

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
(РЕГБИ)**

Основная профессиональная образовательная программа высшего образования  
программы бакалавриата по направлению подготовки

**49.03.01 – ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Направленность (профиль):

**СПОРТИВНАЯ ТРЕНИРОВКА В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Квалификация  
БАКАЛАВР

Форма обучения  
Очная/заочная

**1. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:****Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**

1 курс (1-2 семестры)

на 20 /20 учебный год

Базовый модуль					
№ 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
5		1-й текущий контроль – упражнение «Челнок-2»	2/7	7	
11		2-й текущий контроль – упражнение «Челнок-2»	2/7	14	
17		3-й текущий контроль – упражнение «Маятник »	3/7	21	
23		4-й текущий контроль – упражнение «Маятник-2»	3/7	28	
31		5-й текущий контроль – упражнение «Ванька-встанька»	3/7	35	
45		6-й текущий контроль – упражнение «Колонны»	3/7	42	
49		7-й текущий контроль – упражнение «Две линии»	3/7	49	
65		8-й текущий контроль – упражнение «Три линии»	3/7	56	
80		9-й текущий контроль – упражнение «непрерывный веер»	3/7	63	
81		10-й текущий контроль – упражнение «быстрые руки»	3/7	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:  
Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**

2 курс (3-4 семестры)

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Базовый модуль					
№ 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
5		1-й текущий контроль – упражнение «Квадрат»	2/7	7	2
11		2-й текущий контроль – упражнение «Восьмерка»	2/7	14	-
17		3-й текущий контроль – упражнение «Периметр»	3/7	21	2
23		4-й текущий контроль – упражнение «Карусель»	3/7	28	2
31		5-й текущий контроль – упражнение «Британский флаг»	3/7	35	2
45		6-й текущий контроль – упражнение «Квадрат 2»	3/7	42	2
49		7-й текущий контроль – упражнение «Квадрат 3»	3/7	49	2
65		8-й текущий контроль — упражнение «Диагональ»	3/7	56	-
80		9-й текущий контроль — упражнение «Восьмерка 2»	3/7	63	-
81		10-й текущий контроль – упражнение «Угол»	3/7	70	-
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:  
Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**

3 курс (5-6 семестры)

на 20 /20\_ учебный год

Базовый модуль					
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стои- мость»/ балл	Кол-во часов самостоя- тельной работы на подготов- ку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
5		1-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения («Короткий-длинный»)	2/7	7	
11		2-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения (Ромб)	2/7	14	
17		3-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения (Влево-вправо)	3/7	21	
23		4-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения (« Встречка»)	3/7	28	
31		5-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения (« Раскрытие веера»)	3/7	35	
35		6-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения («Южноафриканская змейка».)	3/7	42	
39		7-й текущий контроль – выполнение контрольного упражнения («Поддержка по оси»)	3/7	49	
45		8-й текущий контроль - выполнение контрольного упражнения (« Австралийская змейка»)	3/7	56	
50		9-й текущий контроль - выполнение контрольного упражнения («Южноафриканская зона»)	3/7	63	
54		10-й текущий контроль - выполнение контрольного упражнения («Захват»)	3/7	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Профессионально-спортивное совершенствование (регби)

4 курс (7-8 семестры)

на 20 /20 учебный год

Базовый модуль					
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стои- мость»/ балл	Кол-во часов самостоя- тельной работы на подготов- ку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
5		1-й текущий контроль – ОФП Бег на 100 м	2/7	7	
11		2-й текущий контроль – ОФП Сгибание разгибание рук в упоре лежа	2/7	14	
17		3-й текущий контроль – ОФП Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами.	3/7	21	
23		4-й текущий контроль – ОФП Легкоатлетический кросс	3/7	28	
31		5-й текущий контроль – ОФП Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	3/7	35	
45		6-й текущий контроль – ОФП Челночный бег (3x10м)	3/7	42	
49		7-й текущий контроль – техническая подготовка: контрольное упражнение «пас на дальность »	3/7	49	
65		8-й текущий контроль - техническая подготовка: контрольное упражнение «удар ногой на дальность»	3/7	56	
80		9-й текущий контроль - техническая подготовка: контрольное упражнение «захват»	3/7	63	
81		10-й текущий контроль - техническая подготовка: контрольное упражнение «финт»	3/7	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:  
Профессионально-спортивное совершенствование (регби)  
Заочная форма обучения**

1 курс (1-2 семестры)

на 20 /20 учебный год

Базовый модуль					
№ 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
2		Практическое занятие №1: Современные тенденции совершенствования техники игры в регби, сильнейших российских и иностранных спортсменов			
1		ПЗ №2: Совершенствование техники основной стойки регбиста. Совершенствование техники ударно и паса			
1		ПЗ №3 Совершенствование техники удара и паса по мячу. Совершенствование техники прямого удара в аут ТК1	3/10	10	
1		ПЗ №4: Совершенствование техники паса при игре в атаке. Совершенствование техники удара по мячу в атаке. Совершенствование контроля удара в игре при плотной защите			
1		ПЗ №5 Совершенствование техники паса на дальние расстояния. Совершенствование технико-тактические ударов ТК2	3/10	20	
2		ПЗ № 6 Особенности технической подготовки регбиста.			
3		ПЗ №7 Учебная практика. Составление документов планирования, учета и контроля спортивной тренировки регбистов ТК3	3/10	30	
3		ПЗ №8 Учебная практика. Составление положения о соревнованиях по регби: основные нормативные документы, единый спортивный календарь; система проведения и К/Р	15/30	60	
3		ПЗ №9 Учебная практика. Проведение соревнований по регби. Организация, проведение соревнований по регби: режим соревнований; условия допуска к участию в соревнованиях; условия времени и места, материально-технического обеспечения соревнований			
3		ПЗ №10 Учебная практика. Судейство соревнований по регби различного уровня: характер и методика судейства; определение победителей и призеров соревнований и мест других участников. ТК4	4/10	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:**  
**Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**  
*Заочная форма обучения*

