

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**

**ТЕХНОЛОГИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ  
В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА (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:  
**заочная**

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ:

### Технологии спортивной тренировки в ИВС (регби)

#### 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. Общие и специальные принципы. <b>ТК1</b>	5/12	12	
2		ПЗ №2 Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби <b>ТК2</b>	5/12	24	
3		ПЗ №3: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби <b>ТК3</b>	5/12	36	
4		ПЗ №4: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби <b>ТК4</b>	5/12	48	
5		ПЗ №5: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби <b>ТК5</b>	4/12	60	
6		ПЗ №6: Цель, основные задачи и отличительные черты спортивной тренировки в регби <b>ТК6</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:

Технологии спортивной тренировки в ИВС (регби)

Заочная форма обучения

4 курс (7семестр)

на 20 /20 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 регби <b>ТК1</b>	3/8	10	
1		ПЗ №2: Особенности развития силовых способностей в регби <b>ТК2</b>	3/8	20	
1		ПЗ №3: Особенности развития быстроты в регби паса <b>ТК3</b>	3/8	30	
1		ПЗ №4: Особенности развития быстроты в регби паса Контрольная работа	15/30	54	
1		ПЗ №5: Особенности развития гибкости и координационных способностей в регби <b>ТК4</b>	2/8	62	
1		ПЗ №6: Особенности развития гибкости и координационных способностей в регби <b>ТК5</b>	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 (регби)**  
**Заочная форма обучения**

4 курс (8 семестр)

на 20 /20 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	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		Практическое занятие №1 Этапы и содержание технической подготовки в регби. <b>ТК1</b>	5/12	12	
2		Практическое занятие №2 Этапы и содержание физической подготовки в регби. <b>ТК2</b>	5/12	24	
3		Практическое занятие №3 Понятие и виды тактической подготовки в регби <b>ТК3</b>	5/12	36	
4		Практическое занятие №4 Психологическая подготовка, Интеллектуальная и интегральная подготовка в регби <b>ТК4</b>	5/12	48	
5		Практическое занятие №5 Особенности спортивного отбора в регби <b>ТК5</b>	4/12	60	
6		Практическое занятие №6 Особенности спортивного отбора в регби <b>ТК6</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:**  
**Технологии спортивной тренировки в ИВС (регби)**  
**Заочная форма обучения**

5 курс (9 семестр)

на 20 /20 учебный год

Базовый модуль					
№ п/п	Посе- щае- мость /балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопи- тельная «стои- мость»/ балл	Кол-во часов самостоя- тельной работы на подготов- ку к видам контроля
1	2	3	4	5	6
1		Практическое занятие №1: Типы и структура микроциклов в регби			
2		ПЗ №2: Типы и структура мезоциклов в регби <b>ТК1</b>	3/8	10	
3		Практическое занятие №3: Структура годовых циклов в регби			
4		ПЗ №4: Структура многолетних циклов в регби			
5		ПЗ №5: Структура многолетних циклов в регби <b>ТК2</b>	3/8	16	
6		ПЗ № 6 Планирование, контроль и учет в системе подготовки в регби <b>ТК3</b>	3/8	24	
7		ПЗ №7 Научно-исследовательская работа студентов			
8		ПЗ №8 Научно-исследовательская работа студентов <b>ТК4</b>	2/8	32	
9		ПЗ №9 Планирование, контроль и учет в процессе спортивной тренировки <b>Контрольная работа</b>	15/30	62	
10		ПЗ №10 Структура, содержание, формы перспективного, текущего и оперативного планирования. <b>ТК5</b>	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	