

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Ярославский государственный педагогический  
университет им. К. Д. Ушинского»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.02 «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ,  
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И  
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

Образовательная программа: основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре

Направление подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки

Направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Присваиваемая квалификация:

**«Исследователь. Преподаватель-исследователь»**

Разработчики:  
профессор кафедры теории  
физической культуры  
доктор биологических наук

А.Д. Викулов

Утверждено на заседании кафедры  
Теории физической культуры

«19» 06 2018 г., протокол № 10

Зав. кафедрой

А.Д. Викулов

Ярославль  
2018

## 1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» - интегральное осмысление всей совокупности свойств и связей, объединяющих различные компоненты физической культуры как целостного многогранного явления, раскрытие общих закономерностей ее функционирования и развития, достижение соответствия уровня подготовленности обучающегося к решению профессиональных задач и требованиям ФГОС ВО ОПОП направления подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки, профиль Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Основными задачами курса являются:

- владение навыками научно-исследовательской деятельности в области физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;
- умение разрабатывать и использовать педагогические технологии для решения задач образования, науки, культуры и социальной сферы;
- осуществление преподавательской деятельности по образовательным программам высшего образования.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» включена в **вариативную часть ОП**. Шифр дисциплины – **Б1.В.02**.

Дисциплина базируется на знаниях, полученных аспирантами в результате освоения образовательной программы высшего образования второго уровня (магистратура, специалитет), а также в результате освоения дисциплин «Методология педагогического исследования», «История и философия науки».

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен:

- **знать** базовые положения и основную научную проблематику в изучаемой предметной области, модели мышления, характерные для соответствующего профессионального сообщества; алгоритмы овладения новыми знаниями с целью повышения своего интеллектуального и общекультурного уровня;
- **уметь** осуществлять последовательность действий на основе обоснованного выбора адекватных проблеме знаний, информации и поставленных целей;
- выявлять проблемные несоответствия, выделять составные части проблемы и отделять ее ключевые аспекты от второстепенных;
- самостоятельно получать новые знания и исследовать проблему на основе анализа и синтеза информации;
- **владеть** опытом рассмотрения изучаемого объекта как системы, как целого с его структурными компонентами и разнообразными связями;
- анализировать причинно-следственные связи явлений, оценивать степень их сложности и значимости в развитии исследуемых процессов;
- опытом планирования самостоятельной познавательной деятельности в соответствии с актуальными тенденциями конкретной области профессиональных знаний.

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен обладать следующими компетенциями: способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1); способность проектировать и осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного научного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки (УК-2); способность следовать этическим нормам в профессиональной деятельности (УК-5).

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» изучается параллельно с освоением таких дисциплин, как: Б1.В.04 «Организация педагогического процесса в вузе», Б1.В.ДВ.01.01 «Актуальные проблемы современного спорта» / Б1.В.ДВ.01.02 «Физиологические основы развития физических качеств».

Дисциплина «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» направлена на подготовку к сдаче кандидатского экзамена, осуществление научно-исследовательской деятельности аспиранта по направленности программы аспирантуры и подготовку научного доклада о результатах НКР (диссертации).

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: УК-1, УК-2, ОПК-4, ОПК-5, ПК-1, ПК-3.

КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Средства формирования	Средства оценивания	Уровни освоения компетенций
Шифр компетенции	Формулировка				
Универсальные компетенции:					

УК-1	Способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях	<p><b>Знать:</b> -методы критического анализа и оценки современных научных достижений, в том числе в междисциплинарных областях; - методы решения исследовательских и практических задач</p> <p><b>Уметь:</b> -анализировать методологические проблемы, возникающие при решении исследовательских и практических задач, предлагать альтернативные варианты их решения</p> <p><b>Владеть:</b> - навыками критического восприятия информации, аргументированного изложения собственной точки зрения, ведения дискуссий</p>	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.	Доклад Методическая разработка Тест Экзамен	<p><b>Базовый:</b> <b>Знать:</b> -методы критического анализа и оценки современных научных достижений, в том числе в междисциплинарных областях; - методы решения исследовательских и практических задач</p> <p><b>Повышенный</b> <b>Уметь:</b> -анализировать методологические проблемы, возникающие при решении исследовательских и практических задач, предлагать альтернативные варианты их решения</p> <p><b>Владеть:</b> - навыками критического восприятия информации, аргументированного изложения собственной точки зрения, ведения дискуссий</p>
УК-2	Способность проектировать и осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки	<p><b>Знать:</b> - специфику междисциплинарного подхода к осуществлению комплексных исследований</p> <p><b>Уметь:</b> - использовать методы организации междисциплинарных исследований при оценке современных научных концепций и теорий</p>	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.	Доклад Методическая разработка Тест Экзамен	<p><b>Базовый:</b> <b>Знать:</b> - специфику междисциплинарного подхода к осуществлению комплексных исследований</p> <p><b>Повышенный</b> <b>Уметь:</b> - использовать методы организации междисциплинарных исследований при оценке современных научных концепций и теорий</p>

