Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе



М.И.Салимов

«25» апреля 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ» (ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ)**

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Екатеринбург 2019 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Спортивное совершенствование - Танцевальный спорт»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01 Физическая культура**

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ ФК протокол № 7 от «13 марта» 2019 г.
Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол № 8 от «25 апреля» 2019 г.

Разработчик программы: А.В. Райзинг

И. о. зав. кафедрой . _____ И.В. Тарасевич

Проверил:

Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Данная дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1, 2,3,4 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет с оценкой, экзамен

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС

2 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС

3 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

Код компетенции	**Наименование компетенции**	**Степень реализации компетенции (полностью/частично)** **Курс/семестр**	**Индикаторы достижения компетенции**	**Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии).** **/ область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников**
УК-7	**УК-7** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**УК-7.1. Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; - основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования. **УК-7.2. Умеет:**	**УК-7** **Профессиональный стандарт Тренер** УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28.03.2019 № 191н Подготовка спортсменов *Основная цель вида профессиональной деятельности:* Проведение со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов.

			- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. **УК-7.3. Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности. - проведения занятий по физической культуре	**Содержание трудовой функции: Код 05.003** D/02.6 Планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства D/03.6 Проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапе совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства по виду спорта (группе спортивных дисциплин), по индивидуальным планам подготовки спортсменов D/04.6 Управление систематической соревновательной деятельностью занимающегося

3. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры								
		всего	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.	17	2	3	2	2	2	2	2	2
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	612	72	108	72	72	72	72	72	72
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен		зачет с оценкой	зачет	зачет с оценкой	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет с оценкой
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	277.65	36	36,25	36	36,25	36,25	36,25	36,25	24,4
Лекции (Лек)	час									
Практические занятия (Пр)	час	276	36	36	36	36	36	36	36	24
Семинары	час									
Лабораторные работы (Лаб)	час									
Контактные часы на аттестацию **(Кат)**	час	1,65		0,25		0,25	0,25	0,25	0,25	0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час	334.35	36	71,75	36	35,75	35,75	35,75	35,75	47,6
Курсовая работа (КР)	час									
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час									
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	84	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры							
		Всего	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
Зачетные единицы	з.е.	17	3	1	2	3	2	2	3
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	612	108	36	72	180	36	72	108
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	61,9	8,25	10,25	10,25	8,25	8,4	6,25	10,25
Лекции (Лек)	час	6	2			2	2		
Практические занятия (Пр)	час	54	6	10	10	6	6	6	10
Семинары	час								
Лабораторные работы (Лаб)	час								
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	1,9	0,25	0,25	0,25	0,25	0,4	0,25	0,25
Самостоятельная работа, в том числе	час	522,1	95,75	21,75	57,75	107,75	23,6	61,75	93,75
Курсовая работа (КР)	час								
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	28	4	4	4	4	4	4	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	12	2	1	1	2	1	2	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

Тема	Краткое содержание	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Раздел 1 Физическая подготовка		**277.65**	**334.35**
1.1 Общая физическая подготовка	Виды физической подготовки (ОФП, СФП). Взаимосвязь физической подготовки с другими видами подготовки. Методика воспитания и совершенствования физических качеств. Физическая подготовка в тренировочном процессе спортсменов различной квалификации. Методика проведения занятий по общей физической подготовке в танцевальном спорте. Методика составления и проведения комплексов упражнений с применением различных средств общей подготовки, учитывая особенности танцевального спорта. Принцип подбора упражнений и их дозировка в зависимости от поставленных задач. Совершенствование ОФП. Особенности методики проведения занятий по воспитанию общих и специальных физических качеств у спортсменов разного возраста и уровня подготовленности. Развитие физических качеств на занятиях ИВС в танцевальном спорте.	4	8
1.2 Специальная физическая подготовка	Совершенствование ОФП и СФП Развитие специальных физических качеств с применением специфических средств и методов подготовки в зависимости от условий, уровня подготовленности, периода, этапа, микроцикла тренировки. Специальные подготовительные упражнения. Развитие и совершенствование специальных скоростных, силовых способностей. Совершенствование выносливости. Совершенствование специальных двигательных навыков. Методика составления и	6	8

