-й текущий контроль - оценка техники выполнения волн и взмахов	1/4	4/12	
7		Практическое занятие 7. Техника выполнения упражнений группы «равновесия».			
8		Практическое занятие 8. 4 текущий контроль оценка техники выполнения упражнений группы «равновесия»	1/4	5/16	
9		Практическое занятие 9. техника выполнения упражнений группы прыжки.			
10		Практическое занятие 10. Текущий контроль - 5 оценка техники выполнения упражнений группы «прыжки».	1/4	6/20	
		Контрольная работа	15/30!	21/50	
11		Практическое занятие 11. Проведение фрагмента подготовительной части урока – ходьба и бег. Текущий контроль - 6 оценка умения проводить упражнения в ходьбе и	1/4	7/54	

		беге.			
12		Практическое занятие 12. Партерная разминка. Текущий контроль - 7-оценка умения проводить партерный урок под музыкальное сопровождение	1/4	8/58	
13		Практическое занятие 13. Серии упражнений групп А и В. Судейство их исполнения. Текущий контроль - 8- оценка техники выполнения серий упражнений групп А и В	1/4	9/62	
14		Практическое занятие 14. Фрагмент соревновательного упражнения эстетической гимнастики. Судейство исполнения			
15		Практическое занятие 15 Текущий контроль - 9- оценка техники выполнения фрагмента соревновательного упражнения	2/4	11/66	
16		Практическое занятие 10. Судейство исполнения упражнения эстетической гимнастики Текущий контроль - 10- оценка судейства	2/4	13/70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

3 курс, 5,6 семестры

№ 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		Практическое занятие 1. Упражнения по специальной физической подготовке - тестирование 1-й текущий контроль- тестирование специальных физических способностей	4/10	4/10	10

2		Практическое занятие 2. Упражнения на отработку выразительности, синхронности в учебных и соревновательных упражнениях. 2-й текущий контроль - оценка выразительности, синхронности в учебных и соревновательных упражнениях	3/10	3/20	12
		Контрольная работа-Технология тестирования специальных физических способностей в эстетической гимнастике 6 семестр	15/30!	18/50	20
3		Практическое занятие 3. Совершенствование проведения партерной разминки 3-й текущий контроль - оценка проведения партерной разминки в эстетической гимнастике на этапе совершенствования	3/10	20/60	12
4		Практическое занятие 4. Упражнения на отработку и совершенствование элементов и соединений соревновательной композиции. 4 текущий контроль-оценка элементов и соединений в соревновательном упражнении.	3/10	22/70	12
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

4 курс, 7,8 семестры

№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоймость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
-----------	--------------------	------------------------------------	------------------------------	---------------------------------	--

1		7 семестр Практическое занятие 1. Проведение упражнений ритмической гимнастики и разминки у гимнастической стенки			18
2		1-й текущий контроль- судейство технической ценности упражнений эстетической гимнастики	4/10		12
3.		Практическое занятие 2. Упражнения на совершенствование соревновательной комбинации в целом 2-й текущий контроль – оценка исполнения соревновательной комбинации в целом	3/10	3/20	22
		Контрольная работа-технология составления композиций в эстетической гимнастике	15/30!	18/50	20
		8 семестр			
4		Практическое занятие 3. Проведение джазовой разминки для гимнасток среднего звена, Упражнения СФП. Составление показательного выступления			
5		3-й текущий контроль - оценка проведения джазовой разминки в эстетической гимнастике	3/10	20/60	20
6		Практическое занятие 4. Разучивание показательного выступления, Судейство артистической ценности композиции		22/70	12
7		4 текущий контроль-оценка составления и разучивания показательного выступления	3/10		24
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	10
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

5 курс, 9 семестр

№ 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		Практическое занятие 1. Проведение джазовой разминки с гимнастками на этапе совершенствования.			
2		1-й текущий контроль - Учебная практика – проведение джазовой разминки для гимнасток на этапе совершенствовании	4/12		20
3.		Практическое занятие 2. Упражнения на совершенствование соревновательной комбинации в целом, судейство упражнений			
4		2-й текущий контроль - оценка судейства композиции соревновательного упражнения	4/14	8/26	12
5-6		Практическое занятие 5-6 Совершенствование композиции показательного выступления			
7		Практическое занятие 7. 3-й Текущий контроль -Исполнение показательного номера.	5/14	13/40	24
8		Контрольная работа- особенности композиции и методика составления показательных номеров-реферат	15/30	28/70	20
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	10
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	