**Общепрофессиональные компетенции:**

<p><b>ОПК-4</b></p>	<p>Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук</p>	<p><b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики</p>	<p>Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.</p>	<p>Доклад Методическая разработка Тест Экзамен</p>	<p><b>Базовый:</b> <b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики</p>
<p><b>ОПК-5</b></p>	<p>Способность моделировать, осуществлять и оценивать образовательный процесс и проектировать программы дополнительного профессионального образования в соответствии с потребностями работодателя</p>	<p><b>Знать:</b> - технологию проектирования программ дополнительного профессионального образования в соответствии с потребностями работодателей <b>Уметь:</b> - моделировать образовательный процесс и проектировать программы дополнительного образования в соответствии с потребностями работодателей <b>Владеть:</b> - навыками моделирования и оценки образовательного процесса; навыками проектирования образовательных программ в соответствии с потребностями работодателя</p>	<p>Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.</p>	<p>Доклад Методическая разработка Тест Экзамен</p>	<p><b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - технологию проектирования программ дополнительного профессионального образования в соответствии с потребностями работодателей <b>Уметь:</b> - моделировать образовательный процесс и проектировать программы дополнительного образования в соответствии с потребностями работодателей <b>Повышенный:</b> <b>Владеть:</b> - навыками моделирования и оценки образовательного процесса; навыками проектирования образовательных программ в соответствии с потребностями работодателя</p>
<p><b>Профессиональные компетенции:</b></p>					

ПК-1	Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (формулировать проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	<p><b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p><b>Уметь:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p><b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования</p>	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.	Доклад Методическая разработка Тест Экзамен	<p><b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p><b>Уметь:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p> <p><b>Повышенный:</b> <b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования</p>
ПК-3	Способность организовать научно-исследовательскую, проектную, учебно-профессиональную и иную деятельность обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП	<p><b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p> <p><b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся</p>	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Работа с нормативно-правовыми источниками. Подготовка докладов.	Доклад Методическая разработка Тест Экзамен	<p><b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p> <p><b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся</p>

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
Контактная работа с преподавателем (всего)	18			16	2
В том числе:					
Лекции	6			6	
Семинары (С)	12			10	2
Самостоятельная работа (всего)	126			56	70
В том числе:					
Подготовка методической разработки				10	20
Изучение, конспектирование, реферирование, аннотирование научной литературы (работа с научной литературой)				20	20
Анализ нормативно-правовых источников				10	10
Подготовка докладов с презентациями				6	10
Подготовка к практическим занятиям				10	10
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)					Экзамен 36
Общая трудоемкость часов зачетных единиц	180			72	108
	5			2	3

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Введение в теорию физической культуры.	Методологические основы теории физической культуры. Физическая культура как общественное явление.
2	Общая теория и методика физического воспитания.	Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры. Принципы физического воспитания. Средства физического воспитания. Основы обучения двигательным действиям. Воспитание физических качеств. Методы физического воспитания. Формы организации физического воспитания. Программное обеспечение физического воспитания.
3	Общая теория спорта.	Общая характеристика процесса спортивной подготовки. Система спортивных соревнований. Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам. Спортивная подготовка как многолетний процесс. Годичный тренировочный цикл. Стороны спортивной подготовки. Общая физическая подготовка. Дополнительные средства спортивной подготовки. Система спортивного отбора. Материально-техническое обеспечение подготовки спортсменов. Система врачебно-педагогического контроля в спорте. Научно-исследовательская работа в области ФКиС.

## 5.2 Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование последующих дисциплин	№№ разделов дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин		
		1	2	3
1.	Актуальные проблемы современного спорта»/ Физиологические основы развития физических качеств.	+	+	+
2.	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (научно-исследовательская практика)	+	+	+
3.	Научно-исследовательская деятельность	+	+	+
4.	Подготовка НКР (диссертации)	+	+	+