	проведения комплексов упражнений с применением различных средств специальной подготовки и хореографических особенностей.		
Раздел 2 Техническая подготовка			
2.1 Совершенствование технической подготовленности	Основные принципы обучения техническим приемам и их совершенствование в танцевальном спорте. Основные этапы разучивания и совершенствования техники выполнения движений и фигур танцевального спорта. Методика обучения технике выполнения танцевальных фигур. Построениетехническойподготовки. Средства, методыиметодическиеподходыкобучениюисовершенствованиюотдельныхтехническихприемов. Последовательностьсовершенствованиятехническихприемов. Определениеошибок, ихпредупреждениеиметодикаисправленияприобучениитехническим приемам. Методикапроведениязанятийпотехническойподготовке в танцевальном спорте.	6	8
2.2 Выступление в соревнованиях в ИВС для совершенствования спортивно-технического мастерства	Выступления на соревнованиях различного уровня (первенство города, области, УрФО, России)	6	8
Раздел 3 Тактическая подготовка			
3.1 Общая тактическая подготовка	Стратегия и анализ спортивных соревнований по танцевальному спорту. Тактическое мастерство в решении и оптимизации спортивной тренировки спортсменов различной квалификации.	4	10
3.2 Специальная тактическая подготовка	Тактическая подготовки в зависимости от условий провидения соревнований (место проведения, особенности покрытия, уровень соревнований и квалификация спортсменов, индивидуальные особенности и т.д.). Тактическая подготовка к выступлению в соревнованиях в отдельных соревновательных дисциплинах в танцевальном спорте.	6	8

Раздел 4 Педагогическое мастерство			
4.1 Формирование и совершенствование профессиональных навыков в объяснении и показе упражнений по воспитанию физических качеств	Показ, объяснение и проведение комплексов ОРУ для укрепления различных мышечных групп в танцевальном спорте. Показ, объяснение и проведение упражнений по направленному воспитанию физических качеств.	6	8
4.2 Формирование и совершенствование профессиональных навыков по обучению и совершенствованию техники	Методика обучения отдельным техническим действиям и элементам в танцевальном спорте. Показ, объяснение, подводящие упражнения, определение ошибок и способы их устранения.	6	8
4.3 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по физической подготовке	Методика построения УТЗ. Периодизация спортивной тренировки в танцевальном спорте. Структура плана-конспекта УТЗ. Методические и организационные особенности проведения отдельных упражнений и занятий при решении задач воспитания общих и специальных физических качеств. Динамика нагрузки в УТЗ. Особенности проведения подготовительной и основной частей УТЗ в зависимости от условий, уровня подготовленности и количества занимающихся. Составление плана-конспекта и проведение частей УТЗ по физической подготовке с обоснованием средств и методов воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости), преемственности и последовательности отдельных упражнений.	6	8
4.4 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по	Составление планов-конспектов и проведение УТЗ по технико-тактической подготовке в зависимости от поставленных задач в различных периодах, этапах подготовки. Методика разработки конспекта и проведения занятий по технико-тактической подготовке спортсменов высокой квалификации в танцевальном спорте.	6	8

технико-тактической подготовке			
4.5 Совершенствование профессиональных навыков в проведении УТЗ различной направленности в различных периодах подготовки	Периодизация спортивной тренировки в танцевальном спорте. Особенности построения и проведения УТЗ в различных периодах подготовки. Цели, задачи, средства, методы и формы организации УТЗ в зависимости от периода подготовки. Динамика нагрузки в различных периодах подготовки.	6	8
4.6 Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований	Правила организации и проведения соревнований в танцевальном спорте. Правила судейства соревнований в танцевальном спорте. Особенности организации и проведения соревнований в танцевальном спорте. Методика организации и проведения жеребьёвки участников соревнований. Анализ проведенного судейства и участия в организации и проведении соревнований. Составление положений и отчета о соревнованиях, участие в организации и проведении соревнований.	6	8
Раздел 5 Организация самостоятельных занятий			
5.1 Особенности и методика организации самостоятельных занятий избранным видом спорта	Разминка как неотъемлемая часть учебно-тренировочного занятия. Средства и методы проведения разминки. Правила составления и оформления комплексов упражнений для разминки. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств. Методики оценки физической подготовленности и уровня физического развития.	8	12

Заочная форма обучения

Тема	Краткое содержание	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
		62.05	521.95
Раздел 1 Физическая подготовка			

1.1 Общая физическая подготовка	Виды физической подготовки (ОФП, СФП). Взаимосвязь физической подготовки с другими видами подготовки. Методика воспитания и совершенствования физических качеств. Физическая подготовка в тренировочном процессе спортсменов различной квалификации. Методика проведения занятий по общей физической подготовке в танцевальном спорте. Методика составления и проведения комплексов упражнений с применением различных средств общей подготовки, учитывая особенности танцевального спорта. Принцип подбора упражнений и их дозировка в зависимости от поставленных задач. Совершенствование ОФП. Особенности методики проведения занятий по воспитанию общих и специальных физических качеств у спортсменов разного возраста и уровня подготовленности. Развитие физических качеств на занятиях ИВС в танцевальном спорте.	4	12
1.2 Специальная физическая подготовка	Совершенствование ОФП и СФП Развитие специальных физических качеств с применением специфических средств и методов подготовки в зависимости от условий, уровня подготовленности, периода, этапа, микроцикла тренировки. Специальные подготовительные упражнения. Развитие и совершенствование специальных скоростных, силовых способностей. Совершенствование выносливости. Совершенствование специальных двигательных навыков. Методика составления и проведения комплексов упражнений с применением различных средств специальной подготовки и хореографических особенностей.	4	12
Раздел 2 Техническая подготовка			
2.1 Совершенствование технической подготовленности	Основные принципы обучения техническим приемам и их совершенствование в танцевальном спорте. Основные этапы разучивания и совершенствования техники выполнения движений и фигур танцевального спорта. Методика обучения технике выполнения танцевальных фигур.	6	12

