***ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (теннис)

**Направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Направленность (профиль):** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Кафедра** теории и методики спортивных игр

**1** курс **1-2** семестр заочная форма обучения (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Базовый модуль (1-2 семестр)*** | | | | | | | | |
| № занятия | | Посещаемость (баллы) | Содержание занятий и виды контроля | | Кол-во бал.  min/max | Накопленная «стоимость» min/max (баллы) | | *Самостоятельная работа*  *Кол-во часов* |
| 1 | | 2 | 3 | | 4 | 5 | | *6* |
| ***1 семестр*** | | | | | | | | |
| 1 | | 2 | Практическое занятие 1. Тема 1.Физические качества и методика их развития в теннисе. Общая физическая подготовка | |  | 2 | | *20* |
| 2 | |  | Практическое занятие 2. Тема 1. Физические качества и методика их развития в теннисе. Специальная физическая подготовка. **ТК № 1**: контрольные упражнения по СФП | | 4/14 | 16 | | *20* |
| 3 | |  | Практическое занятие 3. Тема 7. Организация и судейство соревнований в ИВС.Характеристика игры. Правила.**ТК № 2.** Судейская бригада и процедуры. | | 4/12 | 28 | | *20* |
| 4 | | 2 | Практическое занятие 4. Тема 8. Обследование соревновательной деятельности. Запись игр. | |  | 30 | | *2* |
| 5 | | 2 | Практическое занятие 5. Тема 8. Обследование соревновательной деятельности. Запись игр. | |  | 32 | |  |
| ***2 семестр*** | | | | | | | | |
| 1 | | 2 | Практическое занятие 1. Тема 5. Интеллектуальная (теоретическая) и психологическая подготовка. Ведение дневника самоконтроля.Методика работы с литературой по курсу ПСС. | |  | 34 | | *26* |
| 2 | | 2 | Практическое занятие 2. Тема 7.Судейство соревнований по теннису. | |  | 34 | | *16* |
| 3 | |  | Практическое занятие 3. Тема 7.Судейство соревнований по теннису. | |  | 36 | | *10* |
| 4 | |  | Практическое занятие 4. Тема 7.Организация и проведение соревнований по теннису. | |  | 36 | | *10* |
| 5 | |  | Практическое занятие 5. Тема 7. Организация и проведение соревнований по теннису.Учебная игра. **ТК №3:**опрос | | 1/4 | 40 | |  |
|  | |  | **Контрольная работа 1** | | **15/30!** | 70 | |  |
| **Промежуточный контроль (зачёт)** | | | | | **22/30** | 100 | |  |
| ***Итоговая сумма баллов за I-2 семестры*** | | | | | ***50/100*** | **100** | | ***124*** |
| ***Дополнительный модуль за 3-4семестр*** | | | | | | | | |
| Сроки проведения | | | Виды деятельности | | | Кол-во  баллов | | |
| По расписанию  преподавателя | | | Контрольные нормативы по специальной физической подготовке. | | | 10 | | |
| По расписанию  преподавателя | | | Письменная работа: фрагмент подготовительной части УТЗ. | | | 10 | | |
| По расписанию  преподавателя | | | Письменная работа: «Судейство. Правила игры» | | | 10 | | |
| По расписанию  преподавателя | | | Реферат на тему «Организация и проведение соревнований по теннису» | | | 10 | | |
| По расписанию  преподавателя | | | Письменная работа: фрагмент основной части УТЗ. | | | 10 | | |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (теннис)

**Направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Направленность (профиль):** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Кафедра** теории и методики спортивных игр