## 5.3 Разделы дисциплины и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем.	Лекции	Практ. Занятия (семинар)	Самост. работа асп.	Всего часов
1	<b>Раздел 1: Введение в теорию физической культуры.</b>	2	2	30	84
2.	<b>Тема 1:</b> Методологические основы теории физической культуры.	2		40	42
3.	<b>Тема 2:</b> Физическая культура как общественное явление.		2	40	42
4	<b>Раздел 2: Общая теория и методика физического воспитания.</b>	4	4	30	80
5	<b>Тема 1:</b> Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	1	2	26	37
6	<b>Тема 2:</b> Принципы физического воспитания.	1	2	40	43
7.	<b>Раздел 3: Общая теория спорта.</b>		6	66	74
	<b>Тема 1:</b> Общая характеристика процесса спортивной подготовки.		2	16	18
	<b>Тема2:</b> Система спортивных соревнований.		2	14	16
	<b>Тема 3:</b> Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.	2	2	36	40
	Всего:	6	12	126	180



## 6. Лекции

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Методологические основы теории физической культуры.	2
2	2	Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	1
3	2	Принципы физического воспитания.	1
4	3	Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам	2

7. Лабораторный практикум не предусмотрен

## 8. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	3	<i>Тема 1:</i> Общая характеристика процесса спортивной подготовки.	2
2	3	<i>Тема 2:</i> Система спортивных соревнований.	2
3	3	<i>Тема 3:</i> Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.	2

## 9. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

### 9.1 Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам дисциплины

№	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
1	Методологические основы теории физической культуры.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками.	20
2.	Физическая культура как общественное явление.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками	40
3.	Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками	40
4.	Принципы физического воспитания.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-	20

		правовыми источниками. Методическая разработка.	
5.	Общая характеристика процесса спортивной подготовки.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	26
6	Система спортивных соревнований.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	40
7.	Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	30

## 9.2. Тематика курсовых работ – не предусмотрено.

### 9.3. Примерная тематика докладов

1. Признаки педагогически направленного процесса.
2. Роль педагога в педагогически направленном процессе.
3. Физическое воспитание дошкольников.
4. Физическое воспитание школьников.
5. Физическое воспитание студентов.
6. Школьная программа по физической культуре.
7. Контрольные нормативы и требования школьной программы по физической культуре.
8. Разрядные требования спортсменов.
9. Особенности детско-юношеского спорта.
10. Физическое развитие и занятия спортом.
11. Показатели физического развития.
12. Классификация физических упражнений.
13. Популярность занятий единоборствами среди молодежи.
14. Значение школьных спортивных соревнований.
15. Туризм в системе физического воспитания.
16. Плавание в школьной программе по физкультуре.
17. Спортивные игры в школьной программе по физкультуре.
18. Значение подвижных игр в физическом воспитании обучающейся молодежи.
19. Значение общей функциональной подготовки спортсменов.
20. Влияние занятий физическими упражнениями на сердечно-сосудистую систему человека.
21. Влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную систему человека.
22. Воспитательные задачи на уроке физкультуры.

**10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Шифр компетенции		Формулировка	
УК-1		Способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях	
Содержательное описание уровня		Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>			
<b>Знать:</b> -методы критического анализа и оценки современных научных достижений, в том числе в междисциплинарных областях; - методы решения исследовательских и практических задач		Экзамен	<b>Вопросы к экзамену:</b> Воспитание физических качеств. Физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях.
<b>Повышенный уровень</b>			
<b>умеет:</b> -анализировать методологические проблемы, –возникающие при решении исследовательских и практических задач, предлагать альтернативные варианты их решения		Экзамен	<b>Вопросы к экзамену:</b> Физическое воспитание студентов. Игровой метод физического воспитания. Соревновательный метод физического воспитания.
<b>владеет:</b> - навыками критического восприятия информации, аргументированного изложения собственной точки зрения, ведения дискуссий			
Шифр компетенции		Формулировка	
УК-2		Способность проектировать и осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного научного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки	
Содержательное описание уровня		Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>			
<b>знает:</b> - специфику междисциплинарного подхода к осуществлению комплексных исследований		Экзамен	<b>Вопросы к экзамену:</b> Основные закономерности спортивной тренировки. Методы спортивной тренировки. Планирование спортивной подготовки.
<b>Повышенный уровень</b>			
<b>умеет:</b> - использовать методы организации междисциплинарных исследований при оценке современных научных концепций и теорий		Экзамен	<b>Вопросы к экзамену:</b> Целевые установки физического воспитания. Средства физического воспитания. Методы физического воспитания.

