

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 03.11.2023 14:09:46  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра Адаптивной физической культуры и медико-биологических  
дисциплин

**А. И. ПОПОВА**

## **НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Методические рекомендации по выполнению контрольных работ  
для обучающихся по направлению 49.03.01 Физическая культура  
профиль подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Чайковский, 2022

Попова, А.И.

Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта: методические рекомендации по выполнению контрольных работ для обучающихся по направлению 49.03.01 Физическая культура, профиль подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» / А.И. Попова – Чайковский: ЧГАФКиС, 2022. – 47 с.

Утверждено учебно-методическим советом ЧГАФКиС, протокол № 4 от «23» ноября 2022 г.

Настоящее издание составлено в соответствии с учебным планом и рабочей программой дисциплины «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» и является частью учебно-методического комплекса.

В методических рекомендациях приведены структура и требования к оформлению, рассмотрено содержание и дан порядок выполнения отдельных разделов контрольной работы, представлен список рекомендуемой литературы.

Методические рекомендации предназначены для студентов очной и заочной форм обучения направления 49.03.01 Физическая культура, профиль подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» (бакалавр).

Рецензент: доцент кафедры ТиМЛГиБ, к.п.н., доцент Горбунов С.С.

© Попова А.И.

© ФГБОУ ВО ЧГАФКиС, 2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....	5
2 СТРУКТУРА И ОФОРМЛЕНИЕ РАБОТЫ .....	8
2.1 Структура контрольной работы.....	8
2.2 Требования к оформлению текста работы.....	12
3 НАПРАВЛЕНИЯ И ТЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЙ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА .....	17
3.1 Рекомендуемая направления исследований в избранном виде спорта.....	17
3.2 Примерные формулировки темы исследования (с учетом избранного вида спорта).....	23
4 МЕТОДИКА ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ .....	27
4.1 Изучение заданий контрольной работы .....	27
4.2 Подбор литературы для выполнения контрольной работы .....	28
4.3 Порядок выполнения контрольной работы.....	30
5 ПОРЯДОК ОТПРАВКИ НА ПРОВЕРКУ И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ .....	36
6 ОЦЕНКА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ .....	38
7 ЛИТЕРАТУРА.....	40
ПРИЛОЖЕНИЕ А. Форма титульного листа контрольной работы .....	44
ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Примеры библиографических записей в списке литературы .....	45

## ВВЕДЕНИЕ

Целью дисциплины «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» является формирование у бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура способности проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в избранном виде спорта, обработку, анализ результатов с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать, представлять обобщения и выводы.

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочей программой дисциплины «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» и способствует формированию у бакалавров следующих компетенций:

– способность проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-11);

– способность организовать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки (ПК-2).

Контрольная работа является одним из видов самостоятельной работы студентов. В свою очередь, самостоятельная работа студента является одной из важнейших составляющих учебного процесса, в ходе которой происходит формирование знаний, умений и навыков. В дальнейшем обеспечивается усвоение студентом приемов познавательной деятельности, интерес к творческой работе и, в конечном итоге, способность решать задачи самостоятельно. Самостоятельное выполнение работы способствует решению поставленных задач, развивает навыки аналитической работы и служит связью между теоретическими знаниями и их применением в практической деятельности.

Выполнение контрольной работы направлено на закрепление, углубление и обобщение знаний по дисциплине, профессиональной

подготовке, овладение методами научных исследований и формирование навыков решений задач научного исследования.

В то же время практика подготовки бакалавров показала, что у многих обучающихся нет чёткого представления об основных этапах подготовки контрольной работы, структуре и содержании основных её разделов. В процессе написания контрольной работы допускаются много ошибок: в заимствовании текста и его оформлении; при составлении списка использованных источников.

В настоящих методических указаниях установлены требования к составу, содержанию и оформлению контрольной работы по дисциплине «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» в Чайковской государственной академии физической культуры и спорта для обучающихся заочной формы обучения по направлению подготовки: 49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

## 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Контрольная работа является формой текущего контроля (оценки) знаний. Данный вид контроля позволяет объективно оценить уровень подготовленности и самостоятельности обучающегося по одной из ключевых тем изучаемого курса дисциплины «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта».

Выполнение работы предполагает самостоятельную деятельность обучающегося по теме «Теоретико-методологическое обоснование научного исследования в избранном виде спорта».

Цель выполнения контрольной работы: формирование у обучающихся знаний, умений и опыта проведения научного исследования в избранном виде спорта на основе теоретического анализа.

Работа выполняется с учетом направления выпускной квалификационной работы или примерных направлений исследования, предложенных в разделе 3 данного учебного издания.

Основными задачами выполнения контрольной работы являются:

- систематизация, закрепление, углубление и расширение приобретенных студентом знаний, умений, навыков по дисциплине;
- формирование навыков самостоятельной работы с различными видами источников по выбранной проблеме или направлению исследования в избранном виде спорта;
- овладение навыками практического применения полученных теоретических знаний к решению конкретных задач подбора, обработки и систематизации материала (информации) по выбранному направлению исследования;
- овладение студентами навыками самостоятельной работы с научно-методической литературой и электронными ресурсами в сфере физической культуры и спорта;

– формирование умений и навыков обобщения результатов теоретического исследования, формулирования выводов и оформления их в различной форме;

– развитие самостоятельности при выборе направлений и методов исследования при решении конкретных задач по выбранной проблеме или направлению исследования в избранном виде спорта.

## 2 СТРУКТУРА И ОФОРМЛЕНИЕ РАБОТЫ

### 2.1 Структура контрольной работы

Контрольная работа должна быть оформлена согласно требованиям, предъявляемым к данному виду работы.

Структурными элементами контрольной работы являются:

- титульный лист (приложение А);
- основная часть;
- литература (приложение Б);
- приложения (при наличии).

Рекомендуемая структура и краткое наполнение структурных элементов контрольной работы представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Рекомендуемая структура контрольной работы

Наименование раздела	Основные аспекты
СОДЕРЖАНИЕ	представить в столбик перечень всех разделов и подразделов работы
1 АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ	актуальность исследования; противоречия исследования; проблема исследования
2 ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ	объект исследования; предмет исследования; гипотеза исследования; цель исследования; задачи исследования; методы исследования
3 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕМЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ	обзор литературы по теме исследования; 2-3 подраздела, отражающие ключевые понятия темы исследования; обобщение результатов теоретического анализа (заключение, выводы)
ЛИТЕРАТУРА	5-10 источников



## **Титульный лист**

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование вуза, кафедры, название дисциплины, тема контрольной работы; номер группы обучающегося, фамилия, имя и отчество исполнителя, фамилия, имя, отчество и должность проверяющего, год и населенный пункт.

Тема контрольной работы является единой для всех обучающихся: «ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»

## **Содержание**

Содержание контрольной работы должно включать перечень всех разделов, подразделов и пунктов, содержащихся в работе, с указанием страниц их начала. Содержание идет сразу после титульного листа. В качестве примера по оформлению содержания можно использовать содержание к данным Методическим рекомендациям.

## **Основная часть контрольной работы**

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ на поставленные теоретические вопросы, представленные в содержании, на основе изучения литературных источников. В работе следует обязательно делать сноски в квадратных скобках на источник из списка литературы. Основной текст контрольной работы заканчивается заключением. Заключение является собственным суждением исполнителя контрольной работы.

Основная часть контрольной работы по дисциплине «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» состоит из трёх разделов:

- 1 АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ
- 2 ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ
- 3 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕМЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

В заголовках разделов указывается тематика выбранной проблемы или направления исследования в избранном виде спорта (тема выпускной квалификационной работы).

Например, если обучающийся выбрал направление (тему выпускной квалификационной работы) «Методика силовой подготовки хоккеистов на тренировочном этапе подготовки», то заголовок 1 раздела основной части работы будет сформулирован так:

1 АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ТЕМЕ:  
«МЕТОДИКА СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ НА  
ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ»

В разделе «1 АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ» обосновывается актуальность тематики выбранной проблемы или направления исследования в избранном виде спорта (тема выпускной квалификационной работы). Формулируются противоречия исследования и проблема исследования.