**2** курс **3-4** семестр заочная форма обучения (на **20\_\_/20\_\_**учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Базовый модуль*** | | | | | |
| № занятия | Посещаемость (баллы) | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во бал.  min/max | Накопленная «стоимость» min/max (баллы) | *Самостоятельная работа*  *Кол-во часов* |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | *6* |
| ***3 семестр*** | | | | | |
| 1 | 2 | Практическое занятие 1.Тема 1 Физические качества и физическая подготовка в избранном виде спорта. Общая физическая подготовка. |  | 2 | *22* |
| 2 |  | Практическое занятие 2. Тема 1. Специальные физические качества и физическая подготовка в избранном виде спорта.  **ТК № 4:** контрольные упражнения по СФП | 2/16 | 18 | *22* |
| 3 | 2 | Практическое занятие 3. Тема 4. Средства и методы интегральной подготовки. |  | 20 | *22* |
| ***4 семестр*** | | | | | |
| 1 | 2 | Практическое занятие 1. Тема 6.  Составление фрагмента подготовительной части УТЗ |  | 22 | *22* |
| 2 | 2 | Практическое занятие 2. Тема 6.  Составление фрагмента основной части УТЗ. |  | 24 | *22* |
| 3 |  | Практическое занятие 3. Тема 6.  Виды и формы организации УТЗ.**ТК № 5**:опрос | 3/16 | 40 | *22* |
|  |  | Контрольная работа 2. | 15/30! | 70 |  |
| **Промежуточный контроль (зачёт)** | | | **22/30** | 100 |  |
| ***Итоговая сумма баллов за 3-4 семестр*** | | | ***50/100*** | ***100*** | ***132*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дополнительный модуль за 3-4семестр*** | | |
| Сроки проведения | Виды деятельности | Количество  баллов |
| По расписанию  преподавателя | Контрольные нормативы по специальной физической подготовке. | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа: фрагмент подготовительной части УТЗ. | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа: «Судейство. Правила игры» | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Реферат на тему «Организация и проведение соревнований по теннису» | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа: фрагмент основной части УТЗ. | 10 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (теннис)

**Направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Направленность (профиль):** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Кафедра** теории и методики спортивных игр

**3** курс **5-6** семестр заочная форма обучения (на **20\_\_/20\_\_**учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Базовый модуль*** | | | | | |
| № занятия | Посещаемость (баллы) | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во бал.  min/max | Накопленная «стоимость» min/max (баллы) | *Самостоятельная работа*  *Кол-во часов* |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | *6* |
| ***5 семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Практическое занятие 1.Тема 1.Физические качества и физическая подготовка. |  |  | *22* |
| 2 |  | Практическое занятие 2. Тема 2. Техника игры и техническая подготовка. Совершенствование технического мастерства  **ТК № 1.**Контрольные упражнения | 2/12 | 12 | *22* |
|  |  | **Контрольная работа3** | **15/30!** | 42 | *24* |
| ***6 семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Практическое занятие 1. Тема 2.Техника игры и техническая подготовка.Совершенствование технического мастерства.  **ТК № 2**. Опрос | 6/12 | 54 | *34* |
| 2 |  | Практическое занятие 2. Тема 3.Тактика игры и тактическая подготовка.**ТК № 3.**Контрольные упражнения | 5/16 | 70 | *34* |
| **Промежуточный контроль (зачёт)** | | | **22/30** | 100 |  |
| ***Итоговая сумма баллов за 5-6 семестры*** | | | ***50/100*** | ***100*** | ***136*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дополнительный модуль за 5-6 семестр*** | | |
| Сроки проведения | Виды деятельности | Количество  баллов |
| По расписанию  преподавателя | Собеседование на тему: «Тактика игры в теннисе» | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Конспект по обучению технико-тактическим действиям | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Собеседование на тему: «Индивидуальные тактико-технические действия | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа: отчёт по 5 играм - обследование соревновательной деятельности (шкала экспертных оценок). | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Реферат на тему: «Методика обучения техническим приёмам игры» | 10 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (теннис)

**Направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Направленность (профиль):** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Кафедра** теории и методики спортивных игр