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
<b>ОПК-4</b>	<b>Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук</b>	
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Умеет:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики	<b>Экзамен</b>	<b>Вопросы к экзамену:</b> Основные термины и понятия в физической культуре и спорте. Методологические основы теории физической культуры.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
<b>ОПК-5</b>	<b>Способность моделировать, осуществлять и оценивать образовательный процесс и проектировать программы дополнительного профессионального образования в соответствии с потребностями работодателя</b>	
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Знает:</b> - технологию проектирования программ дополнительного профессионального образования в соответствии с потребностями работодателей <b>Умеет:</b> - моделировать образовательный процесс и проектировать программы дополнительного образования в соответствии с потребностями работодателей	<b>Экзамену</b>	<b>Вопросы к экзамену:</b> Источники развития физической культуры. Ценностный потенциал физической культуры. Физическое воспитание – составная часть физической культуры.
<b>Повышенный уровень</b>		
<b>Владеет:</b> - навыками моделирования и оценки образовательного процесса; навыками проектирования образовательных программ в соответствии с потребностями работодателя	<b>Экзамен</b>	<b>Вопросы к экзамену:</b> Сущность спортивного соревнования. Сущность спорта. Физическое воспитание в общеобразовательной школе.
<b>Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:</b>		
Для допуска к экзамену необходимо: посещение лекций, активная работа на практических занятиях, работа с научной литературой, подготовка докладов, методическая разработка занятий /уроков и другие виды работ, предусмотренные программой.		

«отлично»	<p>Аспирант демонстрирует глубокое знание сущности основных концепций, тенденций, направлений развития теории и методики физического воспитания, знает терминологию, безошибочно называет методы критического анализа и оценки современных научных достижений; умеет критически оценивать современные концепции в области теории и методики физического воспитания, самостоятельно обрабатывает, анализирует и интерпретирует результаты научных исследований; владеет навыками критического восприятия информации, может уверенно и аргументированно излагать собственную точку зрения, вести дискуссии по вопросам актуальных направлений теории и методики физического воспитания; достаточно уверенно и самостоятельно описывает и интерпретирует результаты научного исследования. Умеет моделировать образовательный процесс, опираясь на знания технологии проектирования программ. Демонстрирует основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий. Аспирант способен вовлечь обучающихся в проектную деятельность.</p>
«хорошо»	<p>Аспирант знает сущность основных концепций, тенденций, направлений развития теории и методики физического воспитания, знает терминологию, называет методы критического анализа и оценки современных научных достижений; умеет сравнивать современные концепции в области теории и методики физического воспитания, анализирует и интерпретирует результаты научных исследований в соответствующей научной сфере; владеет навыками критического восприятия информации, может приводить аргументы, доказывающие собственную точку зрения, вести диалог по вопросам актуальных направлений теории и методики физического воспитания; самостоятельно описывает и интерпретирует результаты научного исследования. Знает технологии проектирования программ. Демонстрирует основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий, однако не всегда может обосновать их выбор. Аспирант способен вовлечь обучающихся в проектную деятельность.</p>
«удовлетворительно»	<p>Аспирант демонстрирует знания основных концепций, тенденций, направлений развития теории и методики физического воспитания, владеет терминологией, допуская незначительные ошибки в употреблении терминов, приводит 2-3 примера методов критического анализа и оценки современных научных достижений; может назвать несколько аспектов для сравнения современных концепций в области теории и методики физического воспитания, делает анализ результатов научных исследований в соответствующей научной сфере, однако испытывает трудности при их интерпретации; практически не демонстрирует навыки критического восприятия информации, может приводить аргументы, доказывающие собственную точку зрения, однако не может быть полноправным членом дискуссионного диалога по вопросам актуальных направлений теории и методики физического воспитания; самостоятельно описывает результаты научного исследования, но испытывает трудности при собственной их интерпретации. Знает технологии проектирования программ, но не всегда может их обосновать. Знаком с принципами деятельностного подхода, видами и приемами современных педагогических технологий, однако не обосновывает их выбор. Аспирант знает о способах организации проектной деятельности, но не всегда способен вовлечь в нее обучающихся.</p>

«неудовлетворительно»	<p>Аспирант демонстрирует отрывочные знания основных концепций, тенденций, направлений развития теории и методики физического воспитания, знает термины в области теории и методики физического воспитания, но допускает значительные ошибки в их употреблении, не может привести более 2-х примеров методов критического анализа и оценки современных научных достижений, не умеет выразить свое представление о важнейших фактах теории и методики физического воспитания. Знает о существовании деятельностного подхода, но не знаком с его принципами, не называет видов и приемов современных педагогических технологий. Аспирант не демонстрирует знаний о способах организации проектной деятельности.</p> <p>Аспирант не демонстрирует умений и навыков, свидетельствующих о сформированности заявленных компетенций</p>
-----------------------	--

## 11. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

### а) основная литература

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ФиС, 1991. – 544 с., 5 экз.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для ст-в учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. центр «Академия», 2014. – 480 с., 5 экз.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с., 1 экз.