Рекомендуемый объем раздела 1-2 страницы.

В разделе «2 ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ» определяются объект и предмет исследования; выдвигается гипотеза исследования; формулируются цель и задачи исследования; перечисляются методы исследования.

Студент должен сформулировать цель с позиций объекта исследования. Согласно цели исследования определяются задачи, необходимые для ее достижения.

Рекомендуемый объем раздела 1-2 страницы.

Раздел «3 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ» раскрывается на основе обзора учебной и научной литературы в области избранного вида спорта. Содержание раздела должно отражать ключевые понятия избранной проблемы или направления исследования в избранном виде спорта (тема выпускной квалификационной работы).

Например, в подразделах может быть отражено следующее: понятие и характеристика физического качества или способностей; особенности одного

из видов подготовки, заявленного в объекте исследования; средства и методы тренировки; показатели и критерии оценивания физического качества или способностей и др.

Название подразделов данной части работы студент формулирует самостоятельно на основе изучения материала по теме исследования, а в случае затруднений – консультируется с преподавателем. В конце дается краткое резюме по всему содержанию раздела.

Текст работы должен быть емким и содержать сжатое и, вместе с тем, достаточно полное изложение существа темы. При этом работа не должна заключаться в дословном переписывании литературных источников, простом пересказе учебников, учебных пособий, механической компиляции литературных источников. Процент оригинальности текста должен составлять – более 40%. Из одного источника может быть взято не более 10% информации. Рекомендуемый объем теоретической главы – 5-10 страниц.

### **Список литературы**

В список литературы включаются все источники (в том числе интернет-источники), которые были изучены и использованы при выполнении работы. Список литературы следует приводить в алфавитном порядке, ориентируясь на фамилию автора или название книги (статьи).

Библиографический список содержит не менее 5 источников и оформляется согласно ГОСТ Р 7.0.100-2018 «Библиографическое описание. Общие требования и правила составления», введенному с 03.12.2018 г. (примеры оформления источников литературы представлены в приложении Б). Рекомендуемый объем раздела 1-2 страницы.

### **Приложения**

К тексту контрольной работы как иллюстративный материал могут быть выполнены «Приложения» в виде графиков, схем, таблиц, диаграмм. Приложения должны иллюстрировать, дополнять, объяснять информацию, изложенную в работе (в основном тексте делаются сноски или ссылки на них).

## 2.2 Требования к оформлению текста работы

### Форматирование текста

Контрольная работа должна быть представлена в печатном виде. Текст контрольной работы должен быть аккуратно и грамотно (на русском языке) напечатан с одной стороны листа белой бумаги формата А4, шрифт **Times Roman, 14, интервал 1,0 или 1,5**. Поля: верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см, положение переплета слева. Ориентация страницы книжная. Выравнивание текста на листах должно производиться по ширине строк. Переносы слов не допускаются. Объем контрольной работы в среднем - 10-20 страниц.

Нумерация страниц производится в нижней части листа (по центру). Отсчет начинается с титульного листа, но на первой странице номер не ставится. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа нумеруются арабскими цифрами.

Текст основной части делят на разделы, подразделы, пункты. Каждая структурная часть контрольной работы (СОДЕРЖАНИЕ, АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ, ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ, ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕМЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ, ЛИТЕРАТУРА) начинается с новой страницы.

### Оформление заголовков разделов и подразделов

Заголовки разделов набираются прописными буквами, полужирным шрифтом и располагаются по центру. Каждый раздел пишется с нового листа.

Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всей контрольной работы и обозначаться арабскими цифрами без точки (например, **3 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕМЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ «МЕТОДИКА СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ»**).

Заголовок раздела отделяется от текста или от заголовка подраздела одним интервалом. Заголовки подразделов располагают симметрично тексту

по ширине страницы с отступа первой строки 1,25 полужирным шрифтом строчными буквами.

Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой. Например, **«3.2 Средства и методы силовой подготовки хоккеистов на тренировочном этапе подготовки»** (второй подраздел третьего раздела). Текст подраздела располагается через один интервал от подзаголовка. Пункты нумеруются в пределах каждого подраздела.

Не допускаются подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовков. Точка в конце заголовка не ставится.

### **Оформление иллюстративного материала и таблиц**

В разделе теоретического обоснования могут быть представлены схемы, таблицы, графики, диаграммы или другие материалы, отражающие результаты работы студента, иллюстрирующие исследования. Все таблицы, графики, схемы должны быть пронумерованы, иметь названия и ссылки в тексте.

**Иллюстрации** (кроме таблиц) обозначаются словом «Рисунок», нумеруются последовательно арабскими цифрами в пределах раздела. Номер иллюстрации должен состоять из номера раздела и порядкового номера иллюстрации, разделенных точкой. Например, Рисунок 3.1 (первый рисунок третьего раздела). Номер иллюстрации и её название помещают ниже самого рисунка (под рисунком). Если в контрольной работе приведена одна иллюстрация, то ее не нумеруют. Иллюстрации должны иметь четкое воспроизведение. При необходимости иллюстрации снабжают пояснительными данными (примечаниями).

Рисунки не должны быть перегружены информацией, хорошо читаться, должны иметь цифровые значения показателей. Достоверные изменения должны быть обозначены звездочками. Все оси должны быть подписаны. Пример:

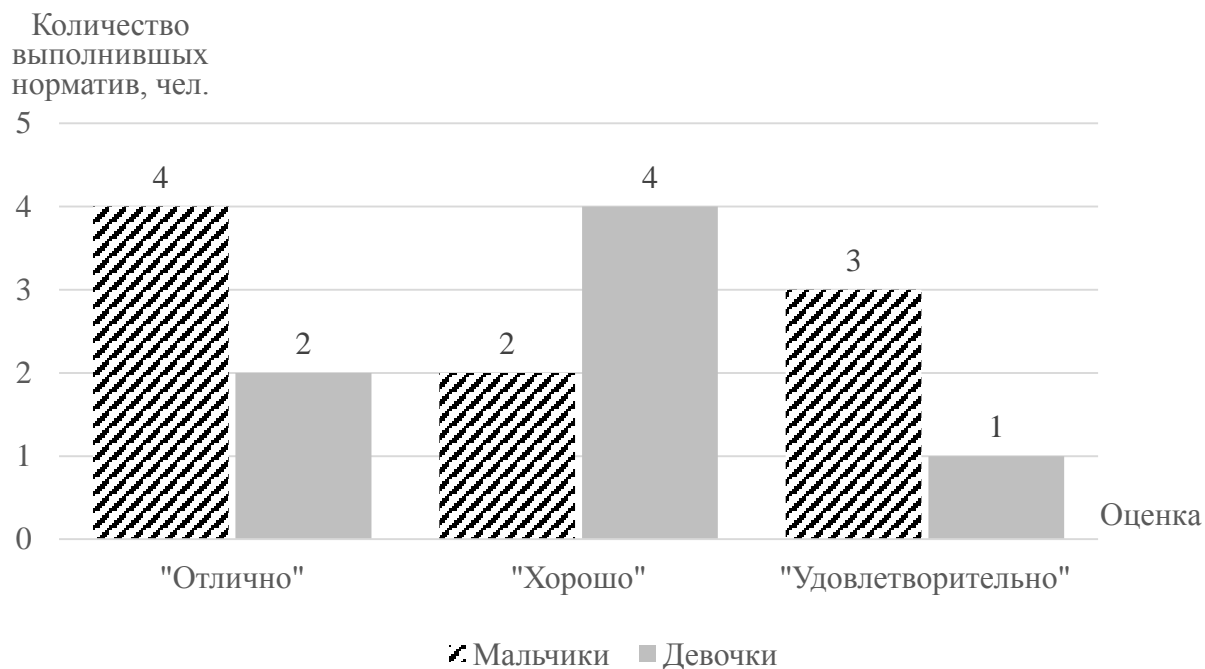


Рисунок 3.1 – Результаты теста «Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)» у детей 6-8 лет

**Таблицы** должны иметь нумерацию в соответствии с номером глав и подглав (например, если таблицы в главе 3, они должны нумероваться 3.1, 3.2 и т.д.). Таблицы оформляются следующим образом:

Таблица 3.1 – Результаты тестирования ОФП детей 6-8 лет

№ п/п	Наименование теста	Результат*		
		6 лет	7 лет	8 лет
1	прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)			
2	челночный бег 3х10 м (с)			
...				

