

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ  
им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН И  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ ПОРТА**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ**

*Направление: 49.03.01 – «Физическая культура»*

*Направленность (профиль) образовательной программы – «Спортивная тренировка»*

*Очная и заочная форма обучения*

*Красноярск 2023*

Рабочая программа составлена д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа обсуждена на заседании выпускающей  
кафедры-разработчика теории и методики борьбы  
протокол № 11 от 18.05.2020 г.


Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО

Д.Г. Миндиашвили



Одобрено НМСН  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 8 от 20.05.2020 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор

 - А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа обсуждена на заседании выпускающей  
кафедры-разработчика теории и методики борьбы  
протокол № 11 от 12.05.2021 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО

Д.Г. Миндиашвили



Одобрено НМСН  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 21.05.2021 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована д.п.н., профессором А.И. Завьяловым

Рабочая программа обсуждена на заседании выпускающей  
кафедры-разработчика теории и методики борьбы  
протокол № 12 от 12.05.2022 г.

И.о. заведующего кафедрой  
д.п.н., профессор



Д.А. Завьялов

Одобрено НМСН  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 7 от 13.05.2022 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

Рабочая программа актуализирована к.п.н., доцентов Ю.А. Тимошенко

Рабочая программа дисциплины обсуждена  
на заседании кафедры  
Протокол № 9 от 3.05.2023 г.  
Заведующий кафедрой Янова М.Г.

Одобрено НМСН  
ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина  
протокол № 9 от 17.05.2023 г.

Председатель совета  
к.п.н., доцент Н.Н. Казакевич

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Дисциплина «Научно-методическая деятельность в спорте» является важнейшей дисциплиной, читаемой в соответствии с учебным планом ВУЗа и дающей системное представление будущему выпускнику о методологии и методах научного исследования, способах проведения и оформления результатов научных исследований. Курс рассчитан на освоение студентами методологии научного мышления. Данная дисциплина направлена на получение студентами базовых знаний в области исследовательской и научно-методической деятельности в рамках будущей профессии.

РПД разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 г. № 940 и профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 28 марта 2019 г. № 191н.

Дисциплина является дисциплиной по выбору и относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. Индекс дисциплины в учебном плане Б1.ВД.01.ДВ.02.01. Формы обучения очная и заочная.

**2. Трудоемкость дисциплины** составляет 22 з.е., 792 часа общего объема времени, в том числе по очной форме обучения контактных 310,96, самостоятельная работа 409,7 часов, промежуточная аттестация состоит из зачетов в 4, 6 семестрах и экзаменов во 2 и 8 семестрах (71,34 час). При заочной форме обучения контактных 89,26, самостоятельная работа 670 час, промежуточная аттестация состоит из зачетов в 4, 6, 7, 10 семестрах и экзамена в 3 и 9 семестрах (32,74 час).

**3. Цели обучения дисциплины** - формирование основ исследовательской деятельности студентов

### 4. Планируемые результаты обучения. УК-2; ОПК-14; ПКО-2

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенции)
1. Формирование у студентов навыков научного мышления, обучение основам организации и методики проведения методической и исследовательской работы в области профессиональной деятельности; 2. Формирование представления о научно-методической деятельности в спорте. 3. Формирование ряда компетенций в сфере исследовательской и научно-методической деятельности	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• логику научно-исследовательской работы, в частности, методологию теории и методики физического воспитания;</li><li>• основные методы исследования, применяемые в области физической культуры;</li><li>• место и роль научно-методической деятельности в подготовке студентов</li><li>• понимает основную проблематику научных исследований в области физической культуры и спорта</li><li>• методологию научного исследования в физической культуре и спорте.</li><li>• критерии правильности выбора</li></ul>	1. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений (УК-2); 2. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14); 3. Способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПКО-2),

	<p>темы работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основные этапы научного исследования</li> <li>• методику проведения научного исследования;</li> <li>• способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования</li> <li>• требования к выполнению выпускной квалификационной работы</li> <li>• критерии качества научно-методических работ</li> <li>• формы и этапы внедрения научного исследования</li> </ul> <p><b>Уметь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• применять на практике основные учения в области физической культуры</li> <li>• определять проблемную ситуацию и проблему, обосновывать актуальность исследования</li> <li>• определять объект и предмет исследования;</li> <li>• формировать цель, задачи, гипотезу исследования;</li> <li>• выбирать и применять адекватные методы исследования для решения тех или иных задач исследования;</li> <li>• обрабатывать, анализировать и описывать результаты исследования;</li> <li>• осуществлять литературно-графическое оформление научной работы</li> <li>• проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик</li> <li>• оформить цифровой и иллюстративный материал, список литературы;</li> <li>• проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности</li> </ul> <p><b>Владеть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий,</li> <li>• способностью формулировать и представлять обобщения и выводы</li> </ul>	
--	--	--

## **5. Контроль результатов освоения дисциплины.**

Методы текущего контроля успеваемости – опрос, написание курсовых работ, подготовка к семинарам, вопросы к зачетам и экзаменам. Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения задания представлены в разделе «Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации».

## **6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины**

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система)
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения): интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар)
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса: технология индивидуализации обучения; коллективный способ обучения.