	Построениетехническойподготовки. Средства, методыиметодическиеподходыкобучениюисовершенствованиюотдельныхтехническихприемов. Последовательностьсовершенствованиятехническихприемов. Определениеошибок, ихпредупреждениеиметодикаисправленияприобучениитехническим приемам. Методикапроведениязанятийпотехническойподготовке в танцевальном спорте.		
2.2 Выступление в соревнованиях в ИВС для совершенствования спортивно-технического мастерства	Выступления на соревнованиях различного уровня (первенство города, области, УрФО, России)	6	12
Раздел 3 Тактическая подготовка			
3.1 Общая тактическая подготовка	Стратегия и анализ спортивных соревнований по танцевальному спорту. Тактическое мастерство в решении и оптимизации спортивной тренировки спортсменов различной квалификации.	6	14
3.2 Специальная тактическая подготовка	Тактическая подготовки в зависимости от условий провидения соревнований (место проведения, особенности покрытия, уровень соревнований и квалификация спортсменов, индивидуальные особенности и т.д.). Тактическая подготовка к выступлению в соревнованиях в отдельных соревновательных дисциплинах в танцевальном спорте.	4	12
Раздел 4 Педагогическое мастерство			
4.1 Формирование и совершенствование профессиональных навыков в объяснении и показе упражнений по воспитанию физических качеств	Показ, объяснение и проведение комплексов ОРУ для укрепления различных мышечных групп в танцевальном спорте. Показ, объяснение и проведение упражнений по направленному воспитанию физических качеств.	4	12

4.2 Формирование и совершенствование профессиональных навыков по обучению и совершенствованию техники	Методика обучения отдельным техническим действиям и элементам в танцевальном спорте. Показ, объяснение, подводящие упражнения, определение ошибок и способы их устранения.	4	12
4.3 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по физической подготовке	Методика построения УТЗ в ИВС. Периодизация спортивной тренировки в танцевальном спорте. Структура плана-конспекта УТЗ. Методические и организационные особенности проведения отдельных упражнений и занятий при решении задач воспитания общих и специальных физических качеств. Динамика нагрузки в УТЗ. Особенности проведения подготовительной и основной частей УТЗ в зависимости от условий, уровня подготовленности и количества занимающихся. Составление плана-конспекта и проведение частей УТЗ по физической подготовке с обоснованием средств и методов воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости), преемственности и последовательности отдельных упражнений.	4	12
4.4 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по технико-тактической подготовке	Составление планов-конспектов и проведение УТЗ по технико-тактической подготовке в зависимости от поставленных задач в различных периодах, этапах подготовки. Методика разработки конспекта и проведения занятий по технико-тактической подготовке спортсменов высокой квалификации в танцевальном спорте.	4	12
4.5 Совершенствование профессиональных навыков в проведении УТЗ различной направленности в различных периодах подготовки	Периодизация спортивной тренировки в танцевальном спорте. Особенности построения и проведения УТЗ в различных периодах подготовки. Цели, задачи, средства, методы и формы организации УТЗ в зависимости от периода подготовки. Динамика нагрузки в различных периодах подготовки.	6	14

4.6 Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований	Правила организации и проведения соревнований в танцевальном спорте. Правила судейства соревнований в танцевальном спорте. Особенности организации и проведения соревнований в танцевальном спорте. Методика организации и проведения жеребьёвки участников соревнований. Анализ проведенного судейства и участия в организации и проведении соревнований. Составление положений и отчета о соревнованиях, участие в организации и проведении соревнований.	4	16
Раздел 5 Организация самостоятельных занятий			
5.1 Особенности и методика организации самостоятельных занятий избранным видом спорта	Разминка как неотъемлемая часть учебно-тренировочного занятия. Средства и методы проведения разминки. Правила составления и оформления комплексов упражнений для разминки. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств. Методики оценки физической подготовленности и уровня физического развития.	4	20

4.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

№ разделов дисциплины	Наименование практического занятия
1	Проведение УТЗ по физической подготовке
2	Проведение УТЗ по специальной физической подготовке в ИВС
3	Проведение УТЗ по технико-тактической подготовке в ИВС
4	Показ, объяснение и проведение упражнения по обучению различным техническим приемам
5	Проведение УТЗ в зависимости от поставленных задач в различных периодах, этапах подготовки спортсменов
6	Составление годового, план на месяц и конспекта УТЗ для одной группы (ГНП, УТГ, ГСС) по заданию