Примечание: \* – средние результаты тестов

В левом верхнем углу помещают надпись «Таблица» с указанием номера таблицы и соответствующим заголовком. Если в работе одна таблица, ее не нумеруют. При переносе таблицы на другой лист пишут в правом верхнем углу: «Продолжение табл. 3.1», если таблица на этой странице не заканчивается и «Окончание табл. 3.1», если таблица заканчивается.

Заголовки граф таблиц начинаются с прописных букв, подзаголовки – со строчных. Текст в шапке таблицы может быть заменен символами, если они пояснены в тексте контрольной работы. Делить графы по диагонали не рекомендуется. Нумерация граф таблицы не допускается, за исключением

случаев, когда в тексте имеются ссылки на них или переноса таблицы на другой лист. При необходимости нумеруются строки, если в тексте есть ссылки на строки или таблица продолжается на следующей странице. Не допускается отрывать название таблицы и заголовки граф от самой таблицы. В таблице не должно быть пустых ячеек, если цифровое значение отсутствует, то в ячейке ставят прочерк или «0» или пишут «нет данных». Не допускается замена кавычками повторяющейся в таблице цифры. Если все показатели в таблице выражены в одной и той же единице измерения, то ее обозначение отражают в названии таблицы, в противном случае единицы измерения указывают в строках и/или графах заголовка.

**Формулы** в работе следует выделять из текста свободными строками. Формулы внутри контрольной работы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами и все пояснения используемых в них символов.

Формулы (если их более одной) нумеруются в пределах раздела. Номер формулы состоит из номера раздела и порядкового номера формулы в разделе. Номер указывают справа на уровне формулы в круглых скобках. Например, (3.1), т. е. первая формула третьего раздела. Расшифровки символов и числовых коэффициентов, входящих в формулу, должны быть приведены непосредственно под формулой. Значение каждого символа дают с новой строки (столбцом) в той последовательности, в которой они приведены в формуле. Первая строка расшифровки должна начинаться со слова «где» (без двоеточия). Все формулы должны иметь в тексте ссылки. Применение машинописных и рукописных символов в одной формуле не допускается. Перенос формулы осуществляется на математическом знаке с обязательным повторением знака в следующей строке.

### **Оформление ссылок и списка литературы**

Раздел, в котором представляется библиографическое описание использованной в ходе написания контрольной работы литературы имеет заголовок «**ЛИТЕРАТУРА**».

В списке литературы указывается цитированные в ходе написания работы источники. Литература составляется в алфавитном порядке и

нумеруется арабскими цифрами (см. пример оформления в приложении Б к данным Методическим рекомендациям).

В списке использованной литературы должно быть не менее пяти источников (учебных, научных, информационно-справочных и/или законодательных материалов). Ссылки на литературные источники оформляются в квадратных скобках, где указывается порядковый номер источника по списку литературы. В тексте должны быть ссылки на номер источника в библиографическом списке. Например, [5]. В предложениях, заканчивающихся ссылкой, точка ставится после ссылки.

### **Оформление приложений**

Каждое приложение начинается на новой странице, на которой по центру пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ», рядом указывается порядковый номер (буквой кириллического алфавита без указания символа №), если приложений больше одного. Номер приложения начинается с буквы А, за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ъ, Ы, Ь.

Приложение должно иметь заголовок, который записывают по центру страницы с прописной буквы, полужирным шрифтом, отдельной строкой по центру без точки в конце. Если приложение продолжается на следующем листе, то делается запись – продолжение приложения... Если в работе дано несколько приложений, то они могут образовать особый раздел. Приложения должны иметь общую с остальной частью работы сквозную нумерацию страниц. В тексте работы на все приложения должны быть даны ссылки. Приложения располагают в порядке ссылок на них в тексте работы.

Все структурные части контрольной работы сшиваются в той же последовательности, как они представлены в структуре.



### **3 НАПРАВЛЕНИЯ И ТЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЙ В ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА**

Желательно, чтобы для написания контрольной работы выбор направления исследования в избранном виде спорта был обусловлен проблемами физкультурно-спортивной деятельности, выявленными в ходе производственной практики, и увязан с темой выпускной квалификационной работы.

Ниже представлен примерный перечень направления исследований в избранном виде спорта. Формулировки тематики направлений исследования представлены в обобщенном виде. Поэтому в содержании контрольной работы фразы «избранный вид спорта», «группе видов спорта», «спортсменов в избранном виде спорта» и др. должны быть заменены на тот вид спорта, проблематика которого рассматривается в исследовании.

Например, если выбрана направление «1. Анализ исторического развития избранного вида спорта (группе видов спорта) в Пермском крае», тема исследования может звучать в следующих вариантах: «Анализ исторического развития зимних видов спорта в Пермском крае»; «Исторический анализ и социально-педагогические основы развития хоккея с шайбой в Удмуртской Республике»; «Проблемы и перспективы развития дзюдо в России».

#### **3.1 Рекомендуемая направления исследований в избранном виде спорта**

1. Анализ исторического развития избранного вида спорта (группе видов спорта) в Пермском крае.
2. Организация педагогических условий популяризации избранного вида спорта.

3. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам избранного вида спорта.
4. Планирование тренировочного процесса спортсменов избранного вида спорта в макроструктуре.
5. Анализ объема и интенсивности тренировочных нагрузок спортсменов в избранном виде спорта.
6. Методика определения физической подготовленности спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта).
7. Характеристика техники выполнения упражнений в избранном виде спорта (группе видов спорта).
8. Особенности занятий избирательной и комплексной направленности в избранном виде спорта (группе видов спорта).
9. Методологические аспекты планирования нагрузок в избранном виде спорта (группе видов спорта).
10. Программа спортивной подготовки по избранному виду спорта для этапа многолетней подготовки (уточнить этап, например, для этапа совершенствования спортивного мастерства).
11. Особенности спортивной подготовки спортсменов избранного вида спорта в подготовительном периоде годичного макроцикла (уточнить контингент, например, лыжников-гонщиков).
12. Методика теоретической подготовки юных спортсменов избранном виде спорта (группе видов спорта).
13. Методика спортивной тренировки в избранного вида спорта на этапе высшего спортивного мастерства.
14. Программа профессионального самосовершенствования тренера в избранном виде спорта (группе видов спорта).
15. Особенности планирования групповых учебно-тренировочных и теоретических занятий на этапе (уточнить этап многолетней подготовки) в избранном виде спорта (группе видов спорта).
16. Организация работы по индивидуальным планам на этапе (уточнить этап многолетней подготовки) в избранном виде спорта (группе видов спорта).

17. Особенности планирования медико-восстановительных мероприятий на этапе (уточнить этап многолетней подготовки) в избранном виде спорта (группе видов спорта).

18. Программы педагогического тестирования и медицинского контроля в избранном виде спорта (группе видов спорта).

19. Особенности планирования участия в соревнованиях. Соподчиненность планирования учебно-тренировочного процесса и графика спортивных соревнований в избранном виде спорта (группе видов спорта).

20. Анализ техники зарубежных лидеров и членов сборной России в избранном виде спорта.

21. Организация психологической подготовки квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.

22. Анализ мотивации к занятиям избранным видом спорта спортсменов на различных этапах подготовки.

23. Система контроля подготовленности спортсменов в избранном виде спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства.

24. Методика отбора юных спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта).

25. Влияние двигательных способностей на спортивно-технический результат спортсменов в избранном виде спорта.

26. Вклад координационных способностей в спортивно-технический результат легкоатлетов этапа спортивной специализации.

27. Содержание психологической подготовки юношей подросткового возраста в избранном виде спорта (группе видов спорта).

28. Формирование устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта на спортивно-оздоровительном этапе подготовки.