**Технологическая карта обучения дисциплине**  
**«Научно-методическая деятельность в спорте»**  
**для обучающихся основной профессиональной образовательной программы**  
**уровень высшего образования - бакалавриат**  
**49.03.01 – Физическая культура**  
**Направленность (профиль) образовательной программы**  
**«Спортивная тренировка»**  
**(общая трудоемкость 22 з.е.)**

**по очной форме обучения**

Название разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Контакт-ных	Лекции	Лабо-ратор-ных	Практи-ческих	КРЗ	Само-стоятель-ной работы	КРЭ	Контроль
<i>Раздел 1. Наука как вид деятельности. Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации</i>	36,0 (1,0)	22	12		10		14		
<i>Раздел 2. Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности (курсовая)</i>	72 (2,0)	18,33	8		10		18	0,33	35,67
<i>Раздел 3. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих бакалавров по физической культуре</i>	72 (2,0)	22	10		12		50		
<i>Раздел 4. Педагогическое наблюдение</i>	72 (2,0)	26,15	16		10	0,15	45,85		
<i>Раздел 5. Этапы научно-исследовательской работы</i>	144 (4,0)	76	40		36		68		
<i>Раздел 6. Методика проведения педагогического эксперимента (курсовая)</i>	108 (3,0)	50,15	26		24	0,15	57,85		
<i>Раздел 7. Представление и оценка результатов научной и методической деятельности</i>	288 (8,0)	96,33	44		52		156	0,33	35,67
<i>Итого:</i>	792	310,96	156		154	0,3	409,7	0,66	71,34

**по заочной форме обучения**

Название разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Контактных	Лекции	Лабораторных	Практических	КРЗ	Самостоятельной работы	КРЭ	Контроль
<i>Раздел 1. Наука как вид деятельности. Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации</i>	36,0 (1,0)	4	2		2		32		
<i>Раздел 2. Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности</i>	72 (2,0)	8,33	4		4		55	0,33	8,67
<i>Раздел 3. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих бакалавров по физической культуре (курсовая)</i>	72 (2,0)	10,15	6		4	0,15	58		3,85
<i>Раздел 4. Педагогическое наблюдение</i>	72 (2,0)	12	8		4		60		
<i>Раздел 5. Этапы научно-исследовательской работы</i>	144 (4,0)	14,15	8		6	0,15	126		3,85
<i>Раздел 6. Методика проведения педагогического эксперимента (курсовая)</i>	108 (3,0)	18,15	10		8	0,15	158		3,85
<i>Раздел 7. Представление и оценка результатов научной и методической деятельности</i>	288 (8,0)	22,48	12		10	0,15	181	0,33	12,52
<i>Итого:</i>	792	89,26	50		38	0,6	670	0,66	32,74

Образовательная деятельность по образовательной программе проводится:

**1) в форме контактной работе.**

Контактные часы = Аудиторные часы + КРЗ + КРЭ

Аудиторные часы = Лекции + Лабораторные + Практические.

КРЗ – контактная работа на зачете.

КРЭ – контактная работа на экзамене.

**2) в форме самостоятельной работы** обучающихся – работы обучающихся без непосредственного контакта с преподавателем;

**3) в иных формах**, определяемых рабочей программой дисциплины.

**Контроль** – часы на подготовку к экзамену по очной и заочной формам обучения, часы на подготовку к зачету по заочной форме обучения.

**ИТОГО часов = контактные часы + самостоятельная работа+ контроль**

## Содержание теоретического курса

### ***Тема 1. Наука как вид деятельности. Выбор направления и планирование исследования, поиск исходной информации.***

Наука как система научных знаний о явлениях и законах природы и общества. Научное исследование. Фундаментальные и прикладные научные исследования. Развитие научной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Критерии правильности выбора темы работы. Сбор и анализ информации по теме исследования. Планирование исследования, поиск исходной информации. Методика исследования литературных источников.

### ***Тема 2. Накопление и обработка информации в процессе научно-методической деятельности.***

Характеристика основных методов научных исследований в физической культуре и спорте. Анализ научно-методической литературы, документальных и архивных материалов. Методика выполнения аналитического литературного обзора.

### ***Тема 3. Учебная, научная и методическая деятельность в процессе профессиональной подготовки будущих бакалавров по физической культуре.***

Требования к уровню подготовки выпускников по направлению «Физическая культура». Цель науки о физической культуре. Методология научного исследования в физической культуре и спорте. Место и роль научно-методической деятельности в подготовке студентов. Связь учебной, научной и методической деятельности студентов. Основная проблематика научных исследований в области физической культуры и спорта. Составление анкеты. Подбор исследуемых. Беседа, интервью, анкетирование. Анкетирование респондентов.

### ***Тема 4. Педагогическое наблюдение.***

Виды педагогических наблюдений, их достоинства и недостатки. Контрольные испытания. Методы исследования физического развития и физической подготовленности. Антропометрические методы исследований в физической культуре и спорте. Экспертное оценивание. Хронометрирование. Констатирующий эксперимент. Описание наблюдений.

### ***Тема 5. Этапы научно-исследовательской работы.***

Последовательность педагогического исследования. Постановка проблемы. Составление рабочего плана исследования, формулировка названия. Разработка гипотезы. Определение объекта, предмета и задач исследования. Постановка цели. Выбор методов исследования. Методы исследования: эмпирические и теоретические. Организация исследования. 1-й этап формирующего эксперимента.

### ***Тема 6. Методика проведения педагогического эксперимента.***

Педагогический эксперимент. Виды педагогических экспериментов. Методика проведения педагогического эксперимента. Применение методов математической статистики в исследованиях в области физической культуры и спорта. 2-й этап формирующего эксперимента.

### ***Тема 7. Представление и оценка результатов научной и методической деятельности***

Виды научных и методических работ. Формы представления работы. Требования к выполнению выпускной квалификационной работы. Подготовка рукописи и оформление работы - требования к техническому оформлению, структура, оформление цифрового и иллюстративного материала, список литературы. Критерии качества научно-методических работ. Актуальность исследования. Новизна, теоретическая и практическая значимость работы. Формы и этапы внедрения научного исследования. Публикация результатов исследования.

## Методические рекомендации по освоению дисциплины

Дисциплина изучается в рамках модульно-рейтинговой системы подготовки студентов. По завершению курса определяется рейтинг по дисциплине – это интегральная оценка результатов всех видов учебной деятельности студента по дисциплине:

самостоятельной работы, аудиторной и результатов прохождения контрольных мероприятий. Все виды деятельности оцениваются соответствующим количеством баллов.

