

Технологическая карта дисциплины:

Базовые виды двигательной деятельности

I курс

(на 20 /20 учебный год)

История (Б.1.01), Иностранный язык (Б.1.03), Русский язык и культура речи (В.1.03), Математика (Б.2.01), Биология с основами экологии (Б.2.03), БВДД – гимнастика (Б.3.04.1), легкая атлетика (Б.3.04.2), лыжная подготовка (Б.3.04.4), Физическая культура (Б.4) - Самооборона						
<u>Базовый модуль</u>						
№ занятия	Посещаемость, баллы	Содержание занятий и виды контроля	Количество баллов		Накопительная стоимость в баллах	Часы сам.раб. на подг. к видам контроля
			Мин	Макс		
1		Лекция 1: Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания.				
2		Практико-методическое занятие: Текущий контроль (ТК-1). Опрос по теме лекции. Строевые упражнения (СУ): Точки зала. Построение в шеренгу и колонну, рапорт, повороты на месте, движение в обход и остановка группы, различные виды передвижения, перестроение уступами. Перестроение из 1 шеренги в 2 и в 3. Действия занимающихся по команде «Прямо». Движение с изменением направлений: противоходом и змейкой, захождением плечом, по диагонали, по кругу Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении Текущий контроль (ТК-2). Вольные упражнения № 1 на 32 счета (разучивание и контроль).	1	3	3	5
			1	6	9	10
3		Практико-методическое занятие: СУ: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и по 3 на месте, размыкания на указанный интервал приставными шагами. Перестроение захождением плечом. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. ОРУ: Последовательность ОРУ в комплексе. Способы обучения (показ, по-объяснению, смешанный, по-разделениям). Ознакомление с командами, учебная практика в проведении ОРУ. Лазание по канату (организация занятия и методика обучения): в 2 приема (2 варианта) и в 3 приема. Текущий контроль (ТК-3). Лазание по канату в 2 и 3 приема.	1	6	15	10

4		<p>Практико-методическое занятие: Перестроение из колонны по 1 в колонну по 2 и более поворотом в движении, размыкание в движении. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении СУ. Упражнения на снарядах. Ю.: акробатика, конь-махи, брусья. Д.: акробатика, бревно – ознакомление, тренировка. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях. Текущий контроль (ТК-4) – Проведение комплекса ОРУ без предмета.</p>	1	3	18	5
5		Текущий контроль: Конспект ОРУ без предмета. Формулировка частных задач для ОРУ	5	10	28	10
		Контрольная работа № 1 «Гимнастическая терминология»	15	30	58	20
		Подведение итогов				60
2 семестр						
Иностранный язык (Б.1.03), Физика (В.2.01), Химия (В.2.02), Анатомия человека (Б.3.01), БВДД – гимнастика (Б.3.04.1), легкая атлетика (Б.3.04.2), Физическая культура (Б.4) - ННВС						
6		Лекция 2: Терминология гимнастических упражнений.				
7		<p>Практико-методическое занятие: СУ: Перестроение дроблением и сведением, разведением и слиянием). Размыкание приставными шагами вправо, влево, от середины и смыкание. Ознакомление с командами, техникой выполнения, методикой обучения. Учебная практика в проведении. Вольные упражнения № 2 –разучивание. Текущий контроль (ТК-5) - СУ</p>	1	3	61	9
8		<p>СУ. Текущий контроль (ТК-6). ОРУ на гим. скамейке, стенке. Ознакомление - ОРУ поточно, в сцеплении (в кругу) в парах. Упражнения на снарядах – Ю.: акробатика. Д.: акробатика</p>	1	3	64	10
9		<p>СУ. Текущий контроль (ТК-7). ОРУ поточно, в сцеплении (в кругу), в парах. Упражнения на снарядах. Ю.: перекладина, опорный прыжок Д. : брусья, опорный прыжок - разучивание</p>	1	3	67	10
10		<p>СУ. Текущий контроль (ТК-8). Упражнения на снарядах. Ю.: перекладина, опорный прыжок Д. : брусья, опорный прыжок</p>	1	3	70	8
		Промежуточный контроль. Экзамен	22	30	100	
		ТК +ПК(экзамен)		50	100	62
		Сумма баллов	50	100		122