

## Профиль Спортивная тренировка в ИВС

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Заочное обучение

4 КУРС, 7 СЕМЕСТР

н 20 -20 учебный год

№ занятия	Посещаемость /балл	Содержание занятия и виды контроля	Кол-во баллов min/ max	Накопительная "стоимость" /балл	Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам
1	1	<b>Лекция 1</b> -. Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте.		1	
3	1	<b>Лекция 5</b> Общая физиологическая характеристика тренированности и перетренированности		2	
4	0,5	<b>Лекция 8</b> -Понятие об адаптации, виды и индивидуальные типы адаптации		2,5	
5		<b>Практическое занятие –ТК-1</b> - Физиологическая характеристика динамической работы максимальной и субмаксимальной мощности.	2/9	11,5	
6		<b>Практическое занятие.-ТК-2</b> Физиологическая характеристика динамической работы умеренной мощности.	2/9	20,5	
7	0.5	<b>Практическое занятие –Работа</b> переменной мощности .		21	
8		<b>*Практическое занятия – ТК-3</b> - Каких величин может достигать КД у лиц тренирующихся, не тренирующихся, спортсменов	1/9	30	
9		<b>Контрольная работа!</b> <b>Защита во внеурочное время</b>	15/30!	60	
10		<b>РК № 1 (Кафедра)!</b>	5 / 10!	70	
11		<b>Промежуточный контроль - экзамен</b>	22 / 30	100,0	
<b>Дополнительный модуль</b>					
№	Сроки проведения	Содержание занятий	Количество баллов		
1	По расписанию преподавателя	Физиологическая характеристика состояний организма при мышечных нагрузках.	10		
2	По расписанию преподавателя	Физиологические закономерности реакций функциональных систем на физическую нагрузку	10		
3	По расписанию преподавателя	Физиологическая характеристика формирования двигательных навыков и развития физических качеств	10		
4	По расписанию преподавателя	Физиологические системы адаптации	10		

5	По расписанию преподавателя	Физиологическая характеристика физической деятельности в различных условиях	10
	<b>Всего</b>		<b>50</b>