Студентам следует активно работать на семинарских занятиях (участвовать в обсуждении поставленных вопросов на основании ранее полученных знаний), добросовестно выполнять другие виды самостоятельных и творческих работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины. В случае пропуска занятий по уважительным причинам, задания, а также количество набранных в процессе занятий баллов можно будет узнать у преподавателя на любом занятии.

При необходимости подготовить мультимедийную презентацию, реферат, устное сообщение материал следует брать из печатных литературных источников в библиотеке либо в сети Internet. Источником в сети Internet считается материал, который представлен определенным автором (если автора нет, то материал за источник не считается).

При выступлении с докладом и презентацией оценивается содержательная часть и сопровождение защиты. К содержательной части предъявляются следующие требования: полнота раскрытия темы, емкость представленных слайдов, образность и доступность представленного наглядного материала, гармоничное использование анимационных эффектов при согласованности с защищаемым материалом, единый стиль оформления презентации, общая идея. Защита (текст) должна совпадать с содержанием презентации, говорить необходимо громко, четко.

### **Рекомендации по самостоятельной работе студентов**

Подготовка к работе электрокардиографа для использования его в учебно-тренировочном процессе **по методике проф. А.И. Завьялова**. На красный и желтый электроды помещаются присоски, которые устанавливаются на тело спортсмена так: красный – на уровне среднеключичной линии, чуть ниже ключицы. Желтый – на пятое межреберье по проекции переднего края подмышечной впадины (как точка по Вильсону). Черный и зеленый электроды соединяются вместе и даются спортсмену в руку (или подкладываются под руку, ногу) – главное, чтобы был контакт с кожей спортсмена. Такое положение электродов называется ДГ<sub>5</sub> – двуполусное грудное. Цифра «5» означает положение желтого электрода в точке V<sub>5</sub> по Вильсону. Электрокардиограмма записывается в отведении I (первом отведении) при скорости протяжки ленты 25 мм/с.

### **Алгоритм регистрации электрокардиограммы**

1. Включить питание
2. Установить электроды
3. Установить усиление (x10)
4. Установить I отведение
5. Перевести аппарат в рабочий режим нажатием кнопки «0»
6. Включить двигатель со скоростью 25 мм/с
7. Записать ЭКГ-кривую (одновременно расшифровывая ее)
8. Отключить I отведение – перевести в положение «1 mV»
9. Отключить двигатель

**Примечание:** при однократной регистрации отключить питание, при повторной начать с п. 2, исключив пп. 3 и 5.

## **Регистрация артериального давления (по методу Короткова)**

1. Плотно накладываем манжету на плечо, предпочтительно – на левое (бицепс).
2. Накладываем мембрану фонендоскопа на плечевую артерию
3. При закрытом клапане с помощью груши нагнетаем воздух до давления 140-150 мм рт. ст. (в покое) или до 220 мм рт. ст. (в нагрузке).
4. Медленно освобождаем (откручиваем против часовой стрелки) клапан для выпуска воздуха из манжеты
5. По шкале манометра точно фиксируем наличие первого (СД) и последнего (ДД) тона

*Примечание: очень часто (ок. 80% случаев) в нагрузке появляется «феномен бесконечного тона». Если при наложении мембраны фонендоскопа на плечевую артерию прослушиваются тоны, значит, у данного человека ниже (диастолическое) давление равно «0».*

## **Определение систолического объёма (по таблице проф. А.И. Завьялова)**

Таблица содержит значения СО сердца при изменении систолического артериального давления от 0 до 300 мм рт.ст. (по вертикали) и диастолического от 0 до 140 мм рт.ст. (по горизонтали). Необходимое значение находится на пересечении горизонтальной и вертикальной строк. Полученную величину использовать с учетом возрастных поправок (с учетом знаков).

### **Изучить:**

- классификацию проф. А.И.Завьялова определения утомления по ЭКГ в покое
- классификацию проф. А.И.Завьялова определения утомления по ЭКГ в нагрузке

## **Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 02.06.2020 № 232(п);
- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.

Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 02.06.2020 № 232(п); при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева, утвержденным приказом от 07.02.2018 №72(п), устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

РАЗДЕЛ № 1			
Текущая работа	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
	Набор и конспектирование не менее 70 источников информации по выбранной теме	<b>12</b>	<b>20</b>
	Карта распределения литературных источников	<b>6</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>30</b>

РАЗДЕЛ № 2			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Подготовка к занятиям	<b>3</b>	<b>5</b>
	Анализ научно-методической литературы (написание литературного обзора по выбранной теме)	<b>9</b>	<b>15</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	написание 1-й курсовой работы	<b>6</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>30</b>

РАЗДЕЛ № 3			
Текущая работа	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
	Составление анкеты	<b>6</b>	<b>10</b>
	Проведение анкетного опроса не менее 100 респондентов	<b>12</b>	<b>20</b>
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>30</b>

РАЗДЕЛ № 4			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Проведение констатирующего эксперимента, оформленного в виде наблюдения с регистрацией результатов изучения действующего процесса в практике	<b>12</b>	<b>20</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	зачет	<b>6</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>30</b>

РАЗДЕЛ № 5			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Проведение и описание первой фазы преобразующего педагогического эксперимента	<b>3</b>	<b>5</b>

	Статистическая обработка полученных результатов	<b>3</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	написание 2-й курсовой работы	<b>3</b>	<b>5</b>
Итого		<b>9</b>	<b>15</b>

РАЗДЕЛ № 6			
	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
	Проведение и описание второй фазы преобразующего педагогического эксперимента	<b>3</b>	<b>5</b>
	Окончательная статистическая обработка полученных результатов	<b>3</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	написание 2-й курсовой работы	<b>3</b>	<b>5</b>
Итого		<b>9</b>	<b>15</b>

РАЗДЕЛ № 7			
Текущая работа	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
Промежуточный рейтинг-контроль	Представление чернового варианта ВКР	<b>18</b>	<b>30</b>
Итого		<b>18</b>	<b>30</b>