7	Составление положения о проведении соревнований в ИВС
8	Участие в судействе соревнований
9	Методика и правила организации самостоятельных занятий
	Итого

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Виды и формы сдачи заданий для СРС

Вид и наименование работы	Трудоемкость (час)	Номера учебных недель семестра								
		1 2	3 4	5 6	7 8	9 10	11 12	13 14	15 16	17 18
Модуль № 1, 3, 5, 7										
Составление комплексов ОФП для развития физических качеств		+		+		+		+		+
Составление комплексов упражнений технической подготовки в ИВС		+			+		+			+
Составление танцевальных композиций в соответствии с уровнями мастерства			+		+		+		+	
Самостоятельные занятия		+	+	+	+	+	+	+	+	+
Модуль № 2, 4, 6, 8										
Составление комплексов ОФП для развития физических качеств		+		+		+		+		+
Составление комплексов упражнений технической подготовки в ИВС		+			+		+			+
Составление танцевальных композиций в соответствии с уровнями мастерства			+		+		+		+	

Самостоятельные занятия		+	+	+	+	+	+	+	+	+

Текущий контроль сформированности компетенций проводится в виде обсуждения результатов выполнения домашнего задания, тестирования, контрольных работ, а также самостоятельно подготовленных студентами заданий.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Примеры оценочных средств для текущего контроля успеваемости

По окончании каждого семестра и курса студент должен сдать нормативы по общей физической подготовленности и знание исполнения танцевальных фигур.

Таблица 6.1 – Практические зачетные требования

№ п/п	Виды упражнений	Мужчины			Женщины		
		5 баллов	4 балла	3 балла	5 баллов	4 балла	3 балла
1.	Бег 30 м, с	4,5	4,7	4,9	5,2	5,4	5,6
2.	Бег 1000 / 500 м, мин.с	3.10,0	3.25,0	3.50,0	1.40,0	1.50,0	2.00,0
3.	Прыжок в длину с места, см	270	260	250	220	210	200
4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, кол-во раз	–	–	–	30	25	20
5.	Подтягивания на высокой перекладине , кол-во раз	20	15	10	–	–	–
6.	Подъем туловища в сед из положения лежа на спине, кол-во	60	55	50	55	50	45
7.	Наклон, см	15	12	10	20	15	12
8.	Выполнение танцевальных фигур в соответствии с программой, индивидуально в латиноамериканской программе	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов
9.	Выполнение танцевальных фигур в соответствии с программой, индивидуально в европейской программе	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов
10	Выполнение танцевальных фигур в соответствии с программой, в паре в латиноамериканской программе	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов
11	Выполнение танцевальных фигур в соответствии с программой, в паре в европейской программе	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов	От 10 элементов	От 6 до 9 элементов	От 3 до 5 элементов
12	Выполнение трюковых элементов	От 10 элемен	От 6 до 9	От 3 до 5	От 10 элемен	От 6 до 9	От 3 до 5
13	Выполнение хореографических элементов смежных видов хореографии	От 10 элементов	От 6 до 9 элемен	От 3 до 5 элемен	От 10 элементов	От 6 до 9 элемен	От 3 до 5 элемен

Примечание: Максимальное количество баллов по ОФП – 30, минимальное – 18.

Студенты, обучающиеся по индивидуальному графику должны принимать участие в следующих соревнованиях – Чемпионаты и первенство УрФО, этапы Кубка России, первенство и чемпионаты России, международные соревнования.

6.2 Теоретические требования:

1. Перечислите средства и методы спортивной тренировки.
2. Раскройте методику развития силовых способностей (средства, методы, особенности методики).
3. Раскройте методику развития скоростных способностей (средства, методы, особенности методики).
4. Раскройте методику развития выносливости (средства, методы, особенности методики).
5. Раскройте методику развития координационных способностей (средства, методы, особенности методики).
6. Раскройте методику развития гибкости (средства, методы, особенности методики).
7. Дайте классификацию техники избранного вида спорта.
8. Раскройте особенности и методику организации самостоятельных занятий избранным видом спорта.
9. Раскройте значение разминки в ИВС.
10. Перечислите основные элементы техники ИВС.
11. Перечислите этапы разучивания и совершенствования техники ИВС.
12. Раскройте периодизацию спортивной тренировки
13. Раскрыть особенности построения тренировочного процесса в различныхмезоциклах.
14. Раскрыть особенности построения микроциклов в зависимости от периода подготовки.
15. Расскажите о тестировании, как о методе оценки уровня развития двигательных качеств.
16. Расскажите о мерах безопасности при занятиях ИВС.
17. Расскажите о структуре тренировочного занятия в ИВС.
18. Расскажите о современных тенденциях развития ИВС.
19. Основные элементы, движения и методика исполнения латиноамериканского танца «Ча-ча-ча» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, танцорами «Е», «D», «С», «В» и «А» классов).
20. Основной ритм, счёт, музыкальный размер, характеристика работы стопы, подъем и снижение корпуса, степень поворота, положение в паре в латиноамериканском танце «Ча-ча-ча».
21. Основные элементы, движения и методика исполнения латиноамериканского танца «Джайв» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, танцорами «Е», «D», «С», «В» и «А» классов).
22. Основной ритм, счёт, музыкальный размер, характеристика работы стопы, подъем и снижение корпуса, степень поворота, положение в паре в латиноамериканском танце «Джайв».
23. Основные элементы, движения и методика исполнения латиноамериканского танца «Самба» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, танцорами «Е», «D», «С», «В» и «А» классов).
24. Основной ритм, счёт, музыкальный размер, характеристика работы стопы, подъем и снижение корпуса, степень поворота, положение в паре в латиноамериканском танце «Самба».
25. Основные элементы, движения и методика исполнения латиноамериканского танца «Румба» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, танцорами «Е», «D», «С», «В» и «А» классов).
26. Основной ритм, счёт, музыкальный размер, характеристика работы стопы, подъем и снижение корпуса, степень поворота, положение в паре в латиноамериканском танце «Румба».
27. Основные элементы, движения и методику их исполнения латиноамериканского танца «Пасодобль» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, танцорами «Е», «D», «С», «В» и «А» классов).
28. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Характеристика работы стопы, подъем и снижение