29. Планирование образовательной, воспитательной, спортивно-тренировочной, восстановительно-рекреационной, оздоровительной деятельности в избранном виде спорта (группе видов спорта).

30. Психолого-педагогические и организационно-методические особенности организации инструкторской и судейской практики у занимающихся организации, осуществляющей спортивную подготовку.

31. Влияние личности тренера на формирование культуры организации и самоорганизации ведущей деятельности в избранном виде спорта (группе видов спорта).

32. Исследование социально-педагогических особенностей деятельности тренера по избранному виду спорта.

33. Содержание втягивающих, базовых, контрольно-подготовительных, специально-подготовительных, модельных, подводящих, восстановительных, соревновательных, «ударных» микроциклов на этапе (уточнить этап многолетней подготовки) в избранном виде спорта (группе видов спорта).

34. Деятельность тренера по организации восстановительных мероприятий спортсменов на учебно-тренировочных сборах в избранном виде спорта (группе видов спорта).

35. Особенности педагогической оценки соответствия годичных приростов нормативным с учетом индивидуальных особенностей темпов биологического развития.

36. Применение восстановительных средств в подготовительном периоде годичного цикла подготовки в избранном виде спорта (группе видов спорта).

37. Совершенствование координационных способностей у квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта).

38. Организация тренировочного процесса студентов в избранного вида спорта (группы видов спорта) в условии вуза.

39. Методические рекомендации по планированию содержания тактической подготовки в избранном виде спорта (группе видов спорта).

40. Содержание педагогического контроля за спортсменами в избранном виде спорта (группе видов спорта)

41. Особенности организации педагогического контроля в структуре спортивной подготовки избранного вида спорта (группы видов спорта).

42. Влияние комплексов стретч-упражнений на функциональное состояние квалифицированных спортсменов избранного вида спорта.

43. Идеомоторная тренировка как средство психологической подготовки квалифицированных спортсменов избранного вида спорта.

44. Организационно-педагогические условия инструкторской и судейской практики спортсменов избранного вида спорта на этапе высшего спортивного мастерства.

45. Использование имитационных упражнений в подготовительный период годичного цикла подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

46. Планирование физической подготовки спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта) на этапе высшего спортивного мастерства.

47. Методика общей физической подготовки квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта).

48. Программа физической подготовки спортсменов избранного вида спорта в подготовительном периоде годичного макроцикла.

49. Методика силовой подготовки спортсменов в избранном виде спорта на тренировочном этапе многолетней подготовки.

50. Совершенствование скоростно-силовых способностей у спортсменов избранного вида спорта в подготовительном периоде годичного макроцикла.

51. Силовая подготовка спортсменов избранного вида спорта в подготовительный период годичного макроцикла.

52. Теоретико-методические основы специальной силовой подготовки квалифицированных спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта).

53. Совершенствование силовых способностей у спортсменов в избранном виде спорта (группе видов спорта) на основе применения плиометрических упражнений.

54. Методика тренировки специальной выносливости на этапе высшего спортивного мастерства в избранном виде спорта (группе видов спорта).

55. Методика развития выносливости у спортсменов избранного вида спорта на основе применения дыхательных упражнений.

56. Методика технической подготовки спортсменов избранного вида спорта на этапе спортивной специализации.

57. Методика технической подготовки спортсменов избранного вида спорта на этапе начальной подготовки.

58. Особенности организации акробатической подготовки юных спортсменов избранного вида спорта.

59. Развитие гибкости у спортсменов избранного вида спорта группы начальной подготовки.

60. Техническая подготовка спортсменов избранного вида спорта на этапе спортивной специализации

61. Специальная подготовка спортсменов избранного вида спорта на этапе совершенствования спортивного мастерства.

62. Оценивание специальной подготовленности квалифицированных спортсменов избранного вида спорта.

63. Использование координационной лестницы для развития координационных способностей юных спортсменов избранного вида спорта.

64. Совершенствование физических качеств спортсменов избранного вида спорта с использованием дифференцированных комплексов аэробики на тренировочном этапе спортивной подготовки.

65. Влияние спортивной нагрузки на функциональное состояние спортсменов избранного вида спорта.

66. Обоснование использования комплекса фитнес упражнений на тренировочном этапе спортивной подготовки спортсменов избранного вида спорта.

67. Планирование физкультурных и спортивных мероприятий спортсменов избранного вида спорта на тренировочном этапе многолетней подготовки.

68. Моделирование тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.

69. Особенности решения педагогических задач в условиях многолетнего планирования в избранном виде спорта (группе видов спорта).

70. Особенности функциональной подготовленности квалифицированных спортсменов, занимающихся различными видами спорта.

### **3.2 Примерные формулировки темы исследования (с учетом избранного вида спорта)**

1. Организация тренировочного процесс студентов лыжных видов спорта в условия вуза.

2. Применение спортивных и подвижных игр на спортивно-оздоровительном этапе подготовки в зимних видах спорта.

3. Особенности функциональной подготовленности квалифицированных спортсменов, занимающихся различными видами единоборств.

4. Проблемы и перспективы развития единоборств в России.

5. Особенности педагогической деятельности тренера по лыжному двоеборью.

6. Исследование социально-педагогических особенностей деятельности тренера по биатлону.

7. Методика развития выносливости биатлонистов на основе применения дыхательных упражнений.

8. Развитие скоростно-силовых способностей дзюдоистов в подготовительный период годичного цикла спортивной подготовки.

9. Влияние двигательных способностей на спортивно-технический результат хоккеистов.

10. Влияние спортивной нагрузки на функциональное состояние фристайлистов.

11. Особенности спортивной подготовки лыжников-двоеборцев и прыгунов на лыжах с трамплина в подготовительном периоде годового цикла
12. Совершенствование скоростно-силовой подготовленности юных лыжников-гонщиков в подготовительном периоде.
13. Методика гоночной подготовки квалифицированных лыжников-двоеборцев в подготовительный период годового цикла.
14. Методика оценки и коррекции техники лыжного хода у полиатлонисток.
15. Силовая подготовка саночников различной спортивной квалификации на основе индивидуальных тренировочных программ.
16. Методика развития координационных способностей горнолыжников группы начальной подготовки.
17. Идеомоторная тренировка как средство психологической подготовки квалифицированных каратистов.
18. Система отбора могулистов на этапе высшего спортивного мастерства.
19. Анализ эффективности силовой подготовленности фристайлистов в подготовительный период.
20. Методика технической подготовки горнолыжников-слаломистов.
21. Влияние индивидуальных морфологических особенностей спортсменов на результат прыжка на лыжах с трамплина.
22. Анализ соревновательной деятельности квалифицированных самбистов.
23. Особенности предварительного и основного этапа организации учебно-тренировочных сборов могулистов на выезде.
24. Использование комплекса имитационных упражнений в подготовительный период годового цикла подготовки прыгунов на лыжах с трамплина.
25. Структура и содержание предсоревновательного периода годового цикла подготовки квалифицированных кикбоксеров.



26. Организационно-педагогические условия построения тренировочного процесса квалифицированных лыжников-гонщиков в бесснежном периоде с применением лыжероллеров.

27. Первичная педагогическая профилактика нарушений антидопинговых правил среди спортсменов-саночников.

28. Анализ соревновательной деятельности квалифицированных фристайлистов в дисциплине парный могул.

29. Методика использования стабиллоплатформ в технической подготовке прыгунов на лыжах с трамплина.

30. Методика обучения технике спуска с горы фристайлистов на этапе начальной подготовки.

31. Оценка и коррекция стрессоустойчивости лыжников-гонщиков этапа спортивной специализации в процессе психологической подготовки

32. Развитие выносливости в лыжных видах спорта на этапе начальной подготовки.

33. Применение спортивных и подвижных игр на спортивно-оздоровительном этапе подготовки биатлонистов.

34. Формирование технико-тактических действий у юных тхэквондистов различных стилей ведения поединка в вероятностных условиях

35. Оценка и коррекция техники поворотов в ски-кроссе.

36. Анализ техники полёта зарубежных лидеров и членов сборной России.

37. Эффективность силовой подготовки хоккеистов 15-16 лет в подготовительный период годичного цикла.