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 16 %	
		min	max
	экзамен	<b>12</b>	<b>20</b>
Итого		<b>12</b>	<b>20</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
	Составление таблиц		<b>5</b>
	Составление рабочего плана исследования		<b>7</b>
	Написание плана эксперимента		<b>8</b>
	Участие в конференции		<b>10</b>
Итого		<b>0</b>	<b>30</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min <b>120</b>	max <b>200</b>

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
120 – 150	3 (удовлетворительно)
151 – 170	4 (хорошо)
171 - 200	5 (отлично)



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. Астафьева»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ  
им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН И  
НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ ПОРТА**

**УТВЕРЖДЕНО**  
на заседании кафедры  
протокол № 9 от 3.05.2023 г.  
зав. кафедрой Янова М.Г.

**ОДОБРЕНО**  
на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
протокол № 9 от 17.05.2023 г.  
председатель Н.Н. Казакевич

**ФОНД  
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по  
дисциплине

**«НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ»**

**Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура**

**Направленность (профиль) образовательной программы:  
«Спортивная тренировка»**

***Квалификация: бакалавр***

Составитель: А.И. Завьялов, д.п.н., профессор

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**  
**на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины**  
**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ**

Близневским Александром Юрьевичем, зам. директора по учебной работе Института физической культуры, спорта и туризма ФГАОУ ВО «Сибирский федеральный университет» проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины Научно-методическая деятельность в спорте ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка, разработанного Завьяловым Александром Ивановичем, профессором кафедры теории и методики борьбы департамента спортивных единоборств ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П. Астафьева».

Разработчиком представлен комплект документов, включающий:

- перечень компетенций, которыми должны овладеть студент в результате освоения дисциплины;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций;

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Структура и содержание ФОС по дисциплине Научно-методическая деятельность в спорте соответствует требованиям, предъявляемым к структуре и содержанию фондов оценочных средств ОПОП ВО. А именно:

1.1. Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть студенты в результате освоения дисциплины соответствует ФГОС ВО.

1.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, а также шкалы оценивания в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения, уровней сформированности компетенций.

2. Направленность ФОС соответствует целям ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка и будущей профессиональной деятельности студента.

3. Объем ФОС соответствует учебному плану подготовки бакалавра по дисциплине.

4. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины Научно-методическая деятельность в спорте ОПОП ВО по направлению 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Спортивная тренировка, разработанного Завьяловым А.И., соответствует требованиям образовательного и профессионального стандартов, а также современным требованиям рынка труда.

Эксперт  
доктор педагогических наук, профессор,  
зам. директора по учебной работе  
Института физической культуры, спорта  
и туризма ФГАОУ ВО  
«Сибирский федеральный университет»



А.Ю. Близневский

## 1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Научно-методическая деятельность в спорте» является установление соответствия уровня подготовки обучающихся и выпускников университета требованиям образовательного стандарта по реализуемому направлению подготовки 49.03.01 – физическая культура.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01** – Физическая культура;
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, квалификация: бакалавр;
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Научно-методическая деятельность в спорте»

1. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений (УК-2);
2. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса (ОПК-14);
3. Способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПКО-2),

### 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			№	Форма
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Основы права и политологии Культурология Экономика знаний Русский язык и культура речи Педагогическая риторика Биохимия Спортивная медицина Менеджмент организации в сфере физической культуры и спорта Научно-методическая деятельность в спорте Преддипломная практика Учебная практика: Ознакомительная практика Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	текущий контроль	1	опрос
			2	курсовая работа
		Промежу-точная аттестация	3	зачет
			4	экзамен

ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	Биопедагогика Технологии спортивной подготовки Повышение профессионального мастерства Научно-методическая деятельность в спорте Производственная практика :Тренерская практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	текущий контроль	1	опрос
			2	курсовая работа
		Промежу-точная аттестация	3	зачет
			4	экзамен
ПКО-2 Способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	Акмеология физической культуры и спорта Спортивная метрология Научно-методическая деятельность в спорте Подготовка и проведение педагогического эксперимента Преддипломная практика Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	текущий контроль	1	опрос
			2	курсовая работа
		Промежу-точная аттестация	3	зачет
			4	экзамен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к зачетам и экзаменам.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: вопросы к зачетам и экзаменам, разработчик А.И.

Завьялов.

#### Критерии оценивания по оценочному средству «вопросы к зачетам-3 и экзаменам-4»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Обучающийся на продвинутом уровне способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Обучающийся на базовом уровне способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Обучающийся на пороговом уровне способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
ОПК-14 Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного	Обучающийся на продвинутом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль	Обучающийся на базовом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного	Обучающийся на пороговом уровне способен осуществлять методическое обеспечение и контроль

и образовательного о процесса	тренировочного и образовательного процесса	процесса	тренировочного и образовательного процесса
ПКО-2 Способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	Обучающийся на продвинутом уровне способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	Обучающийся на базовом уровне способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	Обучающийся на пороговом уровне способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: опросы, курсовые работы  
Оценочное средство *опрос*, разработчик д.п.н., профессор Завьялов А.И.

Критерии оценивания по оценочному средству «*опрос- 1*».

Критерии оценивания	Количество баллов
Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические и практические знания по теме	5
Аргументирует свою точку зрения	4
Ответ самостоятельный	3
Итого: Продвинутый уровень	5 баллов
Базовый уровень	4 балла
Пороговый уровень	3 балла

Критерии оценивания по оценочному средству «*курсовые работы-2*».

