

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

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ
В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА (ННВС)**

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)

6 семестр

2017 /2018 уч. год

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоймость»/ балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Шестой семестр					
1.		Лекция 1. Цель, задачи и характерные черты спортивной тренировки в ННВС.			
2.		Лекция 2. Средства и методы спортивной тренировки в ИВС.			
3.		Практическое занятие 1.Средства и методы спортивной тренировки в ННВС.			
4.		Практическое занятие 2.Средства и методы спортивной тренировки в ННВС.			
5.		Практическое занятие 3.Средства и методы спортивной тренировки в ННВС. ТК 1	4/10	10	
6.		Семинарское занятие 1. Средства спортивной тренировки в ИВС. Классификация средств спортивной тренировки в избранном виде спорта (ННВС).			
7.		Лекция 3. Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Особенности организации тренировки с различным контингентом занимающихся.			
8.		Практическое занятие 4. Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Особенности организации тренировки с различным контингентом занимающихся.			
9.		Практическое занятие 5.Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Особенности организации тренировки с различным контингентом занимающихся.			
10.		Практическое занятие 6. Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Особенности организации тренировки с различным контингентом занимающихся.			
11.		Семинар 2.Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Особенности организации тренировки с различным контингентом занимающихся. ТК -2	4/10	20	
12.		Практическое занятие 7. Особенности развития выносливости в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления выносливости. 2. Механизмы и развития выносливости.			

		3. Особенности развития выносливости в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
13.		Практическое занятие 8. Особенности развития выносливости в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления выносливости. 2. Механизмы и развития выносливости. 3. Особенности развития выносливости в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
14.		Практическое занятие 9. Особенности развития выносливости в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления выносливости. 2. Механизмы и развития выносливости. 3. Особенности развития выносливости в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
15.		Практическое занятие 10. Особенности развития выносливости в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления выносливости. 2. Механизмы и развития выносливости. 3. Особенности развития выносливости в бильярде, дартс, шашках, городках, регби. ТК -3	4/10	30	
16.		Практическое занятие 11. Особенности развития скоростных способностей в ННВС. 1. Формы проявления скоростных способностей. 2. Механизмы развития скоростных способностей. 3. Особенности развития скоростных способностей в бильярде, городках, дартс, регби			
17.		Практическое занятие 12. Особенности развития скоростных способностей в ННВС. 1. Формы проявления скоростных способностей. 2. Механизмы развития скоростных способностей. 3. Особенности развития скоростных способностей в бильярде, городках, дартс, регби			
18.		Практическое занятие 13. Особенности развития скоростных способностей в ННВС. 1. Формы проявления скоростных способностей. 2. Механизмы развития скоростных способностей. 3. Особенности развития скоростных способностей в бильярде, городках, дартс, регби			
19.		Практическое занятие 14. Особенности развития силовых способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления силовых способностей. 2. Механизмы и развития силовых способностей. 3. Особенности развития силовых			

		способностей в бильярде, дартс, городках, регби			
20.		Практическое занятие 15. Особенности развития силовых способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления силовых способностей. 2. Механизмы и развития силовых способностей. 3. Особенности развития силовых способностей в бильярде, дартс, городках, регби			
21.		Лекция 4. Механизмы и закономерности развития физических способностей в ННВС (силовые, скоростные, координационные способности, выносливость, гибкость).			
22.		Практическое занятие 16. Особенности развития координационных способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления координационных способностей. 2. Механизмы и развития координационных способностей. 3. Особенности развития координационных способностей в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
23.		Практическое занятие 17. Особенности развития координационных способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления координационных способностей. 2. Механизмы и развития координационных способностей. 3. Особенности развития координационных способностей в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
24.		Практическое занятие 18. Особенности развития координационных способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления координационных способностей. 2. Механизмы и развития координационных способностей. 3. Особенности развития координационных способностей в бильярде, дартс, шашках, городках, регби			
25.		Практическое занятие 19. Особенности развития координационных способностей в ННВС. Вопросы: 1. Формы проявления координационных способностей. 2. Механизмы и развития координационных способностей. 3. Особенности развития координационных	4/10	40	