корпуса, степень поворота, положение в паре в латиноамериканском танце «Пасодобль».

29. Методика сочинения учебных вариаций на материале танцев Латиноамериканской программы.
30. Специфика композиционного построения учебных вариаций танцев Латиноамериканской программы.
31. Характеристика музыкального размера и основного ритма латиноамериканских танцев «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Пасодобль», «Джайв».
32. Основные позиции рук, ног и положение в паре.
33. Основные правила по исполнению фигур Латиноамериканской программы.
34. Характеристика соответствия произвольной программы с классификационными требованиями для всех танцевальных классов.
35. Характерные особенности, стиль и манера исполнения европейских танцев «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квикстеп».
36. История возникновения и развития танца «Танго».
37. Методика исполнения танца «Медленный фокстрот».
38. Технические особенности исполнения танца «Венский вальс».
39. Методика исполнения танца «Квикстеп».
40. Основные элементы и движения танца «Медленный вальс» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, «E», «D», «C», «B» и «A» классов).
41. Характеристика основного ритма, счёта, музыкального размера и характеристика работы стопы, подъема и снижения корпуса, степени поворота, положений в паре в танце «Медленный вальс».
42. Основные элементы и движения танца «Квикстеп» (фигуры, выполняемые начинающими танцорами, «E», «D», «C», «B» и «A» классов)
43. Характеристика основного ритма, счёта, музыкального размера и характеристика работы стопы, подъема и снижения корпуса, степени поворота, положений в паре в танце «Квикстеп».
44. Основные элементы и движения танца «Танго» (фигуры, выполняемые танцорами «D»,«C», «B» и «A» классов).
45. Характеристика основного ритма, счёта, музыкального размера и характеристика работы стопы, подъема и снижения корпуса, степени поворота, положений в паре в танце «Танго».
46. Основные элементы и движения танца «Венский вальс» (фигуры, выполняемые танцорами «E», «D», «C», «B» и «A» классов).
47. Характеристика основного ритма, счёта, музыкального размера и характеристика работы стопы, подъема и снижения корпуса, степени поворота, положений в паре в танце «Венский вальс».
48. Основные элементы и движения танца «Медленный фокстрот» (фигуры, выполняемые танцорами «D», «C», «B» и «A» классов).
49. Основной ритм, счёт, музыкальный размер и характеристика работы стопы, подъема и снижения корпуса, степени поворота, положений в паре в танце «Медленный фокстрот».
50. Требования к сочинению учебных вариаций на материале танцев Европейской программы.
51. Методика сочинения учебной вариации на материале танцев Европейской программы.
52. Методика построения тренажа современного бального танца.
53. Характеристика музыкального размера и основного ритма танцев Европейской программы: «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квикстеп».
54. Основные позиции рук, ног и положение в паре.

Примерный перечень практических заданий, выполняемых на экзамене:

1. Проведение подготовительной части занятия направленной на развитие основных физических качеств юных спортсменов.
2. Проведение подготовительной части занятия направленной на обучение технике избранного вида спорта.
3. Проведение основной части занятия направленной на развитие основных

физических качеств юных спортсменов.

4. Проведение тренировочного занятия на развитие специальных физических качеств в ИВС.