### б) дополнительная литература

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. – М.: ФиС, 1991., 5 экз.
2. Благуш П.К. К теории тестирования двигательных способностей. – М.: ФиС, 1982., 1 экз.
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие - Москва: Академия, 2008. – 272 с., 1 экз.
4. Кокоулина О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.П. Кокоулина. — Электрон. текстовые данные. — М. : Евразийский открытый институт, 2011. — 144 с. — 978-5-374-00429-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11049.html>
5. Лях В.И. Координационные способности школьников. – Минск: Полымя, 1989., 1 экз.
6. Настольная книга учителя физической культуры /под ред. Л.Б. Кофмана. – М., 1998., 2 экз.
7. Теория и методика физического воспитания /под ред. Б.А. Ашмарина. – М., 1990., 10 экз.
8. Теория и методика физической культуры /Под общ. ред. Ю.Л. Курамшина, В.И. Попова. – СПб.: ГАФК, 2004., 10 экз.
9. Тудор Бомпа Периодизация спортивной тренировки [Электронный ресурс] / Бомпа Тудор, Буццичелли Карло. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 384 с. — 978-5-906839-01-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55562.html>

### в) программное обеспечение

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition.

## **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru))
5. ЭПС «Система Гарант-Максимум»
6. ЭПС «Консультант Плюс»
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>.
8. Научная педагогическая электронная библиотека <http://elib.gnpbu.ru/>
9. Электронная библиотека: библиотека диссертаций. Российская государственная библиотека <http://diss.rsl.ru/>.

## **13. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Подготовка аспиранта осуществляется на основе лекционных и практических занятий, самостоятельной работы.

Изучение курса предполагает органическое сочетание педагогического и методического подходов и не допускает подмену одного из них другим.

В связи с тем, что при изучении курса большое место занимает самостоятельная работа аспирантов, следует использовать различные методы и способы её контроля. Это индивидуальные собеседования с аспирантами; проведение промежуточных контрольных работ разного типа.

### **Вопросы к экзамену**

1. Основные термины и понятия в физической культуре и спорте.
2. Методологические основы теории физической культуры.
3. Источники развития физической культуры.
4. Ценностный потенциал физической культуры.
5. Физическое воспитание – составная часть физической культуры.
6. Целевые установки физического воспитания.
7. Средства физического воспитания.
8. Методы физического воспитания.
9. Основы обучения двигательным действиям.
10. Воспитание физических качеств.
11. Физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях.
12. Физическое воспитание в общеобразовательной школе.
13. Физическое воспитание студентов.
14. Игровой метод физического воспитания.
15. Соревновательный метод физического воспитания.
16. Сущность спортивного соревнования.
17. Сущность спорта.
18. Основные закономерности спортивной тренировки.
19. Методы спортивной тренировки.
20. Планирование спортивной подготовки.
21. Классификация видов спорта.
22. Дополнительные средства спортивной подготовки.

23. Всероссийская единая спортивная классификация.
24. Олимпийское движение.
25. Крупнейшие спортивные соревнования современности.
26. Студенческий спорт.
27. Профессиональный спорт.
28. Заболеваемость спортсменов.
29. Система врачебно-педагогического контроля в ФК и С.
30. Допинг в спорте.
31. Общая физическая подготовка в спорте.
32. Управление развитием спорта.
33. Спортивные сооружения.
34. Спортивный травматизм.
35. Функции спорта.
36. Средства восстановления в спорте.
37. Негативные явления в спорте.
38. Инновационные процессы в физическом воспитании.
39. Детско-юношеский спорт.
40. Модельные характеристики спортсмена.
41. Интегральная подготовленность спортсмена.
42. Спорт как крупное социальное явление.
43. Социализация личности спортсмена.
44. Сущность спортивного отбора.
45. Менеджмент в области ФКиС.
46. Основные требования в эксплуатации спортивных сооружений.
47. Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями.
48. Целевая федеральная программа развития ФКиС в Российской Федерации на период с 2016 по 2020 гг.
49. Массовый спорт.
50. Агитация и пропаганда к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом.
51. Проектная деятельность в области ФКиС.
52. Инновационная деятельность в области ФКиС.
53. Научно-исследовательская деятельность в области ФКиС.
54. Научные проблемы в области ФКиС.
55. Планирование научных исследований в области ФКиС.
56. Техничко-экономический анализ инновационного или исследовательского проекта.
57. Способы защиты интеллектуальной собственности в области ФКиС.

#### **14. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В процессе проведения лекционных и практических занятий возможно использование мультимедийных и информационных технологий для презентации итогов исследовательской и аналитической деятельности как преподавателя, так и аспиранта. Информационные и компьютерные технологии используются при освоении дисциплины для самостоятельного поиска дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных. Использование электронной почты преподавателей и обучающихся возможно для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время освоения дисциплины.



