

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ
Технологическая карта дисциплины
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ИВС
(парусный спорт)

Направление подготовки: 49.03.01 – «Физическая культура»

Кафедра теории и методики парусного спорта

1 курс

(очное обучение)

<i>Базовый модуль</i>				
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоимость»/ балл
1	2	3	4	5
Первый семестр				
1-8	1,5	Практические занятия 1-8. Развитие физических качеств		1,5
9		Текущий контроль № 1. Тестирование	4/10	11,5
9-12	1,5	Практические занятия 9-12. Управление яхтой на разных курсах, повороты, старты		13
13-31	1,5	Практические занятия 13-31. Судейство Соревнований по парусному спорту		14,5
32		Текущий контроль № 2. Выполнение норматива в подъеме прямых ног к перекладине	5/10	24,5
Второй семестр				
33-43	4,5	Практические занятия 33-43. Физическое качество «выносливость». Средства развития выносливости		27,5
44		Текущий контроль № 3. Тестирование	4/10	37,5
45-56	1,5	Практические занятия 45-56. Техника выполнения поворотов на швертботе-одиночке		39
57		Текущий контроль № 4. Тестирование	5/10	49
58-80	1	Практические занятия 58-80. Техника выполнения поворотов на швертботе-двойке		50,0
81		Текущий контроль № 5. Составление конспекта тренировочного занятия	5/10	60,0
Рубежный контроль			5/10	70
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100
Итоговая сумма баллов за 2 семестра			50/100	100

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
1	Участие в соревнованиях	10
2	Участие в судействе соревнований	10
3	Участие в работе спортклуба	10
4	Сдача контрольных нормативов	10
5	Участие в организации и проведении соревнований внутри Университета	10

**Технологическая карта дисциплины
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ИВС
(парусный спорт)**

Направление подготовки: 49.03.01 – «Физическая культура»

Кафедра теории и методики парусного спорта

2 курс

(очное обучение)

<i>Базовый модуль</i>				
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стом»/ балл
1	2	3	4	5
Третий семестр				
1-15	1,5	Практические занятия 1-15. Физическое качество «гибкость». Средства развития гибкости. Тактическая Подготовка яхтсмена.		1,5
16		Текущий контроль № 1. Тестирование	4/10	11,5
17-31	1,5	Практические занятия 17-31. Совершенствование скорости и маневренности		13
32		Текущий контроль № 2. Тестирование	5/10	23,0
Четвёртый семестр				
33-49	4,5	Практические занятия 33-49. Физическое качество «ловкость». Средства развития ловкости.		27,5
50		Текущий контроль № 3. Тестирование	4/10	37,5
51-64	1,0	Практические занятия 51-64. Совершенствование тактических навыков яхтсмена		38,5
65		Текущий контроль № 4. Тестирование	5/10	48,5
66	1,5	Практические занятия 66-80. Совершенствование техники в сдаче «Президентских тестов»		50,0
81		Текущий контроль № 5. Составление конспекта	5/10	60,0
Рубежный контроль			5/10	70
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100
Итоговая сумма баллов за 2 семестра			50/100	100

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
1	Участие в соревнованиях	10
2	Участие в судействе соревнований	10
3	Участие в работе спортклуба	10
4	Сдача контрольных нормативов	10
5	Участие в организации и проведении соревнований внутри Университета	10

**Технологическая карта дисциплины
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ИВС
(парусный спорт)**

Направление подготовки: 49.03.01 – «Физическая культура»

Кафедра теории и методики парусного спорта

3 курс

(очное обучение)

<i>Базовый модуль</i>				
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стоимость балл
1	2	3	4	5
Пятый семестр				
1-11	1,5	Практические занятия 1-11. Физическое качество «быстрота». Средства развития быстроты. Командные тактические действия		1,5
12		Текущий контроль № 1. Тестирование	4/10	11,5
13-23	1,5	Практические занятия 13-23. Работа с яхтсменами в учебно-тренировочных группах. Контроль уровня подготовленности яхтсменов.		13
24		Текущий контроль № 2. Тестирование	5/10	23,0
Шестой семестр				
25-31	4,5	Практические занятия 25-31. Работа с яхтсменами групп спортивного совершенствования .		27,5
32		Текущий контроль № 3. Тестирование	4/10	37,5
33-39	1,0	Практические занятия 33-39. Подготовка шкотового		38,5
40		Текущий контроль № 4. Тестирование	5/10	48,5
41-47	1,5	Практические занятия 41-47. Соревновательная подготовка яхтсменов		50,0
48		Текущий контроль № 5. Составление конспекта тренировочного занятия	5/10	60,0
Рубежный контроль			5/10	70
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100
Итоговая сумма баллов за 2 семестра			50/100	100
<i>Дополнительный модуль</i>				
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов		
1	Участие в соревнованиях	10		
2	Участие в судействе соревнований	10		
3	Участие в работе спортклуба	10		
4	Сдача контрольных нормативов	10		
5	Участие в организации и проведении соревнований внутри Университета	10		

**Технологическая карта дисциплины
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ИВС
(парусный спорт)**

Направление подготовки: 49.03.01 – «Физическая культура»

Кафедра теории и методики парусного спорта

4 курс

(очное обучение)

<i>Базовый модуль</i>				
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стоимость»/ балл
1	2	3	4	5
Седьмой семестр				
1-15	1,5	Практические занятия 1-15. Управление парусной командой на соревнованиях. Повышение квалификации яхтсменов		1,5
16		Текущий контроль № 1. Тестирование.	4/10	11,5
17-31	1,5	Практические занятия 17-31. Методы проведения УТЗ в ДЮСШ, СДЮШОР по парусному спорту. ПСС		13
32		Текущий контроль № 2. Тестирование.	5/10	23,0
Восьмой семестр				
33-49	4,5	Практические занятия 33-49. Специальная скоростная подготовка яхтсменов		27,5
50		Текущий контроль № 3. Тестирование.	4/10	37,5
51-64	1,0	Практические занятия 51-64. Специальная силовая подготовка яхтсменов		38,5
65		Текущий контроль № 4. Тестирование.	5/10	48,5
66	1,5	Практические занятия 66-80. Специальная скоростно-силовая подготовка яхтсменов. Специальная выносливость яхтсменов		50,0
81		Текущий контроль № 5 Составление конспекта тренировочного занятия	5/10	60,0
Рубежный контроль			5/10	70
Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100
Итоговая сумма баллов за 2 семестра			50/100	100
<i>Дополнительный модуль</i>				
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов		
1	Участие в соревнованиях	10		
2	Участие в судействе соревнований	10		
3	Участие в работе спортклуба	10		
4	Сдача контрольных нормативов	10		
5	Участие в организации и проведении соревнований внутри Университета	10		