38. Применение коньковых ходов на занятиях лыжной подготовкой в старших классах

39. Компьютерная стабилметрия в оценке координационных способностей боксеров на этапе совершенствования спортивного мастерства.

40. Методика психологической подготовки высококвалифицированных фристайлистов.

41. Содержание психологической подготовки юношей подросткового возраста в биатлоне.

42. Совершенствование техники прыжка на лыжах с трамплина квалифицированных лыжников-двоеборцев.

43. Обучение и совершенствование техники коньковых лыжных ходов у юных лыжников-гонщиков.

44. Обучение согласованности технико-тактических действий хоккеистов 10-12 лет в типовых ситуациях игры.

45. Формирование умений применения действий нападения и обороны у дзюдоистов этапа спортивной специализации.

## **4 МЕТОДИКА ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

### **4.1 Изучение заданий контрольной работы**

После выбора тематики научного исследования для выполнения контрольной работы изучаются предложенные в методических указаниях требования и задания.

Перед тем, как начать выполнять задание, ознакомьтесь с таблицами оценочной шкалы. Внимательно изучите критерии балловой оценки заданий.

Внимательно прочтите и ознакомьтесь с содержанием темы. Для этого обратитесь к списку обязательной литературы. С целью углубленного понимания того или иного аспекта темы воспользуйтесь материалами хрестоматии и списком дополнительной литературы. Список не является исчерпывающим. Приветствуется использование студентом самостоятельно выявленной литературы.

Наибольшее внимание стоит обратить на первый раздел контрольной работы. Подбирая фактический материал для определения актуальности, обращайтесь внимание на последние события, используйте актуальные фактические данные и статистические обзоры за последние два-три года.

Предварительный анализ учебной литературы, связанной с выбранной проблемой и подходами к научно-методической деятельности в сфере физической культуры и спорта, поможет лучше понять суть задания и успешно выполнить второй раздел контрольной работы и сформулировать методологический аппарат исследования (объект, предмет, гипотезу, цель и задачи исследования), корректно подобрать методы исследования. Затем еще раз повторите материал, акцентируя внимание на те аспекты, которые указаны в методических рекомендациях.

В третьем разделе работы, раскрывая тот или иной вопрос, старайтесь давать более детальную классификацию, если необходимо, подробно раскрывать понятия, определения и термины. Как можно чаще, обращайтесь к

нормативным актам и иным источникам, для обоснования своей позиции; желательно делать на них ссылки.

Стиль изложения результатов теоретического анализа должен быть научным, четким и связным, выдержанным в логической последовательности. Излагать материал необходимо однозначно, понятным языком. Все положения должны быть развернуты и обоснованы, конкретная фактическая информация – подкреплена ссылками на источники.

#### **4.2 Подбор литературы для выполнения контрольной работы**

Выполнение контрольной работы следует начинать с подбора литературы. При этом целесообразно придерживаться списка литературы, рекомендуемого кафедрой, так как он соответствует программе дисциплины «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта».

При выполнении первого и второго раздела контрольной работы ориентируйтесь на содержание обязательной литературы, а для наполнения третьего раздела работы подберите учебную литературу из дополнительных источников.

Содержание контрольной работы раскрывается на основе изучения разнообразной литературы – официальных документов, статистических сборников, учебников, учебных пособий, монографий и статей в периодических изданиях области физической культуры и спорта.

Для раскрытия особенностей спортивной подготовки в избранном виде спорта подберите учебную литературу самостоятельно. Для поиска источников учебной литературы воспользуйтесь ресурсами электронных библиотек:

1 Электронно-библиотечная система MarcSQL (Электронная библиотека ЧГАФКиС) <http://bibleo.chifk.ru/marcweb2/Default.asp>;

2 Электронно-библиотечная система IPR SMART  
<https://www.iprbookshop.ru/>;

3 «Сетевая электронная библиотека вузов физкультуры и спорта» (ООО ЭБС «Лань») <https://e.lanbook.com/>;

4 Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/window>;

5 ЭБС «Университетская Библиотека Онлайн» [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_blocks&view=main\\_ub](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&view=main_ub);

6 Российская государственная библиотека <https://www.rsl.ru>;

Для ознакомления с актуальной информацией в сфере спорта и действующим законодательством используйте ресурсы сайта Министерства спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/> и справочную правовую систему «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru/>.

В ходе теоретического обоснования выбранной темы научного исследования необходимо проанализировать научные издания (журналы, сборники статей или тезисов, монографии, диссертации).

Публикуемые в периодической печати статьи содержат четко и профессионально скомпонованный теоретический материал, отличаются оперативностью информации, обилием новых фактов и цифровых данных.

Для поиска научных изданий можно воспользоваться поисковым сервисом Google Академия <https://scholar.google.ru/> или сайтами научных библиотек:

1 Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <https://elibrary.ru>;

2 Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru>;

3 Российская электронная база научных публикаций Scholar.ru <http://www.scholar.ru>.

К перечню литературы необходимо относиться критически, т.к., с одной стороны темпы издания учебной и научной литературы не соответствуют темпам изменения жизни в стране, а с другой - каждый день может появиться новая книга (научная статья и т.п.) по исследуемой теме, не вошедшая в список рекомендуемой литературы. Поэтому студент должен самостоятельно

осуществлять подбор литературы по теме. Количество дополнительных литературных источников (особенно научных статей и монографий) является одним из показателей самостоятельной работы студента. С осторожностью следует использовать интернет-ресурсы, т.к. исследование должно базироваться на научных и учебных источниках, официальной статистической информационной базе, подтвержденных статусом автора или сайта.

В ходе работы с литературой студент уточняет и конкретизирует план контрольной работы, самостоятельно вносит изменения и дополнения, но с таким расчетом, чтобы внесенные корректировки способствовали раскрытию темы. На основе обзора учебной, научной и справочно-правовой литературы пишется теоретический раздел контрольной работы.

#### **4.3 Порядок выполнения контрольной работы**

Для успешного выполнения работы создайте условия, которые отвечают требованиям гигиены умственного труда: удобное место, достаточное освещение, тишина, перерывы, необходимое оборудование.

Начинайте выполнять контрольную работу с её осмысления: определите цель, содержание, степень актуальности, уровень усвоения, объем, сроки, этапы и приемы выполнения. Спланируйте и соблюдайте затем последовательность действий. Познакомьтесь с примерами формулировок отдельных элементов работы.

Изучите вначале теоретическую основу задания (законодательные материалы, учебники, авторефераты диссертаций и др.), затем принимайтесь за письменную работу или другие практические действия.

Старайтесь выполнять задание самостоятельно, применяя знания и умения, усвоенные ранее. Определите свой оптимальный ритм работы.

Для раскрытия содержания каждого раздела контрольной работы необходимо внимательно вчитаться в выбранную тему научного исследования, а затем аргументировано, сжато, *своими словами* изложить

существующие в теории и методике избранного вида спорта точки зрения на данный вопрос.

## Раздел «1 АКТУАЛЬНОСТЬ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ»

Актуальность предполагает описание ситуации, которая предопределила необходимость научного исследования по выбранной теме. В данном разделе контрольной работы студент выявляет противоречия исследования и формулирует проблему исследования.

### **Пример актуальности темы «Физическая подготовка квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием мониторинга функционального состояния»**

**Актуальность исследования.** В последние десятилетия произошли радикальные изменения в лыжных гонках: расширился календарь соревнований (добавились коммерческие старты); увеличилось количество соревновательных дисциплин; уравнились программы соревнований для женщин и мужчин, что требует более серьезной подготовленности от лыжниц-гонщиц; увеличилась степень локализации соревновательной деятельности спортсмена на лыжном стадионе, а не на трассе, чтобы увеличить просмотры спортивных трансляций и привлечь больше аудитории; изменились условия старта (применяется масс-старт, гонка преследования) для популяризации и зрелищности лыжных гонок; проявляется тенденция к «универсализации» спортсменов, чтобы успешно выступать во всех соревновательных дисциплинах, в связи с этим меняется и методика физической подготовки спортсменов (Т. Г. Львова, 2004; К. С. Дунаев, 2008; А. Н. Илькин, 2013; А. И. Головачев, 2014; А. И. Головачев, В. И. Колыхматов, С. В. Широкова, 2019).