## 15. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория для занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации 150000, г. Ярославль, Которосльская набережная, 44, учебный корпус 3, ауд. 206	Специализированная мебель, доска маркерная, персональные компьютеры в комплекте, мониторы, медиа-проектор, электронная доска, аудио-колонки, телевизор ЖК, портативные магнитолы, переносные экраны	Microsoft Windows, номер лицензии 69207528; Microsoft Office, номер лицензии 69207528; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition, номер лицензии 1FB6-180215-114440-5-110.
Помещение для самостоятельной работы (читальный зал Фундаментальной библиотеки ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, электронный читальный зал) 150000, Ярославская область, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108, учебный корпус 1, ауд. 315	Специализированная мебель, 9 ПК, комплект лицензионного программного обеспечения, ЭБС IPRbooks, ЭБС «ЮРАЙТ», доступ в электронную образовательную среду	Microsoft Windows, номер лицензии 67698847; Microsoft Office, номер лицензии 67698847; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition, номер лицензии 1FB6-180215-114440-5-110.

## 16. Преподавание дисциплины на заочном отделении

16.1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
Контактная работа с преподавателем (всего)	4			2	2
В том числе:					
Лекции				2	
Практические занятия					2
Самостоятельная работа (всего)	140			70	70
В том числе:					
Подготовка методической разработки				10	20
Изучение, конспектирование, реферирование, аннотирование научной литературы (работа с научной литературой)				20	20
Анализ нормативно-правовых источников				10	10
Подготовка докладов с презентациями				20	10
Подготовка к практическим занятиям				10	10
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)					Экзамен 36
Общая трудоемкость часов зачетных единиц	180			72	108
	5			2	3

### 16.2. Разделы дисциплины и виды занятий

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем.	Лекции	Практ. Занятия (семинар)	Самост. работа асп.	Всего часов
1	<b>Раздел 1: Введение в теорию физической культуры.</b>	1		34	35
2.	<b>Тема 1:</b> Методологические основы теории физической культуры.	1		17	
3.	<b>Тема 2:</b> Физическая культура как общественное явление.			17	
4	<b>Раздел 2: Общая теория и методика физического воспитания.</b>	1		34	35
5	<b>Тема 1:</b> Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	0,5		17	
6	<b>Тема 2:</b> Принципы физического воспитания.	0,5		17	
7.	<b>Раздел 3: Общая теория спорта.</b>		2	72	74
	<b>Тема 1:</b> Общая характеристика процесса спортивной подготовки.		1	24	18
	<b>Тема2:</b> Система спортивных соревнований.		0,5	24	16
	<b>Тема 3:</b> Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.		0,5	24	40
	<b>Всего:</b>	2	2	140	144

### 16.3. Лекции

№ п/п	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1.	Методологические основы теории физической культуры.	1
2	Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	0,5
2	Принципы физического воспитания.	0,5

### 16.4. Лабораторный практикум – не предусмотрен.

### 16.5 Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров).	Трудоемкость (час.)
1	3	Общая характеристика процесса спортивной подготовки.	1
2	3	Система спортивных соревнований.	0,5
3	3	Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.	0,5

### 16.6. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
1	Методологические основы теории физической культуры.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками.	17
2.	Физическая культура как общественное явление.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками	17
3.	Физическое воспитание как процесс функционирования физической культуры.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками	17
4.	Принципы физического воспитания.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Методическая разработка.	17
5.	Общая характеристика процесса спортивной подготовки.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	24
6	Система спортивных соревнований.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	24
7.	Наиболее общие закономерности адаптации организма спортсмена к мышечным нагрузкам.	Подготовка доклада. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию. Практические задания по работе с нормативно-правовыми источниками. Методическая разработка.	24

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Ярославский государственный педагогический  
университет им. К. Д. Ушинского»



**Б1.В.03 «ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Образовательная программа: основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре

Направление подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки

Направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Присваиваемая квалификация:  
**«Исследователь. Преподаватель-исследователь»**

Разработчик:  
доцент кафедры русского языка,  
кандидат филологических наук

 Ж.К. Гапонова

Утверждено на заседании кафедры  
русского языка

« 22 » 06 2018 г., протокол № 9

Зав. кафедрой



Е.Н. Лагузова

Ярославль  
2018

## **1. Цели и задачи дисциплины:**

**Цель дисциплины «Организационно-методические аспекты научной деятельности»** – формирование системы компетенций, позволяющих осуществлять планирование и проведение научных исследований в сфере теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Основными *задачами* курса являются:

### **Понимание:**

- особенностей организации научной деятельности в университете;
- специфики законодательства по защите интеллектуальной собственности;
- особенностей планирования научных исследований и организации научно-исследовательской деятельности коллектива.