**4** курс **7-8** семестр заочная форма обучения (на **20\_\_/20\_\_**учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Базовый модуль*** | | | | | |
| № занятия | Посещаемость (баллы) | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во бал.  min/max | Накопленная «стоимость» min/max (баллы) | *Самостоятельная работа*  *Кол-во часов* |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | *6* |
| ***7 семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Практическое занятие 1. Тема 1,4.Физические качества и методика их развития в избранном виде спорта. **ТК№1.** Опрос | 4/12 | 12 | *24* |
| 2 |  | Практическое занятие 2.Тема 3,6. Тактика игры и тактическая подготовка.**ТК№2.** | 1/4 | 16 | *16* |
|  |  | **Контрольная работа4** | **15/30!** | 46 | *10* |
| ***8 семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Практическое занятие 1. Тема 1,4 .Особенности физической подготовки игроков различного игрового стиля. **ТК№1.** | 6/12 | 58 | *26* |
| 3 |  | Практическое занятие 2.Тема 3,4.Тактика игры и тактическая подготовка. **ТК№2:** контрольные упражнения | 2/12 | 70 | *24* |
| **Промежуточный контроль (зачёт)** | | | **22/30** | 100 |  |
| ***Итоговая сумма баллов за 7-8 семестры*** | | | ***50/100*** | ***100*** | ***100*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дополнительный модуль за 7-8 семестр*** | | |
| Сроки проведения | Виды деятельности | Количество  баллов |
| По расписанию  преподавателя | Конспект УТЗ на тему «Физическая подготовка игроков на разных этапах подготовки» | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа «Особенности физической подготовки игроков различного игрового стиля» | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Отчёт по анализу тестирования физической и технической подготовленности | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа: Содержание и методика контрольных испытаний по интегральной подготовке | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Письменная работа «Анализ и оценка технико-тактических действий теннисиста» (3 игры) | 10 |

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (теннис)

**Направление подготовки** 49.03.01 «Физическая культура»

**Направленность (профиль):** Спортивная тренировка в избранном виде спорта

**Кафедра** теории и методики спортивных игр

**5** курс **9** семестр заочная форма обучения (на **20\_\_/20\_\_**учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Базовый модуль*** | | | | | |
| № занятия | Посещаемость (баллы) | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во бал.  min/max | Накопленная «стоимость» min/max (баллы) | *Самостоятельная работа*  *Кол-во часов* |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | *6* |
| ***9 семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Практическое занятие 1. Тема 1.Физические качества и методика их развития в избранном виде спорта. **ТК№1.** | 3/10 | 10 | *20* |
| 2 |  | Практическое занятие 2.Тема 4. Взаимосвязь физической подготовки с технической и тактической. Средства и методы интегральной подготовки. **ТК№2**. | 3/10 | 20 | *20* |
| 3 |  | Практическое занятие 3. Тема. 6.Обследование соревновательной деятельности. Методы оценки эффективности игровых действий.**ТК№3:** Опрос | 3/10 | 30 | *20* |
| 4 |  | Практическое занятие 4. Тема. 6.Обследование соревновательной деятельности. Исследование темпа игры.\* **ТК№4** | 4/10 | 40 | *20* |
|  |  | **Контрольная работа 5** | **15/30!** | 54 | *20* |
| **Промежуточный контроль (диф. зачёт)** | | | **22/30** | 100 |  |
| ***Итоговая сумма баллов за 9семестр*** | | | ***50/100*** | ***100*** | ***100*** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Дополнительный модуль за 9семестр*** | | |
| Сроки проведения | Виды деятельности | Количество  баллов |
| По расписанию  преподавателя | Конспект УТЗ на тему: комплексная тренировка | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Собеседование на тему: «Командные тактико-технические действия». | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Отчёт по анализу тестирования физической и технической подготовленности | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Обследование соревновательной деятельности. Исследование темпа игры | 10 |
| По расписанию  преподавателя | Реферат на тему: «Восстановительные средства и мероприятия» | 10 |