5. Проведение тренировочного занятия направленного на обучение (совершенствование) техники избранного вида спорта.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

1. Специфика положительного воздействия соревновательной деятельности на развитие личности с точки зрения постоянной конкуренции.
2. Инновационные формы обучения бального танца: Европейская программа.
3. Педагогический опыт ведущих специалистов по бальной хореографии России и мира.
4. .Появление и развитие новой форм бальной хореографии – парного танца.
5. Стиль и его влияние на характер, манеру исполнения бальных танцев.
6. История возникновения и развития «Медленного вальса».
7. История возникновения и развития «Танго».
8. История возникновения и развития «Венского вальса».
9. История возникновения и развития «Медленного фокстрота».
10. История возникновения и развития «Квикстепа».
11. История возникновения и развития танца «Самба».
12. История возникновения и развития танца «Ча-ча-ча».
13. История возникновения и развития танца «Румба».
14. История возникновения и развития танца «Пасодобль».
15. История возникновения и развития танца «Джайв».
16. Характеристика бального танца в России.
17. Реформы Петра I. Открытие Петровских Ассамблей.
18. Особенности романтического стиля в бальной хореографии XIX века.
19. Особенности романтического стиля в бальной хореографии XX века.
20. Демократизация бальной хореографии XIX века.
21. Демократизация бальной хореографии XX века.
22. Характеристика форм и стилей бальной хореографии XIX века.
23. Характеристика форм и стилей бальной хореографии XX века.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи). Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся по дисциплине создан фонд оценочных средств (ФОС), адаптированный для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций. Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИ

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форсмажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работникам лично

присутствовать в Институте. Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль результатов обучения. Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой. Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1.Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учеб. Пособие для бакалавриата и магистратуры / Г. Н. Германов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : 2017. – 224с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Балет Петербурга – 1998. – август.
2. Беликова А. Н. Бальные танцы. – М., «Советская Россия», 1976.
3. Беликова А. Н. Бальные танцы. – М., 1977.
4. Блок Р. Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца. – М., 1972.
5. Васильева Е. Танец. – М., 1968.
6. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1987. – 382 с.
7. Ивановский Н. Бальный танец XIV-XIX вв. – М., 1948.
8. Информационный бюллетень для учителей танцев. – Лондон – СПб., 1994-1998.
9. Красовская, В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: от истоков до середины 18 века. – М.: Искусство, 1979. – 290 с.
10. Красовская, В.М. Западноевропейский балетный театр: Очерки истории: Эпоха Новерра. – Л.: Искусство, 1981. – 296 с.
11. Пин Ю.С. Пересмотренная техника исполнения европейских танцев. Танго – Лондон – СПб., 1996. – 57 с.
12. Пин Ю.С. Пересмотренная техника исполнения европейских танцев. Фокстрот – Лондон – СПб., 1996. – 62 с.
13. Роман с Танцем. / Сост. М.Ю. Ерёмина. – СПб.: ООО ТФ «Созвездие», 1998. – 252 с.
14. Спортивные танцы. – 1997-2002.
15. Спортивные танцы. – 1999. – февраль-март.
16. Степанова, Л. Новые бальные танцы. – М., 1972.
17. Степанова, Л. Новые бальные танцы. – М., 1973.
18. Степанова, Л. Новые бальные танцы. – М., 1974.
19. Стриганова В. М., Уральская В. И. Современный бальный танец. – М: Просвещение, 1978. – 422 с.
20. Райзинг А.В. Методические рекомендации по дисциплине «Спортивное совершенствование – Танцевальный спорт» / А.В. Райзинг – Екатеринбург УралГУФК 2020г. – 28 с.

8.2. Электронные образовательные ресурсы

1.Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учеб.пособие для академического бакалавриата / Г. И. Семёнова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М. : Издательство Юрайт, 2019 ; Екатеринбург : Изд-во Урал.ун-та. — 105 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-07547-2 (Издательство Юрайт). — ISBN 978-5-7996-1412-6 (Изд-во Урал.ун-та). — Режим

доступа:www.biblio-online.ru/book/EAF24FBD-A369-4C91-8BB7-0F5D0954DC6B.

8.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Министерство образования и науки РФ https://minobrnauki.gov.ru/

Российское образование http://www.edu.ru/

Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Программное обеспечение.

Свободно распространяемое программное обеспечение:

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Интернет обозреватель Mozilla Firefox
- Интернет обозреватель Chrome

Лицензионное программное обеспечение:

- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

9.2. Материально-техническое обеспечение

Универсальный спортивный зал. Универсальный спортивный зал: 4 стола для настольного тенниса, 2 стандартного кольца для профессионального баскетбола, 6 баскетбольных колец для тренировок и проведения учебного процесса, Комплект снарядов для волейбола, 2 ворот для мини-футбола, Электронное табло, Трибуны, 10 конусов, 15 волейбольных мячей, 20 баскетбольных мячей, 15 футбольных мячей, 10 ракеток для настольного тенниса, 20 скакалок, 10 набивных мячей, 10 обручей, 4 сетки для настольного тенниса, 5 гандбольных мячей, 5 гимнастических ковриков, 10 скамеек, Переносные стойки и маты для прыжков в высоту, Переносные маты для прыжков в длину, 9 упорных стеновых снарядов (стенок), 10 барьеры для бега, 10 копий, 7 ядер.