### **Овладение навыками:**

- наукометрических подходов к оценке научно-исследовательской деятельности;
- практической работы с документацией в рамках формирования заявок на гранты;
- практической работы в области защиты результатов интеллектуальной деятельности.

### **Развитие умений:**

- применять наукометрические подходы в оценке научно-исследовательской деятельности;
- оформлять заявки на гранты;
- готовить результаты интеллектуальной деятельности к регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности.

## **2. Место дисциплины в структуре образовательной программы (ОП):**

Дисциплина (модуль) «Организационно-методические аспекты научной деятельности» относится к группе обязательных дисциплин вариативной части Блока I Программы. Шифр дисциплины – Б1.В.03.

Дисциплина базируется на знаниях, полученных аспирантами в результате освоения образовательной программы высшего образования второго уровня (магистратура, специалитет), на знаниях, полученных в результате освоения дисциплин «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры», «Организация педагогического процесса в вузе».

На «входе» аспирант должен:

- *знать* понятия, термины, концепции современных научных исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;

- *обладать* умениями применения методов и приемов анализа данных научных исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; способностью к критическому анализу и оценке современных научных достижений в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; умениями построения связного текста, описания научных данных;

- владеть способами анализа результатов научных исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; элементарными навыками описания результатов научных исследований в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры;

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен обладать следующими компетенциями: способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1); способность проектировать и

осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного научного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки (УК-2); готовность участвовать в работе российских и международных исследовательских коллективов по решению научных и научно-образовательных задач (УК-3); способность планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития (УК-5); способность проектировать программы учебных дисциплин и образовательные программы в области педагогической психологии для системы профессионального образования и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации (ПК-2).

Дисциплина **«Организационно-методические аспекты научной деятельности»** направлена на осуществление научно-исследовательской деятельности аспиранта по направленности программы аспирантуры и подготовку научного доклада о результатах выполненной НКР (диссертации).

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: УК-3, УК-6, ОПК-3, ОПК-4, ПК-1.

КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Средства формирования	Средств а оценива ния	Уровни освоения компетенций
Шифр компетен ции	Формулиро вка				
<b>Универсальные компетенции:</b>					
УК-3	Готовность участвовать в работе российских и международных исследовательских коллективов по решению научных и научно-образовательных задач	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологии организации работы исследовательских коллективов для решения научных и научно-образовательных задач;</li> <li>- специфику представления результатов решения научных и научно-образовательных задач российскими и международными исследовательским и коллективами</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать научные и научно-образовательные задачи в рамках коллективных исследовательских проектов</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценки</li> </ul>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Изучение и конспектирование научной литературы</p> <p>Работа с Российским индексом научного цитирования</p> <p>Выбор информационных источников</p>	Конспект Тест Зачет	<p><b>Базовый:</b></p> <p><b>знать</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологии организации работы исследовательских коллективов для решения научных и научно-образовательных задач;</li> <li>- специфику представления результатов решения научных и научно-образовательных задач российскими и международными исследовательскими коллективами.</li> </ul> <p><b>Повышенный</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обладать умениями: решать научные и научно-образовательные задачи в рамках коллективных исследовательских проектов;</li> </ul> <p><b>владеть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками оценки</li> </ul>

		результатов коллективной деятельности по решению научных и научно-образовательных задач			результатов коллективной деятельности по решению научных и научно-образовательных задач
УК-6	Способность планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития	<b>Знать:</b> - подходы к планированию организации собственной профессиональной деятельности и личностного развития <b>Уметь:</b> - формулировать цель и задачи личностного и профессионального развития и условия их достижения <b>Владеть:</b> - навыками самоорганизации и планирования профессиональной деятельности	Лекции  Практические занятия  Изучение и конспектирование научной литературы  Работа с российским индексом научного цитирования  Работа с информационными источниками	Конспект Тест Зачет	<b>Базовый:</b> <b>знать</b> - подходы к планированию и организации собственной профессиональной деятельности и личностного развития. <b>обладать умениями:</b> формулировать цель и задачи личностного и профессионального развития и условия их достижения; <b>Повышенный:</b> <b>владеть</b> - навыками самоорганизации и планирования профессиональной деятельности.