Поиск оптимального сочетания тренировочных нагрузок, направленных на улучшение функционального состояния, является очень важной и актуальной проблемой подготовки лыжниц. Выявление объективных факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности лыжниц-гонщиц, позволит рационально распределить тренировочные воздействия во временном интервале годичной подготовки. В связи с этим, появилась необходимость уточнить характеристику средств и методов, применяемых в физической подготовке лыжниц-гонщиц высокой квалификации, определить параметры нагрузки, с большей вероятностью способствующие совершенствованию функционального состояния и достижению ожидаемого тренировочного эффекта в соответствии с современными требованиями к уровню соревновательной готовности спортсменов (J. M. Zuniga, K. Berg, J. Noble, J. Harder, M. E. Chaffin, V. S. Hanumanth, 2011; O. Sandbakk, H. C. Holmberg, S. Leirdal, G. Ettema, 2011; W. L. Kenney, J. H. Wilmore; D. L. Costill, 2012; Е. Л. Белова, Н. В. Румянцева,

2014; А. А. Грушин, А. Г. Баталов, В. Д. Сонькин, 2013; Д. О. Малеев, 2016 и др.).

Вышеизложенное позволило выявить наличие проблемной ситуации, которая характеризуется **противоречием** между необходимостью выбора методов, средств физической подготовки лыжниц-гонщиц, а также их оптимального сочетания в годичном цикле с учётом данных мониторинга функционального состояния и недостатком точных рекомендаций по составу, приоритетности применения этих методов и средств в тренировочном процессе.

Данное противоречие позволило сформулировать **проблему исследования**, которая заключается в необходимости обоснования и разработки методики физической подготовки на современном этапе с использованием мониторинга функционального состояния лыжниц-гонщиц.

## Раздел «2 ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ»

Методология научного исследования в контрольной работе включает следующие компоненты: объект, предмет, гипотеза, цель, задачи и методы исследования.

### **Пример методологии исследования по теме «Физическая подготовка квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием мониторинга функционального состояния»**

**Объект исследования:** процесс физической подготовки квалифицированных лыжниц-гонщиц.

**Предмет исследования:** методика физической подготовки квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием результатов мониторинга их функционального состояния.

**Цель исследования:** теоретически обосновать, разработать и экспериментально апробировать методику физической подготовки квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле подготовки с использованием результатов мониторинга их функционального состояния.

**Гипотеза исследования:** предполагалось, что эффективность физической подготовки высококвалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле будет существенно выше, если:

- дифференцировать лыжниц-гонщиц на группы в соответствии со специализацией: «спринт», «дистанция», «универсалы» для реализации дифференцированного подхода и воздействия на «слабые» физические качества спортсменов;

- учитывать результаты мониторинга функционального состояния квалифицированных лыжниц-гонщиц по наиболее информативным



показателям для индивидуализации и коррекции нагрузок в процессе физической подготовки спортсменов.

**Задачи исследования:**

1. Определить методы и средства физической подготовки лыжниц-гонщиц и их оптимальные сочетания в годичном цикле с учётом текущего и этапного функционального состояния.

2. Разработать методику физической подготовки квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием результатов мониторинга их функционального состояния.

3. Экспериментально обосновать эффективность применения разработанной методики физической подготовки квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием результатов мониторинга их функционального состояния.

**Методы исследования:** теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы; анализ документальных материалов; педагогическое наблюдение; антропометрия; медико-биологические методы; контрольные испытания; метод моделирования; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

### Раздел «3 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТЕМЫ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ»

В разделе теоретического обоснования рассматриваются основные понятия избранной темы, посредством обзора литературы излагаются различные научные взгляды и гипотезы по данной проблеме. Обсуждается практическая реализация теоретических взглядов в различных ситуациях.

В процессе написания этого раздела важно сформулировать свое отношение к рассматриваемому вопросу, попытаться обосновать свою точку зрения. Именно собственная позиция студента в данном вопросе и будет являться одним из показателей его самостоятельности. Целесообразно структурировать материал по подразделам.

При работе с текстом учебных и научных изданий читайте весь текст, составьте целостное представление об изложенных в нем событиях, явлениях. Внимательно рассмотрите карты, схемы, чертежи, таблицы и другие иллюстрации.

Обратите внимание на выделенные в тексте новые понятия. Формулировки правил, принципов тренировки, обобщения, выводы, основные

факты, хронологию. Составьте развернутый план, это поможет в осмыслении научной информации.

Вспомните, что изучалось ранее по данной тематике. Иногда необходимо восстановить в памяти базовые положения, принципы, законы, понятия, которые были изучены ранее на профильных дисциплинах в области теории и методики физической культуры и спорта.

Постарайтесь связать учебную информацию с современными научными представлениями, определить значение новых знаний для будущей профессиональной тренерской деятельности.

В случае необходимости обратитесь к тематическим словарям, предметным и энциклопедиям. Выпишите новые понятия, термины иностранного происхождения, цитаты.

Цитаты следует приводить в случаях, когда они служат базой, отправным моментом или аргументом какого-либо тезиса или являются объектом анализа автора контрольной работы. Цитата приводится в кавычках; цитирование какого-либо источника может быть изложено путем косвенной речи, после цитаты или цитирования ставится номер сноски.

При использовании статистических данных и цитат обязательно нужно делать ссылки на книги и журналы, из которых вы их заимствовали. Если же студент излагает положения, содержащиеся в опубликованных работах, своими словами, то сноски не требуются.

Для иллюстрации теоретических положений необходимо использовать графики, таблицы, статистические материалы, которые также требуют ссылок на соответствующие источники.

Важны логическая последовательность изложения и исключение диспропорций между отдельными разделами и подразделами контрольной работы. Выводы должны быть обоснованы и иметь практическую значимость.

В заключении на основе результатов теоретического анализа излагаются общие выводы по исследуемой теме. Выводы должны быть краткими и четкими, дающими представление о содержании и значимости работы, и

коррелироваться с задачами, обозначенными во втором разделе контрольной работы.

После решения задачи необходимо оформить список использованной литературы (см. приложение Б).

**Пример структуры теоретическое обоснование темы научного исследования «Физическая подготовка квалифицированных лыжниц-гонщиц в годичном цикле с использованием мониторинга функционального состояния»**

3.1 Анализ периодизации спортивной подготовки в лыжных гонках

3.2 Специфика физической подготовки в лыжных гонках

3.3 Особенности построения тренировочного процесса в лыжных гонках на современном этапе

3.4 Мониторинг функционального состояния как часть тренировочного процесса

## 5 ПОРЯДОК ОТПРАВКИ НА ПРОВЕРКУ И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Прежде чем защитить готовую работу, обучающемуся необходимо ее отправить на поверку преподавателю. Работа для проверки загружается в электронный учебный курс «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта» по соответствующей спортивной специализации, размещенный в ЭИОС (электронную информационно-образовательной среде) Чайковской государственной академии физической культуры и спорта (<https://eios.chgafkis.ru/>) не менее чем за 2 недели до защиты.

В названии файла контрольной работы указать фамилию и группу обучающегося. *Например: Иванов, 41.doc*

После того как преподавателем было принято положительное решение о соответствии контрольной работы указанным в настоящих методических указаниях требованиям, работа может быть оформлена автором в печатном виде.

Если преподаватель отмечает существенные недостатки и не допускает работу к защите, контрольная работа возвращается автору на доработку. В этом случае в контрольную работу следует внести изменения и корректировки.

В случае возникновения вопросов по выполнению контрольной работы обучающемуся следует обратиться к преподавателю за консультацией. Срок выполнения контрольной работы определяется преподавателем, и она должна быть сдана в печатном виде не позднее даты предэкзаменационной консультации по дисциплине «Научно-методическая деятельность в избранном виде спорта».

