

**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

(заочное обучение)

<i>Базовый модуль</i>			
№ за- нятия	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стой-мость»/ балл
1	2	3	4
<b>1 семестр</b>			
1-2	<b>Практические занятия 1-2.</b> Физическое качество «сила». Средства развития силы. Управление яхтой на разных курсах		
3	<b>Текущий контроль № 1.</b> Тестирование	3/10	10
4	<b>Практическое занятие 4.</b> Подготовка яхты к выходу на воду		
5	<b>Текущий контроль № 2.</b> Тестирование	3/10	20
<b>2 семестр</b>			
6-9	<b>Практические занятия 6-9.</b> Президентские тесты. Физическое качество «выносливость». Средства развития выносливости		
10-11	<b>Практические занятия 10-11.</b> Техника выполнения поворотов оверштаг, фордевинд		
12	<b>Текущий контроль № 3.</b> Составление фрагмента конспекта тренировочного занятия	3/10	30
<b>Контрольная работа</b>		15/30	60
<b>Рубежный контроль</b>		<b>4/10</b>	70
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей</b>		<b>22/30</b>	<b>100</b>
<b>Итоговая сумма баллов за 2 семестра</b>		<b>50/100</b>	<b>100</b>

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
<b>1</b>	Участие в соревнованиях	10
<b>2</b>	Участие в судействе соревнований	10
<b>3</b>	Участие в работе спортклуба	10
<b>4</b>	Участие в пропаганде здорового образа жизни	10
<b>5</b>	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

(заочное обучение)

<i>Базовый модуль</i>			
№ за- нятия	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стой-мость»/ балл
1	2	3	4
<b>3 семестр</b>			
1	<b>Практическое занятие 1.</b> Работа с детско-юношескими командами (ГНП 7-8 лет) Президентские тесты. Физическое качество «гибкость». Средства развития гибкости		
2	<b>Текущий контроль № 1.</b> Тестирование	6/15	15
3	<b>Текущий контроль № 2.</b> Тестирование	6/15	30
<b>4 семестр</b>			
4	<b>Практическое занятие 4.</b> Индивидуальная тактическая подготовка яхтсмена. Совершенствование технической подготовки яхтсменов. Работа с парусными командами в учебно-тренировочных группах 10-12 лет		
5	<b>Текущий контроль № 3.</b> Тестирование.	6/15	45
6	<b>Текущий контроль № 4.</b> Составление конспекта тренировочного занятия	6/15	60
<b>Рубежный контроль</b>		<b>4/10</b>	70
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей</b>		<b>22/30</b>	<b>100</b>
<b>Итоговая сумма баллов за 2 семестра</b>		<b>50/100</b>	<b>100</b>

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
<b>1</b>	Участие в соревнованиях	10
<b>2</b>	Участие в судействе соревнований	10
<b>3</b>	Участие в работе спортклуба	10
<b>4</b>	Участие в пропаганде здорового образа жизни	10
<b>5</b>	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

(заочное обучение)

<i>Базовый модуль</i>			
№ за- нятия	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стои- мость»/ балл
1	2	3	4
<b>5 семестр</b>			
1	Практическое занятие 1. Физическое качество «ловкость». Средства развития ловкости. Тактическая подготовка яхтсменов. Совершенствование судейства парусных гонок		
2	Текущий контроль № 1. Тестирование	3/10	20
<b>Контрольная работа</b>		15/30	40
<b>6 семестр</b>			
3	Совершенствование техники в сдаче «Президентских тестов». Физическое качество «быстрота». Средства развития быстроты. Командные тактические действия Текущий контроль № 2. Тестирование	3/10	50
4	Текущий контроль № 3. Составление конспекта тренировочного занятия	3/10	60
<b>Рубежный контроль</b>		<b>4/10</b>	<b>70</b>
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей</b>		<b>22/30</b>	<b>100</b>
<b>Итоговая сумма баллов за 2 семестра</b>		<b>50/100</b>	<b>100</b>

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
<b>1</b>	Участие в соревнованиях	10
<b>2</b>	Участие в судействе соревнований	10
<b>3</b>	Участие в работе спортклуба	10
<b>4</b>	Участие в пропаганде здорового образа жизни	10
<b>5</b>	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

(заочное обучение)

<i>Базовый модуль</i>			
№ за- нятия	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стои- мость»/ балл
1	2	3	4
<b>7 семестр</b>			
1	Практическое занятие 1. Работа с яхтсменами в учебно-тренировочных группах. Контроль уровня подготовленности яхтсменов. Совершенствование индивидуального мастерства нов.яхтсм		
2	Текущий контроль № 2. Тестирование	3/10	10
<b>Контрольная работа</b>		<b>15/30</b>	<b>40</b>
<b>8 семестр</b>			
3	Работа с яхтсменами групп спортивного совершенствования Подготовка шкотовых в парусном спорте. Соревновательная подготовка яхтсменов Текущий контроль № 3. Тестирование	3/10	50
4	Текущий контроль № 4. Составление конспекта тренировочного занятия	3/10	60
<b>Рубежный контроль</b>		<b>4/10</b>	<b>70</b>
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей</b>		<b>22/30</b>	<b>100</b>
<b>Итоговая сумма баллов за 2 семестра</b>		<b>50/100</b>	<b>100</b>

<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	Участие в пропаганде здорового образа жизни	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

5 курс

(заочное обучение)

<i>Базовый модуль</i>			
№ за- нятия	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стой-мость»/ балл
1	2	3	4
<b>9 семестр</b>			
1	<b>Практическое занятие 1.</b> Управление парусной командой на соревнованиях. Повышение квалификации судей в парусном спорте		
2	<b>Текущий контроль № 1.</b> Тестирование	3/10	10
3	<b>Практическое занятие 3-4.</b> Методы проведения УТЗ в ДЮСШ, СДЮШОР по парусному спорту. Профессионально-спортивное совершенствование в парусном спорте. Специальная скоростная подготовка яхтсменов		
5	<b>Текущий контроль № 2.</b> Тестирование	3/10	20
6-7	<b>Практические занятия 5-6.</b> Специальная силовая подготовка яхтсменов. Специальная скоростно-силовая подготовка яхтсменов		
8	<b>Текущий контроль № 4.</b> Составление конспекта тренировочного занятия. Специальная выносливость яхтсменов	3/10	30
<b>Контрольная работа</b>		15/30	60
<b>Рубежный контроль</b>		4/10	70
<b>Промежуточный контроль (ЗАЧЁТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих контролей</b>		22/30	100
<b>Итоговая сумма баллов за 2 семестра</b>		<b>50/100</b>	<b>100</b>

<i>Дополнительный модуль</i>		
№ п/п	Содержание	Кол-во баллов
<b>1</b>	Участие в соревнованиях	10
<b>2</b>	Участие в судействе соревнований	10
<b>3</b>	Участие в работе спортклуба	10
<b>4</b>	Участие в пропаганде здорового образа жизни	10
<b>5</b>	Участие в организации и проведении соревнований внутри Университета	10