Критерии оценивания	Количество баллов
- соответствие содержания работы выбранной теме,	<b>1-2 балла</b>
- степень освящения основных вопросов темы работы,	<b>1-2 балла</b>
- количество источников, использованных при написании курсовой работы,	<b>0-3 балла</b>
- объем курсовой работы (он должен составлять 25–30 страниц машинописного текста),	<b>0-3 балла</b>
- соблюдение правил оформления письменных научных работ	<b>0-3 балла</b>
<b>защита подготовленного курсового проекта</b>	<b>3-5 баллов</b>
Итого: Продвинутый уровень	18 баллов
Базовый уровень	12 баллов
Пороговый уровень	5 баллов

## **5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)**

### **КИМ № 1 ОПРОС**

1. Виды научных и методических работ, требования к их содержанию.
2. Современные методы исследований в физической культуре и спорте.
3. Организация научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте.
4. Методы сбора, обработки и систематизации фактического материала в исследованиях по физической культуре и спорту.
5. Педагогические наблюдения в физической культуре и спорте.
6. Методы исследования физической подготовленности в физической культуре и спорте.
7. Антропометрические исследования в физической культуре и спорте.
8. Комплексная оценка физической подготовленности в физической культуре и спорте.
9. Контрольные испытания и тесты в организации исследований в области физической культуры и спорта.
10. Педагогический эксперимент в физической культуре и спорте.
11. Методы математической статистики в исследованиях в области физической культуры и спорта.
12. Корреляционное исследование. Основные типы корреляционного исследования.
13. Оформление научной работы.
14. Внедрение в практику результатов научно-исследовательской и методической деятельности.

### **КИМ № 2 КУРСОВЫЕ РАБОТЫ**

#### **ПРЕДЛАГАЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ И КУРСОВЫХ РАБОТ**

#### **СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАК ОБЪЕКТ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ (научно-исследовательские темы)**

#### ***ПРОПЕДЕВТИКА***

(введение в профессию тренера)

- 1. СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАК ВИД СПОРТА.**
- 2. ИСТОРИЧЕСКИЕ ВЕХИ И ИСТОКИ МЕЖДУНАРОДНОЙ ПОПУЛЯРНОСТИ.**
- 3. ОРГАНИЗАЦИОННОЕ ПОСТРОЕНИЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ В СССР И РОССИИ.**
- 4. ТЕРМИНОЛОГИЯ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ.**
- 5. СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАК ОБЩЕСТВЕННОЕ ЯВЛЕНИЕ**
  - 5.1. Социальная значимость.
  - 5.2. Профессионализм и любительство.
  - 5.3. Разновидности спортивной борьбы.
  - 5.4. Борьба в школьных программах.

## **6. СПОРТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ БОРЦОВ**

- 6.1. Тренировочная деятельность.
- 6.2. Внетренировочная деятельность.
- 6.3. Соревновательная деятельность.
- 6.4. Структура спортивных достижений борцов или школа борьбы.
- 6.5. Характеристика схватки.

## **7. ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА**

- 7.1. Модель профессиональной деятельности тренера.
- 7.2. Научная организация труда тренера.
- 7.3. Результативность работы тренеров СССР, России и других стран.
- 7.4. Достижения личных тренеров на Олимпийских играх и чемпионатах мира.
- 7.5. Успехи и неудачи главных тренеров сборных команд СССР и России.
- 7.6. Творчество ученых и тренеров, их научные и практические достижения и рекомендации.

## **8. СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАК УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА**

- 8.1. Тенденции становления.
- 8.2. Учебные программы.
- 8.3. Учебная литература.
- 8.4. Перспективы профессионального образования тренеров.
- 8.5. Перспективы теоретической подготовки борцов.

## ***КИНЕЗИОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ***

## **9. МОТОРНЫЕ ФАКТОРЫ СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ**

- 9.1. Координационные способности и двигательные навыки как основа технической подготовленности.
- 9.2. Координационные способности и физические качества — основа физической подготовленности.

## **10. СИСТЕМА УПРАЖНЕНИЙ**

- 10.1. Общеподготовительные упражнения.
- 10.2. Специальноподготовительные упражнения.
- 10.3. Соревновательные упражнения.
- 10.4. Технические элементы как «азбука» борьбы.
- 10.5. Взаимные технические элементы.
- 10.6. Технические действия.
- 10.7. Приемы и контрприемы.
- 10.8. Защиты.
- 10.9. Комбинации.
- 10.10. Схватки.
- 10.11. Соревнования.
- 10.12. Обновление старых и конструирование новых единиц техники борьбы.

## **12. БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКИ**

- 12.1. Понятийный аппарат.
- 12.2. Биомеханические характеристики.
- 12.3. Двигательные задачи и способы их решения.
- 12.4. Особенности биомеханической структуры приемов.
- 12.5. Моделирование двигательных действий.

## **13. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ СПОРТИВНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ БОРЦОВ**

- 13.1. Психологическая характеристика спортивной деятельности борцов.
- 13.2. Личность и спортивные достижения в борьбе.
- 13.3. Биопсихические свойства как врожденные факторы спортивных достижений.
- 13.4. Формируемые свойства личности как факторы спортивных достижений.
- 13.5. Ситуативные психологические факторы спортивных достижений.

## **14. СТРАТЕГИЧЕСКОЕ И ТАКТИЧЕСКОЕ МАСТЕРСТВО — ФАКТОР ДОСТИЖЕНИЯ БОРЦОВ**

- 14.1. История стратегии и тактики в борьбе.
- 14.2. Стратегия и тактика: общее и различие.
- 14.3. Стратегия и тактика в военном деле, шахматном искусстве, спортивной борьбе.

- 14.4. Стратегия и тактика выполнения единиц техники.
- 14.5. Классификация тактических действий.
- 14.6. Стратегия и тактика схватки.
- 14.7. Стратегия и тактика соревнования и системы соревнований.

## **МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ**

### **15. ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 15.1. Цель и задачи тренировки.
- 15.2. О принципах тренировки.
- 15.3. Средства тренировки.
- 15.4. Методы тренировки.
- 15.5. Формы организации тренировки.

### **16. ОСНОВЫ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

- 16.1. Значение, цель, задачи и содержание.
- 16.2. Основы методики передачи знаний.
- 16.3. Формы организации передачи знаний,
- 16.4. Основы методики формирования теоретической деятельности.