Спортивный зал (единоборств, тренажерный зал): Ковер (22 мата), 12 силовых снарядов для развития мышц рук, ног, спины, 2 штанги, 15 гирь и гантель

Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная набором демонстрационного оборудования.

Аудитория для занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Основное назначение дисциплины – систематизация и углубление знаний физкультурно-спортивного совершенствования в циклических видах спорта.

Учебные занятия по дисциплине «Спортивное совершенствование» проводятся в форме практических занятий студентов. Дисциплина предусматривает изучение теоретических вопросов в соответствии с рабочей программой, а также выполнение индивидуальных заданий в форме практических занятий.

Для изучения теоретической части дисциплины необходимо изучить вопросы, рассматриваемые на практических занятиях. При изучении дисциплины необходимо использовать рекомендованную преподавателем основную и дополнительную литературу для лучшего усвоения материала. Учебная литература содержит всю необходимую информацию по дисциплине «Спортивное совершенствование», а дополнительная литература включает значительный объем информации, позволяющий, значительно расширить кругозор студента, помочь увидеть, что многие темы и проблемы данной дисциплины органично связаны с содержанием смежных научных дисциплин и направлений: физиологии, анатомии, биомеханики, теории и методики физического воспитания и спорта, психологии и т.д. Вопросы самостоятельного освоения выполняются по указанию преподавателя на материал рекомендованной основной или дополнительной литературы, ресурсы Интернета.

Основная направленность практических занятий: повышение общей и специальной физической подготовленности, развитие физических качеств, совершенствование технической подготовленности. Практические занятия проводятся с обязательным использованием интерактивных методов обучения. Наиболее эффективно использование таких форм и методов как работа в группах.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося являются:

– уровень освоения учебного материала;

– использование теоретических знаний при выполнении практических задач;

– степень освоения знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа;

– обоснованность и чёткость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос.

По дисциплине «Спортивное совершенствование (танцевальный спорт) итоговый контроль во всех семестрах проводится в форме зачета. Допуск к сдаче зачета по дисциплине или выставление автоматического зачета осуществляется на основе рейтинговой системы.

Условия накопления баллов и критерии оценки представлены в приложении 1.

Приложение №1

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов семестры 3 -7

Наименование вида деятельности	**Наименование темы**	**Критерии оценки**	**Баллы**	
			min	**max**
Модуль № 1			30	50
Посещение занятий (9)	Посещение 1 занятия – 0,9 балла	Присутствие, активность на занятии.	<8	8
Конспект (min 3)	Конспект УТЗ ОФП, СФП, техническая подготовка	Оценивается качество выполненной работы	2	3
Составление комплексов упражнений для развития (min 5)	Комплексы упражнений для развития физ.качеств, специальные упражнения	Оценивается качество выполненной работы	1	2
Судейство соревнований	Участие у организации и судействе соревнований	Оценивается качество выполненной работы	3	5
Участие в соревнованиях	Участие в Спартакиаде вуза по видам спорта в	3 баллов – участие 5 баллов – призовое место	3	5

Спартакиады УралГУФК (2)	составе академической группы			
Модуль № 2			30	50
Посещение занятий (9)	Посещение 1 занятия – 0,9 балла	Присутствие, активность на занятии.	<8	8
Конспект тренировочного занятия (min 3)	Конспект УТЗ ОФП, СФП, техническая подготовка	Оценивается качество выполненной работы	2	3
Составление комплексов упражнений для развития (min 5)	Комплексы упражнений для развития физ.качеств, специальные упражнения	Оценивается качество выполненной работы	1	2
Судейство соревнований	Периодизация спортивной тренировки	Оценивается качество ответов, грамотность формулировок	3	5
Соревнования в ИВС	Участие в соревнованиях различного уровня	Учитывается ранг соревнований, занятое место	5	10
Участие в соревнованиях Универсиады	Участие в составе сборной команды вуза в Универсиаде	5 баллов – участие 10 баллов – призовое место	5	10
Тестирование (1)	Тестирование ОФП	5 баллов – не менее 18 баллов 6 баллов – не менее 22 баллов 7 баллов – не менее 25 баллов	5	7
ИТОГО за изучение дисциплины:			60	100

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов
семестр 8

Наименование вида деятельности	**Наименование темы**	**Критерии оценки**	**Баллы**	
			min	**max**
Модуль № 1			30	50
Посещение занятий (4)	Посещение 1 занятия – 1 балл	Присутствие, активность на занятии.	<4	4
Конспект (2)	Конспект УТЗ ОФП, СФП, техническая подготовка	Оценивается качество выполненной работы	1	3
Составление комплексов упражнений для развития (3)	Комплексы упражнений для развития физ.качеств, специальные упражнения	Оценивается качество выполненной работы	3	5
Судейство соревнований (2)	Участие у организации и судействе соревнований	Оценивается качество выполненной работы	4	6
Участие в соревнованиях Спартакиады УралГУФК (1)	Участие в Спартакиаде вуза по видам спорта в составе академической группы	3 баллов – участие 5 баллов – призовое место	3	5

