**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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 занятийи виды контроля | Кол-во балловmin / 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 |  |