### **17. МЕТОДИКА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

- 17.1. Обобщенное многолетнее освоение системы движений.
  - 17.1.1. Общетеchnическая подготовка.
  - 17.1.2. Специальная техническая подготовка.
- 17.2. Формирование техники одного движения.
- 17.3. Основы обучения.
  - 17.3.1. Этап ознакомления с техническим действием.
  - 17.3.2. Этап формирования двигательного умения.
  - 17.3.3. Этап формирования двигательного навыка.

### **18. МЕТОДИКА СТРАТЕГИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

- 18.1. Этап базовой тактической подготовки.
- 18.2. Игры в касания.
- 18.3. Игры в блокирующие захваты.
- 18.4. Игры в атакующие захваты.
- 18.5. Игры в теснения.
- 18.6. Игры в дебюты.
- 18.7. Этап специальной тактической подготовки.
- 18.8. Этап углубленной тактической подготовки.
- 18.9. Этап индивидуальной тактической подготовки.

### **19. ПРОФИЛАКТИКА ЗДОРОВЬЯ**

- 19.1. Укрепление здоровья.
- 19.2. Типичные болезни борцов.
- 19.3. Причины и механизмы травмирования.
- 19.4. Предупреждение травматизма и восстановление травмированных борцов.
- 19.5. Предупреждение простудных и инфекционных заболеваний.

### **20. ФОРМИРОВАНИЕ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ**

- 20.1. Содействие гармоническому формированию тотальных размеров, пропорции и конституции тела борцов.
- 20.2. Методика преимущественного увеличения мышечной массы тела с целью перехода в более тяжелую весовую категорию.
- 20.3. Методика предсоревновательного снижения веса тела.

### **21. СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ КОНДИЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ**

- 21.1. Скоростно-силовая подготовка.
- 21.2. Подбор спарринг-партнеров.
- 21.3. Концентрированная скоростно-силовая подготовка.



- 21.4. Методика совершенствования гибкости.
- 21.5. Построение гибкостной подготовки.
- 21.6. Рекомендуемые упражнения.
- 21.7. Рациональное чередование упражнений.
- 21.8. Дозировка.

## **22. ВОСПИТАНИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ**

- 22.1. Многолетняя выносливостная подготовка.
- 22.2. Совершенствование выносливости к равномерным нагрузкам.
- 22.3. Совершенствование выносливости к неравномерным нагрузкам,
- 22.4. Совершенствования анаэробной работоспособности.
- 22.5. Повышение устойчивости к неблагоприятным сдвигам внутренней среды.
- 22.6. Совершенствование выносливости к мышечной работе максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной мощности.
- 22.7. О соотношении затрат времени на нагрузки в различных условиях.
- 22.8. Совершенствование выносливости к нагрузкам глобального, регионального и локального характера.
- 22.9. Повышение выносливости к удерживающей, уступающей и смешанной мышечной работе.

## **23. ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ БОРЦОВ ЛЕГКИХ, СРЕДНИХ И ТЯЖЕЛЫХ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ**

- 23.1. Геометрия телосложения высокорослых, среднерослых и низкорослых борцов
- 23.2. Физический тип и силовые достижения
- 23.3. Соматометрические признаки и показатели быстроты
- 23.4. Выносливость атлетов различных соматотипов.
- 23.5. Размеры тела, гибкость и координационные способности.
- 23.6. Тренируемость борцов легких, средних и тяжелых весовых категорий.

## **24. ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ ВНЕТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ**

- 24.1. Режим дня.
- 24.2. Личная гигиена.
- 24.3. Питание.
- 24.4. Закаливание организма
- 24.5. Восстановление работоспособности.

## ***ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ***

### **25. ОПЕРАТИВНЫЕ ПЛАНЫ ТРЕНИРОВКИ.**

- 25.1. Планирование занятий.
- 25.2. Планирование тренировочных дней.
- 25.3. Планирование микроциклов.
- 25.4. Традиционные микроциклы.
- 25.5. Маятниковые микроциклы.

### **26. ТЕКУЩИЕ ПЛАНЫ ТРЕНИРОВКИ**

- 26.1. Планирование мезоциклов
- 26.2. Понедельный план централизованной подготовки.
- 26.3. Маятниковый план централизованной подготовки.

### **27. ПЛАНИРОВАНИЕ МАКРОЦИКЛОВ**

- 27.1. Личный опыт как объект исследования.
- 27.2. Концепция плана подготовки.
- 27.3. Построение тренировочных макроциклов,
- 27.4. Результаты автоэксперимента олимпийского чемпиона.
- 27.5. Проектировочный план макроцикла.
- 27.6. О тренировочных заданиях.

### **28. ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ГОДА**

- 28.1. Главнейшие вехи истории вопроса.
- 28.2. Операции, предшествующие планированию.
- 28.3. Выбор количества, разновидностей и системы соревнований.
- 28.4. Выбор структуры годичного цикла.

- 28.5. Проектировочный план тренировочного года.
- 28.6. Технология формирования специальной готовности.
- 28.7. Реализация и корректировка плана

### ***ПЕРСПЕКТИВНЫЕ ПЛАНЫ ТРЕНИРОВКИ***

#### **29. ПЛАНИРОВАНИЕ ЧЕТЫРЕХЛЕТНИХ ЦИКЛОВ**

- 29.1. Организационные аспекты.
- 29.2. Методические аспекты.
- 29.3. Определение ведущей цели цикла и подцелей на каждый год четырехлетия.
- 29.4. Выбор рациональной структуры цикла.
- 29.5. Выбор системы соревнований.
- 29.6. Выбор системы учебно-тренировочных сборов.

#### **30. ПОСТРОЕНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ТРЕНИРОВКИ**

- 30.1. Возрастная динамика спортивных достижений,
- 30.2. Начальный возраст занятий.
- 30.3. Возраст мастеров спорта.
- 30.4. Сроки подготовки мастеров спорта.
- 30.5. Структура многолетней тренировки.