		способностей в бильярде, дартс, шашках, городках, регби. ТК - 4			
26.		Практическое занятие 20. Научно-исследовательская работа студентов. Вопросы: Организация научно-исследовательской работы студентов ВУЗов физической культуры. Тематика исследований. Виды научных работ. Организация проведения педагогического эксперимента. ТК -5	4/10	50	
27.		Практическое занятие 21. Научно-исследовательская работа студентов. Вопросы: Тематика курсовых и квалификационных работ, их структура и содержание. Практика в наблюдении, регистрации и анализе игровой деятельности. РК (каф)	2/10	60	
2 рубежный контроль (ЦОКО) - тестирование			5/10	70	
Промежуточный контроль (зачет)			22/30	100	
Итоговая сумма баллов за 6 семестр			50/100	100	

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	<i>«Цель, задачи, характерные черты спортивное тренировки в ННВС. Средства, методы и принципы спортивной тренировки в ННВС».</i>	10
2	По расписанию преподавателя	<i>«Спортивная тренировка в различных видах ННВС. Организация спортивной тренировки в сфере детско-юношеского спорта».</i>	10
3	По расписанию преподавателя	<i>«Особенности развития выносливости в ННВС. Формы проявления, механизмы развития выносливости».</i>	10
4	По расписанию преподавателя	<i>«Особенности развития координационных способностей в ННВС. Формы проявления, механизмы развития»</i>	10
5	По расписанию преподавателя	<i>Составление плана проспекта выпускной квалификационной работы. Обоснование темы ВКР. Презентация 1 и 2 глав ВКР».</i>	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)

ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

7 семестр

2017 /2018 уч. 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
Седьмой семестр					
1.		Лекция 1. Основы построения спортивной тренировки в бильярде. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годовых и многолетних циклов. Спортивная форма. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный.			
2.		Практическое занятие 1. Основы построения спортивной тренировки в бильярде.			
3.		Практическое занятие 2. Основы построения спортивной тренировки в бильярде.			
4.		Практическое занятие 3. Основы построения спортивной тренировки в бильярде.			
5.		Практическое занятие 4. Основы построения спортивной тренировки в бильярде.			
6.		Семинарское занятие 1. Основы построения спортивной тренировки в бильярде. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годовых и многолетних циклов. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный. Спортивная форма. ТК -1	4/10	10	
7.		Лекция №2: Основы построения спортивной тренировки в дартс. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годовых и многолетних циклов. Спортивная форма. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный.			
8.		Практическое занятие 5. Основы построения спортивной тренировки в дартс			
9.		Практическое занятие 6. Основы построения спортивной тренировки в дартс			

10.	Практическое занятие 7. Основы построения спортивной тренировки в дартс			
11.	Семинарское занятие 2. Основы построения спортивной тренировки в дартс. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов. Периоды годичного цикла: подготовительный, соревновательный и переходный. Спортивная форма. ТК -2	4/10	20	
12.	Лекция 3. Основы построения спортивной тренировки в шашках. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов. Спортивная форма. Периоды годичного цикла: подготовительный, соревновательный и переходный.			
13.	Практическое занятие 8. Основы построения спортивной тренировки в шашках			
14.	Практическое занятие 9. Основы построения спортивной тренировки в шашках			
15.	Практическое занятие 10. Основы построения спортивной тренировки в шашках			
16.	Семинар 3. Основы построения спортивной тренировки в шашках. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов. Периоды годичного цикла: подготовительный, соревновательный и переходный. Спортивная форма. ТК - 3	4/10	30	
17.	Лекция 4. Основы построения спортивной тренировки в городках. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годичных и многолетних циклов. Спортивная форма. Периоды годичного цикла: подготовительный, соревновательный и переходный.			
18.	Практическое занятие 11. Основы построения спортивной тренировки в городках.			
19.	Практическое занятие 12. Основы построения спортивной тренировки в городках. РК (каф)	2/10	40	
20.	Практическое занятие 13. Основы построения спортивной тренировки в городках.			
21.	Семинарское занятие 4. Основы построения спортивной тренировки в городках. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годичных и	4/10	50	