Модуль № 2			30	50
Посещение занятий (5)	Посещение 1 занятия –1 балл	Присутствие, активность на занятии.	<5	5
Конспект тренировочного занятия (3)	Конспект УТЗ ОФП, СФП, техническая подготовка	Оценивается качество выполненной работы	2	3
Составление комплексов упражнений для развития (5)	Комплексы упражнений для развития физ.качеств, специальные упражнения	Оценивается качество выполненной работы	1	2
Судейство соревнований	Периодизация спортивной тренировки	Оценивается качество ответов, грамотность формулировок	3	5
Соревнования в ИВС	Участие в соревнованиях различного уровня	Учитывается ранг соревнований, занятое место	5	10
Участие в соревнованиях Универсиады	Участие в составе сборной команды вуза в Универсиаде	5 баллов – участие 10 баллов – призовое место	5	10
Тестирование (1)	Тестирование ОФП	5 баллов – не менее 18 баллов 6 баллов – не менее 22 баллов 7 баллов – не менее 25 баллов	5	7
ИТОГО за изучение дисциплины:			60	100

Приложение 2

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»
(ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ)

направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Данная дисциплина относится к обязательной части / части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1,2,3,4 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет с оценкой, экзамен

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС анатомия
2 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС анатомия
3 курс – ТиМ ФК, ТиМ ИВС анатомия

2. **Результаты обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины студент должен овладетьУК-7, Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

3. **Содержание дисциплины**

Модуль 1. Физическая подготовка в ИВС

1.1 Общая физическая подготовка в ИВС
1.2 Специальная физическая подготовка в ИВС
Модуль 2 Техническая подготовка в ИВС
2.1 Совершенствование технической подготовленности в ИВС
2.2 Выступление в соревнованиях в ИВС для совершенствования спортивно-технического мастерства
Модуль 3 Тактическая подготовка в ИВС
3.1 Общая тактическая подготовка в ИВС
3.2 Специальная тактическая подготовка в ИВС
Модуль 4 Педагогическое мастерство
4.1 Формирование и совершенствование профессиональных навыков в объяснении и показе упражнений по воспитанию физических качеств в ИВС
4.2 Формирование и совершенствование профессиональных навыков по обучению и совершенствованию техники в ИВС
4.3 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по физической подготовке в ИВС
4.4 Совершенствование знаний, умений и навыков в составлении конспекта, проведении и анализе частей УТЗ по технико-тактической подготовке в ИВС
4.5 Совершенствование профессиональных навыков в проведении УТЗ различной направленности в различных периодах подготовки в ИВС
4.6 Совершенствование знаний, умений и навыков в судействе соревнований в ИВС
Модуль 5 Организация самостоятельных занятий в ИВС
5.1 Особенности и методика организации самостоятельных занятий избранным видом спорта

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемк	**Семестры**								
		всего	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.	17	2	3	2	2	2	2	2	2
Общая трудоемкость	час	612	72	108	72	72	72	72	72	72
Вид промежуточной аттестации	зачет/экзамен		зачет с оценкой	зачет	зачет с оценкой	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет с оценкой
Контактная работа (контакт.	час	277.65	36	36,25	36	36,25	36,25	36,25	36,25	24,4
Лекции (Лек)	час									
Практические	час	276	36	36	36	36	36	36	36	24
Семинары	час									
Лабораторные	час									
Контактные часы на аттестацию	час	1,65		0,25		0,25	0,25	0,25	0,25	0,4

Самостоятельная работа, в том числе	час	334.35	36	71,75	36	35,75	35,75	35,75	35,75	47,6
Курсовая работа (КР)	час									
Часы на контроль	час									
Часов в интерактивной форме (Интер.	час	84	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5	10,5

Заочная форма обучения

Вид учебной	Трудо	Семестры							
		Всего	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
Зачетные единицы	з.е.	17	3	2	2	3	2	2	3
Общая трудоемкость (итого академических	час	612	108	36	72	180	36	72	108
Вид промежуточной аттестации	зачет/экзамен		зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том	час	61,9	8,25	10,25	10,25	8,25	8,4	6,25	10,25
Лекции (Лек)	час	6	2			2	2		
Практические занятия	час	54	6	10	10	6	6	6	10
Семинары	час								
Лабораторные работы	час								
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	1,9	0,25	0,25	0,25	0,25	0,4	0,25	0,25
Самостоятельная работа, в том числе	час	522,1	95,75	21,75	57,75	107,75	26,3	61,75	93,75
Курсовая работа (КР)	час								
Часы на контроль (подготовка к	час	28	4	4	4	4	4	4	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	12	2	1	1	2	1	2	3