

**Технологическая карта дисциплины:  
Технология спортивной тренировки в художественной гимнастики  
(ТСТ)**

**4 курс (7, 8 семестры)**

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)						
<b>Базовый модуль</b>						
№ 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: Основы спортивной тренировки в художественной гимнастике				
2		Семинар: Виды подготовки в художественной гимнастике <b>Текущий контроль (ТК-1).</b> Опрос по теме: система спортивной тренировки и виды подготовки в художественной гимнастике	1	6	6	17
3		Семинар: Материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой <b>Текущий контроль (ТК-2).</b> Реферат по теме занятия	3	10	16	13
		Подведение итогов				30
<b>8 семестр</b>						
4		Семинар: Методика подготовки к публичным выступлениям по проблемам научно-педагогических исследований			16	
5		Семинар: Система многолетней подготовки в художественной гимнастике			16	6
6		Семинар: Периодизация тренировочного процесса в художественной гимнастике <b>Текущий контроль (ТК -3):</b> Доклад по направлению: методика тренировки гимнасток на разных этапах спортивной карьеры	1	4	20	4

7	Семинар: Система отбора в структуре многолетней подготовки в художественной гимнастике				
	<b>Текущий контроль (ТК -4):</b> Практическая работа по теме занятия	3	10	30	4
	<b>Рубежный контроль:</b> Тестирование по теме: характеристика учебно-тренировочного процесса в художественной гимнастике	5	10	40	6
8	Семинар: Планирование, контроль и учет в системе подготовки в художественной гимнастике				
	<b>Контрольная работа «Планирование спортивной тренировки в художественной гимнастике»</b>	15!	30!	70	12
	<b>Промежуточный контроль. Зачет.</b>	22	30	100	32
	<b>ТК+РК+КР+ПК (зачет)</b>	50	100	100	32
Сумма баллов		50	100		62

#### 4 курс (7, 8 семестры)

<i>Дополнительный модуль</i>			
№ п.п.	Сроки проведения	Виды деятельности	Кол-во баллов
1.	По расписанию преподавателя	Опрос по теме: виды подготовки в художественной гимнастике	5
2.	По расписанию преподавателя	Реферат по теме: материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой	10
3.	По расписанию преподавателя	Практическая работа по теме: критерии отбора на разных этапах многолетней подготовки в художественной гимнастике	10
4.	По расписанию преподавателя	Тестирование по теме: характеристика учебно-тренировочного процесса в художественной гимнастике	10
5.	По расписанию преподавателя	Контрольная работа по теме: планирование спортивной тренировки в художественной гимнастике	15

#### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

##### Технология спортивной тренировки в ИВС

##### 5 курс (9 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)

<b>Базовый модуль</b>					
№ 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
<b>Девятый семестр</b>					
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. <b>Контрольная работа.</b>	<b>15/30!</b>	30	20
2.		Семинарское занятие 1. Средства физической подготовки в ИВС. Методика развития физических качеств. <b>Первый текущий контроль.</b>	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. <b>Второй текущий контроль.</b>	1/6	42	6
4.		Семинарское занятие 3. Средства технической подготовки в ИВС. <b>Третий текущий контроль.</b>	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. <b>Четвертый текущий контроль.</b>	2/6	54	6
6.		Семинарское занятие 5. Средства тактической подготовки в ИВС. <b>Рубежный контроль.</b>	5/10	64	20
7.		Семинарское занятие 6. Психологическая подготовка в ИВС.			
8.		Семинарское занятие 7. Теоретическая подготовка в ИВС. <b>Пятый текущий контроль. Реферат</b>	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:  
Технология спортивной тренировки в ИВС**

**5 курс (10 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)					
<b>Базовый модуль</b>					
№ 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. <b>Контрольная работа.</b>	<b>15/30!</b>	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. <b>Первый текущий контроль.</b>	1/6	36	6
3.		Семинарское занятие 3. Содержание тренировочных мезоциклов в ИВС (определение, структура, факторы,	1/6	42	6

		влияющие на формирование), типы, примерные программы в избранном виде спорта. <b>Второй текущий контроль.</b>			
4.		Семинарское занятие 4. Структура тренировочных мезоциклов в ИВС. <b>Третий текущий контроль.</b>	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. <b>Четвертый текущий контроль.</b>	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, стадия спортивного долголетия). <b>Рубежный контроль.</b>	5/10	64	
8.		Семинарское занятие 7. Этапы многолетней подготовки (определение, структура, факторы, влияющие на формирование), типы, примерные программы в ИВС. <b>Пятый текущий контроль. Реферат</b>	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 объема тренировочной нагрузки в микроцикле зависимости от квалификации спортсмена в художественной гимнастике».	10
2	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров интенсивности тренировочной нагрузки в микроцикле зависимости от квалификации спортсмена в художественной гимнастике».	10
3	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров объема тренировочной нагрузки в мезоцикле зависимости от квалификации спортсмена в художественной гимнастике».	10
4	По расписанию преподавателя	Реферат: «Планирование параметров интенсивности тренировочной нагрузки в мезоцикле зависимости от квалификации	10

		спортсмена	в	художественной	
		гимнастике».			