		многолетних циклов. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный. Спортивная форма. ТК - 4			
22.		Лекция №5: Основы построения спортивной тренировки в регби. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годовых и многолетних циклов. Спортивная форма. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный.			
23.		Практическое занятие 14. Основы построения спортивной тренировки в регби.			
24.		Практическое занятие 15. Основы построения спортивной тренировки в регби.			
25.		Практическое занятие 16. Основы построения спортивной тренировки в регби.			
26.		Практическое занятие 17. Основы построения спортивной тренировки в регби.			
27.		Семинар №5: Основы построения спортивной тренировки в регби. Уровни, структура спортивной тренировки: микро-, мезо-, макроструктура. Структура отдельного тренировочного занятия. Структура и типа микро и мезоциклов. Структура годовых и многолетних циклов. Периоды годового цикла: подготовительный, соревновательный и переходный. Спортивная форма. ТК - 5	4/10	60	
2 рубежный контроль (ЦОКО) - тестирование			5/10	70	
Промежуточный контроль (зачет)			22/30	100	6
Итоговая сумма баллов за 7 семестр			50/100	100	10

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	<i>«Основы построения спортивной тренировки в ННВС (бильярд)».</i>	10
2	По расписанию преподавателя	<i>Основы построения спортивной тренировки в ННВС (дартс)».</i>	10
3	По расписанию преподавателя	<i>Основы построения спортивной тренировки в ННВС (шахи)».</i>	10
4	По расписанию преподавателя	<i>«Основы построения спортивной тренировки в ННВС (городки)».</i>	10
5	По расписанию преподавателя	<i>«Основы построения спортивной тренировки в ННВС (регби)».</i>	10

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)
ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

8 семестр

2017 /2018 уч. год

Базовый модуль					
№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная «стоймость» / балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Восьмой семестр					
1.		Лекция 1. Общая характеристика основных видов подготовки в ННВС			
2.		Практические занятия №1 Техническая подготовка в ННВС			
3.		Практические занятия №2 Техническая подготовка в ННВС			
4.		Практические занятия №3 Физическая подготовка в ННВС			
5.		Практические занятия №4 Физическая подготовка в ННВС			
6.		Практические занятия №5 Тактическая подготовка в ННВС			
7.		Практические занятия №6 Психологическая подготовка в ННВС ТК - 1	4/10	10	
8.		Практические занятия №7 Психологическая подготовка в ННВС			
9.		Практические занятия №8 Интеллектуальная и интегральная подготовка в ННВС			
10.		Практические занятия №9 Интеллектуальная и интегральная подготовка в ННВС			
11.		Семинарское занятие 1. Общая характеристика основных видов подготовки в ННВС ТК - 2	4/10	20	
12.		Лекция 2. Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС			
13.		Практическое занятие 10 Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС			
14.		Практическое занятие 11. Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС			
15.		Практическое занятие 12. Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС			
16.		Семинар 2. Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС ТК - 3	4/10	30	
17.		Лекция 3. Многолетнее и годовое планирование тренировки в ННВС			
18.		Практическое занятие 13. Многолетнее и годовое планирование тренировки в ННВС (стадия базовой подготовки, стадия максимальной реализации спортивных возможностей, стадия спортивного долголетия, этапы многолетней подготовки)			

	(определение, структура, факторы, влияющие на формирование, типы, примерные программы в избранном виде спорта (ННВС).			
19.	Практическое занятие 14. Многолетнее и годовое планирование тренировки в ННВС (стадия базовой подготовки, стадия максимальной реализации спортивных возможностей, стадия спортивного долголетия, этапы многолетней подготовки (определение, структура, факторы, влияющие на формирование, типы, примерные программы в избранном виде спорта (ННВС). РК (каф)	2/10	40	
20.	Практическое занятие 15. Мезоцикловое и микроцикловое планирование в ННВС (определение, структура, факторы, влияющие на формирование, типы, примерные программы в избранном виде спорта).			
21.	Семинар №3: Многолетнее и годовое планирование тренировки в ННВС ТК - 4	4/10	50	
22.	Лекция 4. Контроль и учёт в системе подготовки в народных и национальных видах спорта (значение и виды контроля). Контроль над физической, технической подготовленностью. Основные формы контроля и его организации. Учет в процессе спортивной тренировки спортсменов (значение учета, его виды). Поэтапный, текущий, оперативный учет. Дневник тренировок.			
23.	Практическое занятие 16. Контроль и учёт в системе подготовки в ННВС			
24.	Семинар №4: Контроль и учёт в системе подготовки в народных и национальных видах спорта. ТК - 5	4/10	60	
2 рубежный контроль (ЦОКО) - тестирование		5/10	70	
Промежуточный контроль (экзамен)		22/30	100	6
Итоговая сумма баллов за 8 семестр		50/100	100	10