#### **31. НАПРАВЛЕННОСТЬ ПОДГОТОВКИ НА ОТДЕЛЬНЫХ ЭТАПАХ**

- 31.1. Этап базовой подготовки.
- 31.2. Этап специальной подготовки
- 31.3. Этап углубленной специальной подготовки.
- 31.4. Этап демонстрации наивысших спортивных достижений.
- 31.5. Этап стабилизации спортивных достижений.
- 31.6. Этап запланированного снижения спортивных достижений.

#### **32. ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ**

- 32.1. Определение идеала.
- 32.2. Прогнозирование спортивных достижений.
- 32.3. Формы организации начального отбора.
- 32.4. Классификация отбираемых спортсменов.

#### **33. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ КОНТРОЛЬ**

- 33.1. Задачи, объекты и предмет тренировочного контроля.
- 33.2. Процессуальный контроль тренировочной деятельности.
- 33.3. Контроль за качеством тренировочных программ.
- 33.4. Контроль за динамикой состояния тренированности.
- 33.5. Контроль технической подготовленности.
- 33.6. Контроль тактической подготовленности.
- 33.7. Контроль физической подготовленности.
- 33.8. Психологический контроль.
- 33.9. Самоконтроль тренировочных нагрузок и состояний готовности
- 33.10. О непрерывном контроле тренировочных воздействий
- 33.11. Селективный контроль тренировочной деятельности.

#### **34. ОТБОР КАНДИДАТОВ В СБОРНУЮ КОМАНДУ**

- 34.1. Принципы отбора.
- 34.2. Условия отбора.
- 34.3. Комплектование сборной команды.

#### **35. ВНЕТРЕНИРОВОЧНЫЙ КОНТРОЛЬ**

- 35.1. Разновидности внутренировочного контроля.
- 35.2. Содержание внутренировочного контроля
- 35.3. Контроль за гигиеной зала борьбы и подсобных помещений
- 35.4. Самоконтроль гигиены жилища.
- 35.5. Контроль за гигиеной борцов.
- 35.6. Контроль за режимом дня.
- 35.7. Контроль питания и веса тела.
- 35.8. Контроль использования естественных факторов природы.
- 35.9. Контроль применения средств повышения и восстановления работоспособности

### **36. СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ**

- 36.1. Разновидности контроля соревновательной деятельности.
- 36.2. Контроль непосредственного предсоревновательного этапа.
- 36.3. Контроль вспомогательной части собственно-соревновательной деятельности.
- 36.4. Объекты и методы контроля основной части соревновательной деятельности.
- 36.5. Качество выполненных единиц техники
- 36.6. Критерии активности.
- 36.7. Критерии эффективности.
- 36.8. Качество стратегии и тактики применения единиц техники.
- 36.9. Качество стратегии и тактики ведения схватки.
- 36.10. Относительные критерии активности.
- 36.11. Относительные критерии эффективности,
- 36.12. Относительные критерии разнообразия.
- 36.13. Качество стратегии и тактики участия в системе соревнований.

### **37. ФОРМИРОВАНИЕ СУДЕЙСКИХ ФУНКЦИЙ**

- 37.1. Судейская деятельность: содержание, механизмы, место в системе спорта.
- 37.2. Методология разработки учебных программ подготовки судей.
- 37.3. Модельные характеристики судьи.
- 37.4. Методы формирования судейских функций.

## **КИМ № 3 ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТАМ**

1. Цель и задачи дисциплины «Научно-методическая деятельности в спорте».
2. Обыденное и научное познание
3. Этапы развития научного познания.
4. Наука, ее функции, роль в обществе, в физической культуре.
5. Научное знание, научное исследование.
6. Взаимосвязь научной и методической деятельности.
7. Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры.
8. Виды методических работ и их характеристика.
9. Метод и методология научного исследования.
10. Эмпирический уровень научного познания.
11. Теоретический уровень научного познания.
12. Проблемная ситуация и проблема исследования.
13. Выбор темы исследования
14. Объект и предмет научного познания.
15. Гипотеза исследования и её разновидности.
16. Задачи исследований, требования к их постановке.
17. Наиболее распространенные методы исследований в области физической культуры.
18. Система поиска научной информации.
19. Методика сбора и изучения специальной литературы.
20. Беседа, интервью, анкетирование.
21. Педагогическое наблюдение.
22. Виды педагогических наблюдений.
23. Метод экспертных оценок
24. Тестирование в исследованиях по физической культуре.
25. Особенности педагогического эксперимента.
26. Виды педагогического эксперимента.
27. Методика проведения педагогического эксперимента.
28. Разновидности педагогических экспериментов (констатирующий, преобразующий, естественный, модельный).
29. Планирование эксперимента. Экспериментальные переменные.
30. Инструментальные методы исследования, применяемые в области физической культуры и спорта.

31. Роль статистических методов в педагогическом исследовании.
32. Использование компьютерных технологий в научной деятельности.
33. Актуальность темы научной работы - основные критерии определения актуальности.
34. Предпосылки и гипотеза исследования (на примере собственной научно-исследовательской работы).
35. Обработка экспериментальных результатов (на примере собственной научно-исследовательской работы).
36. Этапы научного исследования (на примере собственной научно-исследовательской работы).
37. План научно-исследовательской работы (на примере собственной научно-исследовательской работы).
38. Критерии оценки результатов научного исследования.
39. Варианты внедрения результатов исследования в практику.
40. Требования к подготовке и защите курсовых и выпускных квалификационных работ.
41. Требования к библиографическому описанию научно-методической литературы в списке (книги, монографии, учебника и Учебного пособия, статьи из журналов и сборников научных трудов, тезисов доклада, автореферата диссертации).
42. Требования к тезисам доклада и научным статьям, представляемым к публикации.

## **КИМ № 4 ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНАМ**

### **Раздел № 1**

1. Что такое наука?
2. Что включают понятия: «наука о спорте», «педагогическая наука» и
3. «методология спортивно-педагогического исследования»?
4. Каковы способы познания педагогических явлений?
5. Каковы отличительные признаки научного исследования?
6. Как выбрать проблему и тему научного исследования?
7. Как сделать тематический подбор литературы для научного исследования?
8. Каковы основные приемы работы с литературными источниками?