Защита работы может проходить в разных формах:

1) в форме сообщения (автор работы выступает с коротким сообщением (5-7 мин.), в ходе которого освещает состояние проблемы, результат работы с источниками, делает обобщение результатов теоретического исследования. После доклада выступающий отвечает на вопросы;

2) в форме собеседования, в ходе которого обучающийся отвечает на вопросы, связанные с содержанием выполненной работы. Примерные вопросы к собеседованию:

– Какие противоречия исследования были выявлены в ходе теоретического анализа?

– В чём заключается проблема Вашего исследования?

– Что является объектом Вашего исследования?

– Что является предметом Вашего исследования?

– В чём заключается гипотеза Вашего исследования?

– Сформулируйте цель Вашего исследования.

– Какие задачи исследования могут быть решены в ходе выполнения выпускной квалификационной работы?

– Какие ученые занимались изучением проблемы Вашего исследования?

– Какие методы исследования необходимо использовать для изучения проблемы Вашего исследования?

– Какие выделяют этапы исследования в рамках написания выпускной квалификационной работы?

– Какие ключевые вопросы необходимо рассмотреть в ходе теоретического анализа для решения задач Вашего исследования?

– Какие электронные ресурсы Вы использовали для поиска информации по проблеме Вашего исследования?

– Дайте определения основным понятиям, заявленным в направлении Вашего исследования?

– В чём заключается основная суть Вашего исследования?

– Какие выводы Вы сделали по результатам теоретического анализа информации по избранному направлению исследования?

3) заочная форма (работы, соответствующие требованиям, могут быть защищены заочно, в результате прочтения текста работы преподавателем, ведущим дисциплину. По итогам прочтения и проверки на оригинальность текста выставляется оценка).

Как правило, защита проходит в студенческой группе.

## 6 ОЦЕНКА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Оценка контрольной работы заключается в определении уровня теоретических и практических знаний студента, его умения применять их для решения конкретных задач профессиональной деятельности.

В соответствии с поставленными целями и задачами студент в процессе выполнения контрольной работы должен:

- обосновать актуальность выбранной темы, ее научную и практическую ценность и значение для сферы физической культуры и спорта;
- усовершенствовать свои базовые теоретические знания по выбранной теме в процессе изучения первоисточников (монографий, статей в научных журналах и сборниках, нормативно-технической документации), а также справочно-правовой литературы по избранной теме;
- адекватно выбрать метод исследования и собрать необходимые материалы для осуществления теоретического анализа проблемы в избранном виде спорта;
- провести теоретический анализ научных исследований, проанализировать собранные данные и сделать собственное обобщение (заключение или выводы);
- оформить контрольную работу в соответствии с требованиями.

Подготовленная и оформленная в соответствии с настоящими требованиями контрольная работа оценивается преподавателем по следующим критериям:

	Оценка	Критерии оценки
Зачтено	«отлично»	Содержание контрольной работы изложено последовательно с использованием современной терминологии. Представлен полный, развернутый ответ на все поставленные теоретические вопросы, корректная формулировка понятий и категорий, успешное решение практических вопросов с необходимыми пояснениями. Работа имеет элементы научного исследования. Сформулированы развернутые, самостоятельные выводы по работе. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в

		методических рекомендациях, написана с соблюдением норм литературного языка. Работа выполнена в срок.
	«хорошо»	Содержание контрольной работы изложено последовательно. Представлен развернутый ответ на все поставленные вопросы. Сформулированы выводы по работе. Имеются несущественные ошибки. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в методических рекомендациях, написана с соблюдением норм литературного языка. Работа выполнена в срок.
	«удовлетворительно»	Содержание контрольной работы изложено бессистемно. При ответе на поставленные вопросы имеются существенные ошибки. Сформулированы общие выводы по работе. Работа оформлена в соответствии с требованиями, представленными в методических рекомендациях, написана с соблюдением норм литературного языка.
<b>Не зачтено</b>	«неудовлетворительно»	Большая часть требований, предъявляемых к контрольной работе, не выполнена.

### **Внимание.**

1. *Не допускается сдача взятых из сети Internet контрольных работ,* поскольку, *во-первых,* это будет рассматриваться как попытка обмана преподавателя, *во-вторых,* это приводит к формализации получения знаний, *в-третьих,* в мировой практике ведется борьба с плагиатом при сдаче контрольных работ вплоть до отчисления студентов от обучения.

*В подобном случае работа не принимается, и студент получает новую тему.*

2. Студент, не подготовивший контрольную работу, считается не выполнившим учебный план и не может быть допущен к экзамену.

## ЛИТЕРАТУРА

### Рекомендуемая литература

1 Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта / В.Г. Никитушкин: учебник-М.: Советский спорт, 2013. – 280 с. – ISBN 978-5-9718-0616-5. – Текст : непосредственный.

2 Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте / Г.И. Попов: учебник - М: Академия, 2015. – 189 с. – ISBN 978-5-4468-1047-5. – Текст : непосредственный.

3 Шкляр М.Ф. Основы научных исследований : учебное пособие для бакалавров / Шкляр М.Ф.. — Москва : Дашков и К, 2020. — 208 с. — ISBN 978-5-394-03956-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110966.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### Дополнительная литература

4 Глотова, М. Ю. Математическая обработка информации : учебник и практикум для вузов / М. Ю. Глотова, Е. А. Самохвалова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 301 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13622-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489139> (дата обращения: 19.11.2022).

5 Дисько, Е. Н. Основы теории и методики спортивной тренировки : учебное пособие / Е. Н. Дисько. – Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2018. – 252 с. – ISBN 978-985-503-802-4. – Текст : непосредственный.

6 Карась Т.Ю. Теория и методика физической культуры и спорта : учебно-практическое пособие / Карась Т.Ю.. — Комсомольск-на-Амуре, Саратов : Амурский гуманитарно-педагогический государственный



университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019. — 131 с. — ISBN 978-5-4497-0149-7. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/85832.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/85832>

7 Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта : учебное пособие / Кокоулина О.П.. — Москва : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-374-00429-8. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/11049.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

8 Никитушкин В.Г. Метаучение о воспитании двигательных способностей : монография / Никитушкин В.Г., Германов Г.Н., Купчинов Р.И.. — Воронеж : Элист, 2016. — 507 с. — ISBN 978-5-87172-083-7. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/52018.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

9 Никитушкина Н.Н. Организация методической работы в спортивной школе : учебно-методическое пособие / Никитушкина Н.Н.. — Москва : Издательство «Спорт», 2019. — 320 с. — ISBN 978-5-9500181-8-3. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83623.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

10 Никитушкин В.Г. Спорт высших достижений. Теория и методика : учебное пособие / Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П.. — Москва : Издательство «Спорт», 2018. — 320 с. — ISBN 978-5-9500178-0-3. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74302.html> (дата обращения: 19.11.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

11 Никитушкин, В.Г. Теория и методика детского-юношеского спорта : учебник для вузов / Никитушкин В.Г. — Москва : Спорт, 2021. — 328 с. — ISBN 978-5-907225-66-4. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. —

URL: <https://www.iprbookshop.ru/110431.html> (дата обращения: 19.11.2022). —

Режим доступа: для авторизир. пользователей

12 Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать : профессия-тренер / Н.Г. Озолин. — Москва : АСТ АСТРЕЛЬ, 2003. — 863 с. — ISBN 5170124783. — Текст : непосредственный.

13 Петров П.К. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебное пособие / Петров П.К.. — Саратов : Вузовское образование, 2020. — 377 с. — ISBN 978-5-4487-0737-7. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98504.html>

14 Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика : монография/ Л.П. Сергиенко. — М.: Советский спорт, 2013.— 1048 с. — ISBN 978-5-9718-0458-1. — Текст : непосредственный.

15 Современная система спортивной подготовки : монография / Л. П. Матвеев, В. Н. Платонов, В. П. Филин [и др.] ; под редакцией Б. Н. Шустина. — 2-е изд. — Москва : Спорт, 2020. — 440 с. — ISBN 978-5-907225-36-7. — Текст : непосредственный.

16 Спортивная тренировка : учебно-методическое пособие / сост. С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 105 с. — ISBN 2227-8397.

