

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

«Диагностика и контроль состояния населения в оздоровительной физической культуре»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Кафедра Теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы

4 курс 7 семестр

Очная форма обучения

<u>Базовый модуль</u>					
№ занятия	Посещаемость /балл	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	5	6
Тема № 1 Врачебно-педагогический контроль в физкультурно-оздоровительной работе с населением					
1	1	Лекция №1 Врачебно-педагогический контроль в физкультурно-оздоровительной работе с населением			
2	1	Лекция №2 Врачебно-педагогический контроль в физкультурно-оздоровительной работе с населением			
Тема № 2 Особенности контроля и тестирования в оздоровительно физической культуре					
3	1	Лекция №3 Особенности контроля и тестирования в оздоровительной физической культуре			2
4	1	Лекция №4 Особенности контроля и тестирования в оздоровительной физической культуре		4,0	2
5		Практическое занятие №1 Мотивация и потребность к занятиям оздоровительной физической культурой.			
6		Практическое занятие №2. Особенности организации педагогического контроля на физкультурном-оздоровительном занятии (фитнесом).			
7		Практическое занятие №3 Определение общей и моторной плотности занятия. Текущий контроль № 1-Реферат по теме ВКР (Представление основных положений реферата по теме, анализ материалов, обмен мнениями, обсуждение оригинальности и новизны).	3/10	14,0	6
8		Практическое занятие №4 . Составление конспектов, графическое изображение комплексов студентами с учетом всех требований процесса обучения			2
9		Практическое занятие №5. Контрольные упражнения и тесты, характеризующие общий оздоровительный эффект физкультурных занятий взрослого населения			2
Тема № 3 Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре					
10	1	Лекция №5. Диагностика физического состояния населения в оздоровительной			2

		физической культуре			
11	1	Лекция №6. Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре			4
12	1	Лекция №7 Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре			2
13		Лекция №8 Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре			2
14		Лекция №9 Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре			2
15		Семинар №1. Диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре Текущий контроль № 2- Письменная работа (материалы 2 главы ВКР: методы исследования и их описание по теме студента, выбор тестов и проб) Опрос	2/5	22,0	6
16		Практическое занятие №6. Педагогические методы контроля. Тестирование уровня здоровья, функционального состояния.			2
17		Практическое занятие №7 Педагогические методы контроля. Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся. Текущий контроль № 3- Письменная работа (результаты тестов педагогического эксперимента по теме ВКР)	2/5	27,0	4
18		Практическое занятие № 8 Система самонаблюдения на физкультурно-оздоровительных занятиях.			2
19		Практическое занятие №9 Компоненты нагрузки, обеспечивающие оздоровительную направленность занятий			2
21		Практическое занятие №10 Методы контроля и оценки эффективности программ оздоровительной тренировки с учётом физических способностей и функционального состояния занимающихся			
22		Практическое занятие №11 Содержание, методика проведения комплексных занятий и варианты эффективного сочетания различных средств оздоровительной направленности.			
23		Практическое занятие №12 Определение характера и интенсивности нагрузки на занятии. Текущий контроль-4 – Опрос.	3/10	37,0	6
24		Практическое занятие №13 Занятия гигиенической направленности при организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы со взрослым населением.			
25		Практическое занятие №14. Задачи корригирующей гимнастики, подбор средств, особенности применения комплексов оздоровительных видов гимнастики			
26		Практическое занятие №15 Авторские системы			

		оздоровительных занятий фитнесом для взрослых.			
Тема №4 Субъективное оценивание состояния занимающихся двигательной активностью					
27	1	Лекция №10 Субъективное оценивание состояния занимающихся двигательной активностью			2
28	1	Лекция №11. Субъективное оценивание состояния занимающихся двигательной активностью			2
29	1	Лекция №12 Субъективное оценивание состояния занимающихся двигательной активностью			2
30		Лекция №13 Субъективное оценивание состояния занимающихся двигательной активностью			
		Практическое занятие №16 Физкультурно-оздоровительные методики для поддержания психического здоровья.			
31		Практическое занятие №17 Физкультурно-оздоровительные занятия рекреативной направленности для взрослого населения. Текущий контроль-5- Презентация современного вида занятий фитнесом.	5/10	50,0	6
32		Практическое занятие №18 Диагностика физической подготовленности и методика развития физических способностей занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью (фитнесом).			
33		Практическое занятие №19 Диагностика координационных способностей и методика развития занимающихся физкультурно-оздоровительной деятельностью (фитнесом).			
34		Практическое занятие № 20 Профессионально-прикладная направленность физического воспитания взрослого населения. Технология разработки комплексов физических упражнений с учётом характера труда. Рубежный контроль -1 Опрос.	2/10	60,0	6
Рубежный контроль 2 (УМУ) - тестирование			5/10	70,0	4
Промежуточный контроль (экзамен)			22/30	100	6
Итоговая сумма баллов за 7 семестр			50/100	100	76

7 семестр очная форма обучения

4 курс 7 семестр

Очная форма обучения

<i>Дополнительный модуль</i>			
№ п/п	Сроки проведения	Виды деятельности	Количество баллов
1	По расписанию преподавателя	Реферат.	10
2	По расписанию преподавателя	Опрос.	10
3	По расписанию преподавателя	Письменная работа	10
4	По расписанию преподавателя	Опрос.	10
5	По расписанию преподавателя	Презентация	10
Итого:			50