### **Раздел № 2, 3, 4**

1. Характеристика основных методов научных исследований в физической культуре и спорте
2. Как делаются ссылки на литературные источники при написании курсовой и дипломной работ?
3. Каковы основные требования при составлении анкет?
4. Методика выполнения аналитического литературного обзора.
5. Цель науки о физической культуре
6. Методология научного исследования в физической культуре и спорте.
7. Место и роль научно-методической деятельности в подготовке студентов.

8. Основная проблематика научных исследований в области физической культуры и спорта.
9. Виды педагогических наблюдений, их достоинства и недостатки.
10. Методы исследования физического развития и физической подготовленности.
11. Антропометрические методы исследований в физической культуре и спорте.
12. Как организовать и провести педагогический эксперимент?
13. Каковы методы спортивно-педагогического исследования?
14. Что такое констатирующий эксперимент?
15. Как провести хронометрирование?

### **Раздел № 5, 6, 7**

1. Последовательность педагогического исследования.
2. Составление рабочего плана исследования, формулировка названия.
3. Определение объекта, предмета и задач исследования
4. Выбор методов исследования. Методы исследования: эмпирические и теоретические.
5. Постановка проблемы. Разработка гипотезы. Постановка цели.
6. Какова роль методов математической статистики в педагогических исследованиях?
7. Формирование задач научного исследования

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2023/2024 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлено титульные листы рабочей программы и фонда оценочных средств.

2. Обновлено и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлено «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 9 от 3.05.2023 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой

Д.п.н., профессор Янова М.Г.

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
протокол № 9 от 17 мая 2023 г.

Председатель совета

к.п.н., доцент

Н.Н. Казакевич

# КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

(карта литературы)

«Научно-методическая деятельность в спорте»

для студентов ООП

направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура, Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка, квалификация – бакалавр

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Количество экземпляров/ точек доступа
<b>Обязательная литература</b>		
Багачук, А. В. Введение в научную деятельность студентов: учебное пособие/ А. В. Багачук, М. Б. Шашкина. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2008. - 151 с.	ОБИМФИ(126)	126
Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студентов высших учебных заведений/ Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 3-е изд., испр. - М.: Академия, 2007. - 272 с.	АУЛ(11), ИМЦ ФФКиС(15), АНЛ(3), ЧЗ(1)	30
Попков, В.Н. Научно-исследовательская деятельность : учебное пособие / В.Н. Попков ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2007. - 339 с. : схем., табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298132">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298132</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298132">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298132</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Семенов, Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / Л.А. Семенов - Москва : Советский спорт, 2011. - 200 с. - ISBN 978-5-9718-0543-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210481">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210481</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210481">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210481</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник / В.Г. Никитушкин. - Москва : Советский спорт, 2013. - 280 с. - ISBN 978-5-9718-0616-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210448</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Основы научных исследований: теория и практика: Учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по спец. в области информ. безопасности/ В.А. Тихонов и др. - М.: Гелиос, 2006. - 352 с.	ИМЦ ФФКИС(1), ЧЗ(1), АНЛ(3), ОБИФ(5), ОБИМФИ(5), АУЛ(38)	53

<b>Дополнительная литература</b>		
Петров, П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учебник / П. К. Петров. - 2-е изд., перераб. - М.: Академия, 2011. - 288 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(3), АУЛ(33)	40
Ильина, Н. Ф. Методология и методика научных исследований: учебно-методическое пособие/ Н. Ф. Ильина. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012. - 100 с.	ЧЗ(1), АНЛ(3), ОБИМФИ(4), ОБИФ(2)	10
Шкляр, М. Ф. Основы научных исследований: учебное пособие. - 4-е изд.. - М.: Дашков и К, 2012. - 244 с.	ЧЗ(1), АНЛ(2), АУЛ(11), КБМПЛ(2), ФлЖ(1)	17
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
Николаева О. О. Основы методических и научных исследований по физической культуре и спорту в ВУЗе [Текст] : учебно-методическое пособие / Николаева О. О. ; сост. О. О. Николаева. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2009. - 93 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	10
Кожухар, В. М. Основы научных исследований: учебное пособие. - М.: Дашков и К, 2012. - 216 с.	КБМПЛ(1), АНЛ(2), АУЛ(4), ИМРЦ ИППиУО(5)	12
Губа, В.П. Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований : учебно-методическое пособие / В.П. Губа, В.В. Пресняков. - Москва : Человек, 2015. - 289 с. : схем., табл., ил. - Библиогр.: с.263-265. - ISBN 978-5-906131-53-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461406">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461406</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461406">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=461406</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Информационные справочные системы</b>		
Elibrary.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. портал. – Москва, 2000– . – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон. дан. – ООО ИВИС. – 2011.	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза

Согласовано:

заместитель директора библиотеки \_\_\_\_\_



/ Шулипина С.В



**Карта материально-технической базы дисциплины  
«НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ»  
для обучающихся образовательной программы  
по направлению подготовки: 49.03.01 – Физическая культура,  
Направленность (профиль) образовательной программы – спортивная тренировка,  
квалификация – бакалавр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
<b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-27	Микрофонный пульт-10шт., монитор-6шт., компьютер-2шт., телевизор-2шт., система видеоконференцсвязи-1шт., микрофон+модуль-1шт., телефон-1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-55	Компьютер – 3 шт., копировальный аппарат – 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
<b>Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® Home 10 Russian OLP NL AcademicEdition Legalization GetGenuine (ОЕМ лицензия, контракт № Tr000058029 от 27.11.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1B08-190415- 050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Гарант - (договор № КРС000772 от 21.09.2018) Консультант Плюс - (договор № 20087400211 от 30.06.2016). ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14- 2017 от 27.12.2017)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-03 Зал для научной работы	Компьютер-3шт., МФУ-3шт., рабочее место для лиц с ОВЗ (для слепых и слабовидящих) Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14- 2017 от 27.12.2017)