**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения I** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Первый семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Обучение основным положениям и ударной технике руками и ногами в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 6\20 | 6/20 |  |
| 2 |  | Методика развития общих двигательных качеств в тхэквондо  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию общих двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 6/20 | 12/40 |  |
| 3 |  | Обучение атакующим и защитным действиям в тхэквондо  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 11/20 | 23/60 |  |
| ***рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | | 5/10 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения I** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Второй семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Обучение технико-тактических приемов в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 5/10 | 5/10 |  |
| 2 |  | Методика развития специальных двигательных качеств в тхэквондо  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию специальных двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 5/10 | 10/20 |  |
| 3 |  | Формирование знаний, умений и навыков судейства в тхэквондо  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 3/20 | 12/40 |  |
| ***Контрольная работа*** | | | 15/30 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения II** курс на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Третий семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Методика развития специальных скоростно-силовых качеств в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 6\20 | 6/20 |  |
| 2 |  | Обучение технике выполнения ударных комбинаций в тхэквондо  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 6/20 | 12/40 |  |
| 3 |  | Обучение технике выполнения защитных действий в тхэквондо  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 11/20 | 23/60 |  |
| ***рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | | 5/10 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения II** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Четвёртый семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Формирование индивидуальных технико-тактических приемов в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 5/10 | 5/10 |  |
| 2 |  | Развитие специальных двигательных и психических качеств тхэквондистов  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 5/10 | 10/20 |  |
| 3 |  | Совершенствование техники выполнения комплексов формальных упражнений  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондо в имитации и на снарядах. | 3/20 | 12/40 |  |
| ***Контрольная работа*** | | | 15/30 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения III** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Пятый семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Обучение контратакующим технико-тактическим действиям в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 6\20 | 6/20 |  |
| 2 |  | Обучение контратакующим технико-тактическим действиям в тхэквондо  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию общих двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 6/20 | 12/40 |  |
| 3 |  | Формирование знаний, умений и навыков судейства в тхэквондо  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 11/20 | 23/60 |  |
| ***рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | | 5/10 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения III** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Шестой семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Совершенствование техники выполнения комплексов формальных упражнений.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 5/10 | 5/10 |  |
| 2 |  | Совершенствование специальных двигательных и психических качеств  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию общих двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 5/10 | 10/20 |  |
| 3 |  | Совершенствование специальных двигательных и психических качеств  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 3/20 | 12/40 |  |
| ***Контрольная работа*** | | | 15/40 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения IV** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Седьмой семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Совершенствование технико-тактических действий в тхэквондо.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 6\20 | 6/20 |  |
| 2 |  | Совершенствование специальных двигательных и психических качеств  **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию общих двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 6/20 | 12/40 |  |
| 3 |  | Совершенствование специальных двигательных и психических качеств  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 1120 | 23/60 |  |
| ***рубежный контроль -*** *судейский семинар (тестирование)* | | | 5/10 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профиль подготовки:

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

Кафедра: ТиМ тхэквондо и сбе

**Заочная форма обучения IV** курс (на **20\_\_/20\_\_**учебный год)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Содержание занятий  и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стои-мость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| ***Восьмой семестр*** | | | | | |
| 1 |  | Совершенствование техники выполнения комплексов формальных упражнений.  **1-й текущий контроль** – оценка проведения комплексного тренировочного урока в тхэквондо. | 5/10 | 6/20 |  |
| 2 |  | Совершенствование техники выполнения комплексов формальных упражнений **2-й текущий контроль** – оценка выполнения упражнений по развитию общих двигательных и психических качеств тхэквондистов. | 5/10 | 12/40 |  |
| 3 |  | Формирование знаний, умений и навыков судейства в тхэквондо  **3-й текущий контроль** - оценка выполнения типовой ударной техники тхэквондов имитации и на снарядах. | 3/20 | 23/60 |  |
| ***Контрольная работа*** | | | 15/30 | 28/70 |  |
| **Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)** | | | 22/30 | 50/100 |  |
| Итоговая сумма баллов | | |  | 50/100 |  |