

ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ
Теория и методика спорта высших достижений

Направление подготовки: 49.04.01 - Физическая культура

Магистерская программа: «Профессиональное образование в отрасли физической культуры и спорта»

Кафедра теории и методики физической культуры

заочная форма обучения

Базовый модуль				
Тема или задание текущей аттестационной работы	Виды аттестации	Аудиторная или внеаудиторная работа	Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
<p>1 текущий контроль: Семинарское занятие</p> <p>Понятие «модель», «модельные характеристики спортсмена». Блок-схема модели сильнейшего спортсмена. Модельные характеристики соревновательной деятельности сильнейших спортсменов в отдельных видах спорта, их содержание.</p>	доклад	Аудиторная	3	8
<p>2 текущий контроль: Семинарское занятие</p> <p>Понятие о спортивной тренировке, характеристика ее составляющих компонентов. Главные задачи, цель и характерные черты тренировки на этапе высшего спортивного мастерства. Специфические принципы спортивной тренировки. Средства и методы развития тренированности. Нагрузки, утомление, восстановление в спортивной тренировке.</p>	опрос	Аудиторная	2	8
<p>3 текущий контроль: семинарское занятие</p> <p>Построение и содержание подготовки сильнейших спортсменов к главным соревнованиям сезона. Модели построения этапа непосредственной предсоревновательной подготовки к главному соревнованию в зависимости от специфики вида спорта. Специальные проблемы подготовки к спортивным соревнованиям в рамках годичного цикла (распределение и частота соревнований, выбор тактик выступления в соревнованиях, разминка перед</p>	доклад	аудиторная	3	8

соревнованиями).				
4-й текущий контроль: семинарское занятие Особенности отбора и ориентации спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства. Критерии комплектования и отбора спортсменов в сборные команды. Организационно-методические основы отбора спортсменов в сборные команды.				
доклад	Аудиторная	3	8	
5-й текущий контроль: семинарское занятие Проблема оптимизации тренировочных и соревновательных нагрузок и восстановления работоспособности в спорте высших достижений. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности в спорте высших достижений – педагогических, психологических, медико-биологических. Некоторые подходы к применению восстановительных комплексов в зависимости от степени напряженности адаптационных механизмов у спортсменов.				
опрос	Аудиторная	2	8	
6-й текущий контроль: семинарское занятие Современная система спорта высших достижений и олимпийской подготовки в некоторых зарубежных странах (США, КНР, Германии и др.). Эффективные модели подготовки спортсменов высокой квалификации в определенных видах спорта.				
Контроль ная работа	внеаудиторная	15	30	
		Итого:	28	70
Промежуточный контроль		экзамен	Аудиторная	
			22	30
		Итого:	50	100
Дополнительный модуль				
№ п/п	Сроки проведения	Виды деятельности		Количество баллов
1.	По расписанию преподавателя	Реферат по теме № 2 «Сущность и структура спорта высших достижений. Тенденции развития и актуальные проблемы современного спорта высших достижений»		5-15
2.	По расписанию преподавателя	Реферат по теме № 7 «Система отбора высококвалифицированных спортсменов в сборные национальные команды и для участия в соревнованиях»		5-15
3.	По расписанию преподавателя	Реферат по теме № 9 «Особенности подготовки сильнейших спортсменов в олимпийских видах спорта»		5-20

