**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки:

Дисциплина: **Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (кикбоксинг)**

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

**1 КУРС *ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во баллов  min/max | Накопительная «стоимость»/балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| ***1 СЕМЕСТР*** | | | | |
| 1 | 2 **Практические занятия** | 3 | 4 |  |
|  | **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного урока спортивного совершенствования. | 3/10 | 3/10 | 2 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений развития общих двигательных качеств в кикбоксинге. | 3/10 | 6/20 | 2 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники кикбоксинга | 2/10 | 8/30 | 2 |
| ***Рубежный контроль -*** тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 |  |
| ***Контрольная работа:***  *Методика начального обучения кикбоксингу.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | |  | 50/100 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***2 СЕМЕСТР*** | | | | |
| 1 | 2 **Практические занятия** | 3 | 4 |  |
|  | **1-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений технико-тактического мастерства. | 2/10 | 2/10 | 10 |
|  | **2-й текущий контроль** – Оценка техники выполнения упражнений для развития специальных физических качеств в кикбоксинге | 3/10 | 5/20 | 10 |
|  | **3-й текущий контроль** - Оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 10 |
| ***Рубежный контроль -*** тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 | 12 |
| ***Контрольная работа***  *Технико-тактическая подготовка боксера* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | 50/100 | 100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки:

Дисциплина: **Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (кикбоксинг)**

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

**2 КУРС *ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Содержание занятий и виды контроля | Кол-во баллов  min/max | Накопительная «стоимость»/балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| ***3 СЕМЕСТР*** | | | | |
| 1 | 2 **Практические занятия** | 3 | 4 |  |
|  | **1-й текущий контроль** - оценка выполнения упражнений совершенствования технико-тактического мастерства. | 2/10 | 2/10 | 2 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 2 |
|  | **3-й текущий контроль** - Оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 2 |
| ***Рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | 5/10 | 13/40 | 2 |
| ***Контрольная работа*** *Физическая подготовка боксера.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | 50/100 | 100 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***4 СЕМЕСТР*** | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 |  |
|  | **1-й текущий контроль –** оценка выполнения упражнений по формированию индивидуальных технико-тактических приемов боксера. | 2/10 | 2/10 | 10 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 10 |
|  | **3-й текущий контроль** - Оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 10 |
| ***Рубежный контроль***- тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 | 10 |
| ***Контрольная работа***  *Психологическая подготовка боксера.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | | 50/100 | 100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки:

Дисциплина: **Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (кикбоксинг)**

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

**3 КУРС *ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***5 СЕМЕСТР*** | | | | |
| № занятия | 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 |  |
|  | **1-й текущий контроль –** оценка выполнения упражнений по формированию индивидуальных технико-тактических приемов боксера. | 2/10 | 2/10 | 2 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 2 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 2 |
| ***Рубежный контроль***- тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 | 2 |
| ***Контрольная работа***  *Совершенствование спортивного мастерства в кикбоксинге* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | |  | 100 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***6 СЕМЕСТР*** | | | | |
| № занятия | 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 |  |
|  | **1-й текущий контроль –** оценка выполнения упражнений по формированию индивидуальных технико-тактических приемов боксера. | 2/10 | 2/10 | 10 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 10 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 10 |
| ***Рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | 5/10 | 13/40 | 14 |
| ***Контрольная работа***  *Планирование процесса спортивного совершенствования* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 50/100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | | 50/100 | 100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки:

Дисциплина: **Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (кикбоксинг)**

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

**4 КУРС *ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***7 СЕМЕСТР*** | | | | |
| № занятия | 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 |  |
|  | **1-й текущий контроль** - оценка выполнения упражнений совершенствования индивидуальных технико-тактических приемов боксера. | 2/10 | 2/10 | 2 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 2 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 2 |
| ***1-й рубежный контроль***- тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 | 2 |
| ***Контрольная работа:*** *Медико-биологическое сопровождение тренировочного процесса в кикбоксинге.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | |  | 100 |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***8 СЕМЕСТР*** | | | | |
| № занятия | 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 |  |
|  | **1-й текущий контроль** - оценка проведения урока спортивного совершенствования в кикбоксинге | 2/10 | 2/10 | 10 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка техники выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств. | 3/10 | 5/20 | 10 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/30 | 10 |
| ***Рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | 5/10 | 13/40 | 14 |
| ***Контрольная работа:*** *Система антидопинга в кикбоксинге.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | |  | 100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

Профиль подготовки:

Дисциплина: **Профессионально-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (кикбоксинг)**

Кафедра: ТиМ бокса (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

**5 КУРС *ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***9 СЕМЕСТР*** | | | | |
| № занятия | 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 |  |
|  | **1-й текущий контроль** - оценка урока совершенствования индивидуальных технико-тактических приемов кикбоксера. | 2/10 | 2/10 | 20 |
|  | **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений совершенствования специальных двигательных и психических качеств в кикбоксинге. | 3/10 | 5/10 | 20 |
|  | **3-й текущий контроль** - оценка знаний, умений и навыков судейства соревновательных поединков. | 3/10 | 8/10 | 20 |
| ***Рубежный контроль -*** тестирование знаний по учебной программе теории и методики кикбоксинга. | | 5/10 | 13/40 | 20 |
| ***Контрольная работа****: План-график тренировочного мезо цикла подготовительного периода в кикбоксинге.* | | 15/30 | 28/70 | 20 |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | 22/30 | 100 | 4 |
| Итоговая сумма баллов | |  | 100 |  |