Дополнительный модуль			
№№	Сроки проведения	Вид деятельности	К-во баллов
1	По расписанию преподавателя	<i>«Общая характеристика основных видов подготовки в ННВС (физическая, техническая тактическая)».</i>	10
2	По расписанию преподавателя	<i>Общая характеристика основных видов подготовки в ННВС (психологическая, интеллектуальная, интегральная)»</i>	10
3	По расписанию преподавателя	<i>Особенности спортивного отбора и ориентации в ННВС».</i>	10
4	По расписанию преподавателя	<i>Многолетнее и годовое планирование тренировки в ННВС».</i>	10
5	По расписанию преподавателя	<i>Контроль и учет в системе подготовки в ННВС».</i>	10

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:
Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)**

Заочная форма обучения

3 курс (6 семестр)

на 2017 /2018 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	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: Цели и задачи спортивной тренировки в ННВС. Общие и специальные принципы. ТК1	5/12	12	
2		ПЗ №2 Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в бильярде, дартс, шашках ТК2	5/12	24	
3		ПЗ №3: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в ННВС ТК3	5/12	36	
4		ПЗ №4: Тренировка в различных видах ННВС. ТК4	5/12	48	
5		ПЗ №5: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в городках ТК5	4/12	60	
6		ПЗ № Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби ТК6	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:
Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)**

Заочная форма обучения

4 курс (7семестр)

на 2017 /2018 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	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			4	5	6
1		ПЗ №1: Особенности развития выносливости в ННВС. ТК1	3/8	10	
1		ПЗ №2: Особенности развития силовых способностей в ННВС ТК2	3/8	20	
1		ПЗ №3: Особенности развития силовых способностей в городках ТК3	3/8	30	
1		ПЗ №4: Особенности развития быстроты в регби Контрольная работа	15/30	54	
1		ПЗ №5: Особенности развития гибкости и координационных способностей в бильярде ТК4	2/8	62	
1		ПЗ №6: Особенности развития гибкости и координационных способностей в дартс. ТК5	2 /8	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:

Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС)

Заочная форма обучения

4 курс (8 семестр)

на 2017 /2018 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	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		Практическое занятие №1 Этапы и содержание технической подготовки в ННВС ТК1	5/12	12	
2		Практическое занятие №2 Этапы и содержание физической подготовки в ННВС ТК2	5/12	24	
3		Практическое занятие №3 Понятие и виды тактической подготовки в ННВС ТК3	5/12	36	
4		Практическое занятие №4 Психологическая подготовка, интеллектуальная и интегральная подготовка в ННВС ТК4	5/12	48	
5		Практическое занятие №5 Особенности спортивного отбора в ННВС ТК5	4/12	60	
6		Практическое занятие №6 Особенности спортивного отбора в ННВС ТК6	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:

Технологии спортивной тренировки в ИВС (ННВС) Заочная форма обучения

5 курс (9 семестр)

на 2017 /2018 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	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		Практическое занятие №1: Типы и структура микроциклов в ННВС			
2		ПЗ №2: Типы и структура мезоциклов в ННВС ТК1	3/8	10	
3		Практическое занятие №3: Структура годовых циклов в ННВС			
4		ПЗ №4: Структура многолетних циклов в бильярде			
5		ПЗ №5: Структура многолетних циклов в регби ТК2	3/8	16	
6		ПЗ № 6 Планирование, контроль и учет в системе подготовки в ННВС ТК3	3/8	24	
7		ПЗ №7 Научно-исследовательская работа студентов			
8		ПЗ №8 Научно-исследовательская работа студентов ТК4	2/8	32	
9		ПЗ №9 Планирование, контроль и учет в процессе спортивной тренировки Контрольная работа	15/30	62	
10		ПЗ №10 Структура, содержание, формы перспективного, текущего и оперативного планирования. ТК5	2/8	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	