17 Теория и методика физической культуры : учебник для вузов / Ю.Ф. Курамшин, В.И. Григорьев, Н.Е. Латышева [и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. — М.: Советский спорт, 2007. — 464 с. — ISBN 5-85009-888-7

18 Трифонова Н.Н. Спортивная метрология : учебное пособие / Трифонова Н.Н., Еркомайшвили И.В.. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016. — 112 с. — ISBN 978-5-7996-1696-0. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/66597.html>

19 Фискалов В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник / В. Д. Фискалов. — М. : Советский спорт, 2010. — 392 с. — ISBN 978-5-9718-2462-8. — Текст : непосредственный.

20 Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. – 480 с.– ISBN 978-5-4468-0491-1.

**ПРИЛОЖЕНИЕ А**  
**Форма титульного листа контрольной работы**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННАЯ  
АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»  
(ФГБОУ ВО «ЧГАФКиС»)

Кафедра Теории и методики лыжных гонок и биатлона

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**

по дисциплине «Научно-методическая деятельность в избранном виде  
спорта»

на тему «Теоретико-методологическое обоснование научного исследования  
в избранном виде спорта»

Выполнил(а):  
Студент ... группы, ОФО  
Фамилия Имя Отчество

Проверил(а):  
к.п.н., доцент кафедры АФКиМБД  
Попова Анна Ивановна

Чайковский, 2022

**ПРИЛОЖЕНИЕ Б**  
**Примеры библиографических записей**  
**в списке литературы**  
**(Библиографические записи оформляются в соответствии с требованиями ГОСТ Р**  
**7.0.100-2018 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие**  
**требования и правила составления»)**

*Для книг:*

1. Кравченко, А.И. Методология и методы социологических исследований : учебник / А. И. Кравченко. - Москва : Юрайт, 2016. – 828с. – ISBN 978-59916-3330-7.
2. Зебзеев, В.В. Организация и проведение соревнований по прыжкам на лыжах с трамплина и лыжному двоеборью : учеб. пособие / В. В. Зебзеев, О.С. Зданович, Г.Ю. Прокопенко. - Чайковский : ЧГИФК, 2016. - 131 с.
3. Кравченко, А.И. Социология : учебник / А. И. Кравченко. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2016. – 384 с. – ISBN 978-5-9916-6108-9.

*Законодательный материал:*

1. Российская Федерация. Законы. Уголовный кодекс Российской Федерации : УК : текст с изменениями и дополнениями на 1 августа 2017 года : [принят Государственной думой 24 мая 1996 года : одобрен Советом Федерации 5 июня 1996 года]. - Москва : Эксмо, 2017. - 350 с. - (Актуальное законодательство). - ISBN 978-5-04-004029-2. - Текст : непосредственный.
2. Российская Федерация. Законы. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон № 131-ФЗ : [принят Государственной думой 16 сентября 2003 года : одобрен Советом Федерации 24 сентября 2003 года]. - Москва : Проспект ; Санкт-Петербург : Кодекс, 2017. - 158 с. - ISBN 978-5-392-26365-3. - Текст : непосредственный.

*Статьи из журналов:*

1. Азеев А.А. Повышение эффективности тренировочного процесса тяжелоатлетов на основе биомеханического контроля текущей и эталонной траектории штанги / А.А. Азеев, А.Е. Азеев, Е.Н. Михайленко [ и др.]. - Текст : электронный //Вестник спортивной науки. – 2020. - № 2. – с. 4 – 9. – ISSN: 1998-0833. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=98249> (дата обращения 13.10.2020).
2. Борина Ю.Ю. Программно-целевой подход как основа развития хоккея в Пермском крае/ Ю.Ю. Борина, Д.А. Морозов, А.В. Смирнова// Экспериментальная и инновационная деятельность - потенциал развития отрасли физической культуры и спорта : материалы Всероссийской научно-практической конференции 18-19 сентября

2020г.(г.Чайковский, Пермский край): в 2 т. Т. 1. - Чайковский : ЧГИФК, 2020. – с. 50-58. - ISBN 978-5-94720-054-6.

*Для учебных материалов 1-2 автора:*

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - Москва : Академия, 2014. – 480 с.– ISBN 978-5-4468-0491-1.

*Для учебных материалов 3 автора:*

1. Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2017. - 274с. – ISBN 978-5-534-04410-0.

*Для учебных материалов 4 автора:*

1. Медико-биологический контроль функционального состояния и работоспособности пловцов в тренировочном и соревновательном процессах : метод. рекомендации / А.Н. Поликарпочкин, И.В. Левшин, Ю.А. Поварещенкова, Н.В. Поликарпочкина. - Москва : Советский спорт, 2014. - 128с. : ил. – ISBN 978-5-9718-0703-2.

*Для учебных материалов 5 и более авторов:*

2. Экологическая безопасность в России / А.И. Воложин, Г.В. Порядин, А.Н. Казимирский и др. // Проблемы экологии. – 2011. – №3. – С.4 –7.

3. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник / Т.В. Састамойнен, Т.Э. Круглова, Т.С. Чернецкая [и др.]. - Москва : Академия, 2014. - 240с.– ISBN 978-5-4468-0583-9.

*Оформление электронных источников:*

Официальный сайт

1. Правительство Российской Федерации : официальный сайт. - Москва. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://government.ru> (дата обращения: 19.02.2018). - Текст : электронный.

2. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации : официальный сайт. - 2017. - URL: <https://rosmintrud.ru/docs/1281> (дата обращения: 08.04.2017). - Текст : электронный.

Электронная библиотека

1. IPRBOOKS : электронно-библиотечная система : сайт / учредитель ООО Компания "Ай Пи Ар Медиа". – Саратов, 2018. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/74203.html> (дата обращения: 26.10.2020). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст: электронный.

2. eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. - Москва, 2000. - URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 09.07.2019). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст: электронный.

3. ЭБС Юрайт : электронная библиотечная система : сайт. - Москва, 2013. - URL: <https://biblio-online.ru> (дата обращения: 09.08.2019). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст: электронный.

4. Электронная библиотека : библиотека диссертаций : сайт / Российская государственная библиотека. - Москва : РГБ, 2003. - URL: <http://diss.rsl.ru/?lang=ru> (дата обращения: 20.07.2018). - Режим доступа: для зарегистрир. читателей РГБ. - Текст: электронный.

#### Электронный журнал

1. Вестник спортивной науки : электронный журнал / Федеральный научный центр физической культуры и спорта; главный редактор Б.Н. Шустин. – Москва : Спорт, 2020. – Выходит 1 раз в два месяца. - ISSN 1998-0833. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=98249> (дата обращения: 26.10.2020). - Текст : электронный.

2. Наука – 2020 : электронный журнал / учредитель и издатель Межрегиональная Академия безопасности и выживания; редакционная коллегия: С.Ю Махов (главный редактор) [и др.]. – Орел, 2020. – ISSN 2413-6379. - URL: <http://www.iprbookshop.ru/97081.html> (дата обращения: 26.10.2020). - Текст : электронный.

3. Вопросы государственного и муниципального управления : Public administration issues : электронный журнал. - URL: <https://vgmu.hse.ru/about> (дата обращения: 28.06.2017). - Текст : электронный.

4. Теория и практика каталогизации и поиска библиотечных ресурсов : электронный журнал. - URL: <http://www.nilc.ru/journal/>. - Дата публикации: 21 апреля 2017. - Текст : электронный.

#### Сайт, портал

1. Газета.Ру : [сайт] / учредитель АО «Газета.Ру». - Москва, 1999. - Обновляется в течение суток. - URL: <https://www.gazeta.ru> (дата обращения: 15.04.2018). - Текст : электронный.

2. Российская книжная палата : [сайт]. - 2018. - URL: <http://bookchamber.ru/isbn.html> (дата обращения: 22.05.2018). - Текст : электронный.

3. ТАСС : информационное агентство России : [сайт]. - Москва, 1999. - Обновляется в течение суток. - URL: <http://tass.ru> (дата обращения: 26.06.2018). - Текст : электронный.