2 курс (3-4 семестры)

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Базовый модуль					
№ 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
1		ПЗ№1: Совершенствование техники удара в центр мяча; Обучение технике скрытого паса; Совершенствование удара с подставки. Совершенствование ударно с отскока (дроб-гол).			
1		ПЗ№2 Совершенствование захвата в игре в «защите». <b>ТК 1</b>	3/10	10	
2		ПЗ №3Техническая подготовка регбистов. Техника регбистов различной квалификации. Ошибки (грубые, значительные, незначительные) в технике выполнения базовых приемов игры в регби и способы их исправления <b>ТК 2</b>	3/10	20	
3		ПЗ.№4 Учебная практика. Проведение соревнований по регби . Системы соревнований. Регламент соревнований и основная документация по организации и проведению соревнований по регби. Условия времени и места, материально-технического обеспечения соревнований. <b>ТК 3</b>	3/10	30	
3		ПЗ №5 Учебная практика. Судейство соревнований по регби различного уровня: характер и методика судейства; определение победителей и призеров соревнований и мест других участников. <b>Контрольная работа</b>	15/30	60	
3		ПЗ №6 Учебная практика. Судейство соревнований по регби различного уровня: характер и методика судейства; определение победителей и призеров соревнований и мест других участников. <b>ТК4</b>	4/10	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:**  
**Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**  
**Заочная форма обучения**

3 курс (5-6 семестры)

на 20\_\_ /20\_\_ учебный год

Базовый модуль					
№ за- нятия	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накopi- тельная «стои- мость»/ балл	Кол-во часов самостоя- тельной работы на подготов- ку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
1		ПЗ№1 Совершенствование технико-тактическим приемам комбинационной и позиционной игры в регби. <b>ТК1</b>	3/10	10	
		Контрольная работа	15/30	40	
1		ПЗ№2 Совершенствование технико-тактическим приемам игры в начале, в середине и в окончании игры. <b>ТК2</b>	3/10	50	
3		ПЗ№3. Составление документов планирования, учета и контроля спортивной тренировки регбистов. Составление конспекта (фрагмента конспекта занятия) и проведение занятия по регби. <b>ТК3</b>	3/10	60	
3		ПЗ№4. Организация, проведение и судейство соревнований по регби, составление документации. Составление положения о соревнованиях по регби: основные нормативные документы, единый спортивный календарь; постановка целей и задач; система проведения и регламент соревнований по различным видам игры в регби; составление программы соревнований; режим соревнований; условия допуска к участию в соревнованиях; условия времени и места, материально-технического обеспечения соревнований; характер и методика судейства соревнований различного уровня. <b>ТК4</b>	4/10	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:  
Профессионально-спортивное совершенствование (регби)  
Заочная форма обучения**

4 курс (7-8 семестры)

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Базовый модуль					
№ 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
1		ПЗ№1. Современные тенденции развития техники игры в регби сильнейших российских и иностранных спортсменов. Их общие и отличительные характеристики. Совершенствование стойки регбиста (различные варианты и коррекция основной стойки в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся). Совершенствование технике паса мяча (ведущее звено и детали техники). ТК1	3/10	10	
		Контрольная работа	15/30	40	
2		ПЗ№2. Основные ошибки в технике выполнения удара и паса мяча (локальные и комплексные; неавтоматизированные и автоматизированные; грубые, значительные и незначительные; типичные и нетипичные; общие и индивидуальные), причины возникновения ошибок (биомеханические, физиологические, психолого-педагогические, условия среды), пути и способы их исправления. ТК2	3/10	50	
3		Практическое занятие №3: Учебная практика. Составление приказа, положения и сметы соревнований по регби (основные нормативные документы, единый спортивный календарь; система проведения и регламент соревнований различного уровня; составление программы соревнований; составление сметы соревнований)	2	60	
3		ПЗ№4 Учебная практика. Проведение соревнований по регби. Системы соревнований. Регламент соревнований и основная документация по организации и проведению соревнований по регби. Условия времени и места, материально-технического обеспечения соревнований. Судейство соревнований по регби различного уровня: характер и методика судейства; определение победителей и призеров соревнований и мест других участников. ТК4	4/10	70	
<u>Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ)</u> может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:**  
**Профессионально-спортивное совершенствование (регби)**  
*Заочная форма обучения*

5 курс (9 семестр)

на 20\_\_/20\_\_ учебный год

Базовый модуль					
№	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
1		ПЗ№1: Совершенствование основной стойке и захвата (различные варианты и коррекция основной стойки и захвата в зависимости от индивидуальных особенностей занимающихся) ТК1	3/10	10	
		Контрольная работа	15/30	40	
1		ПЗ №2 Совершенствование техники захвата (основные фазы движения, ведущее звено и детали техники). ТК2	3/10	50	
1		ПЗ №3.: Совершенствование технико-тактические захвата (основные фазы движения, ведущее звено и детали техники). ТК3	3/10	60	
3		ПЗ№4 Учебная практика. Проведение соревнований по регби. ТК4	4/10	70	
Промежуточный контроль (ЗАЧЕТ) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за год			50/100	100	