**Общепрофессиональные компетенции:**

ОПК-3	Способность интерпретировать результаты педагогического исследования, оценивать границы их применимости, возможные риски их внедрения в образовательной и социокультурной среде, перспективы дальнейших исследований	<b>Знать:</b> - особенности организации научно-исследовательской деятельности в образовательной и социокультурной среде	Лекции  Практические занятия  Изучение и конспектирование научной литературы  Работа с российским индексом научного цитирования  Работа с информационными источниками	Конспект Тест Зачет	<b>Базовый:</b> <b>Знать</b> - особенности организации научно-исследовательской деятельности в образовательной и социокультурной среде
-------	--	--	---	---------------------------	--

ОПК-4	<p>Готовность организовать работу исследовательского коллектива в сфере теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p>	<p><b>Знать:</b> - принципы организации работы исследовательских коллективов, отечественную и зарубежную специфику нормативно-правовых актов, регламентирующих проведение научных исследований и представление их результатов; - особенности проведения конкурсов российскими и международными научными фондами, компаниями, государственными и иными организациями; требования к оформлению конкурсной документации.</p> <p><b>Уметь:</b> - мотивировать коллег на самостоятельный научный поиск, направлять их работу в соответствии с выбранным направлением исследования</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Изучение и конспектирование научной литературы</p> <p>Работа с российским индексом научного цитирования</p> <p>Работа с информационными источниками</p>	<p>Конспект Тест Зачет</p>	<p><b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - принципы организации работы исследовательских коллективов, отечественную и зарубежную специфику нормативно-правовых актов, регламентирующих проведение научных исследований и представление их результатов; - особенности проведения конкурсов российскими и международными научными фондами, компаниями, государственными и иными организациями; требования к оформлению конкурсной документации.</p> <p><b>Повышенный:</b> <b>Уметь:</b> - мотивировать коллег на самостоятельный научный поиск, направлять их работу в соответствии с выбранным направлением исследования</p>
-------	---	--	--	------------------------------------	---

**Профессиональные компетенции:**

ПК-1	<p>Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и</p>	<p><b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>Изучение и конспектирование научной литературы</p> <p>Работа с российским индексом научного цитирования</p> <p>Работа с информационными источниками</p>	<p>Конспект Тест Зачет</p>	<p><b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p><b>Уметь:</b> анализировать и</p>
------	--	--	--	------------------------------------	--



адаптивной физической культуры (формулировать проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	<b>Уметь:</b> анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.			критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. <b>Повышенный:</b> <b>Владеть:</b> - навыками презентации результатов научного исследования.
	<b>Владеть:</b> навыками презентации результатов научного исследования			

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		1	2	3	4
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>24</b>		<b>24</b>		
В том числе:					
Лекции	12		12		
Практические занятия (ПЗ)	12		12		
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>84</b>		<b>84</b>		
В том числе:					
- Работа с библиотечными каталогами	10		10		
- Работа с информационными источниками	24		24		
- Конспектирование научной литературы	20		20		
- Доклад	15		15		
- Презентация	15		10		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	<b>Зачет</b>		<b>Зачет</b>		
<b>Общая трудоемкость 108 часов</b>	<b>108</b>		<b>108</b>		

3 зачетных единицы	3	3		
--------------------	---	---	--	--

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1.	Научная политика в Российской Федерации	Современная политика РФ в сфере науки. Наука – определяющий фактор развития и обеспечения лидерства государства в современных условиях. Организационное построение научного комплекса в Российской Федерации.
2.	Источники финансирования научных исследований	Источники финансирования научных исследований. РФФИ. РНФ. РГНФ. Федеральные целевые программы. Гранты Ярославской области.
3.	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	Индекс цитирования. Индекс Хирша. Международные базы данных. Импакт-фактор научного журнала. Журналы по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры с высоким импакт-фактором.
4.	Управление знаниями	Понятие интеллектуальной собственности. Нормативно-правовая база. Классификация объектов интеллектуальной собственности. Особенности объектов интеллектуальной собственности.
5.	Иновационный менеджмент	Иновации. Классификация иноваций. Источники иновационных возможностей. Виды коммерциализации результатов интеллектуальной деятельности. Оценка нематериальных активов. Иновационные центры РФ. Особенности иновационной деятельности в РФ. «Толкающая» модель иновационного процесса. «Тянущая» модель иновационного процесса
6.	Управление иновационным проектом	Иновационный проект (понятие, признаки, жизненный цикл). Процессы управления проектами. Классификация процессов управления.

### 5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование последующих дисциплин	№№ разделов дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин							
		1	2	3	4	5	6	7	8
	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (научно-исследовательская практика)	+	+	+	+	+	+	+	+
	Научно-исследовательская деятельность	+	+	+	+	+	+	+	+
	Подготовка НКР (диссертации) на соискание ученой степени кандидата наук	+	+	+	+	+	+	+	+

Представление научного доклада о результатах НКР (диссертации)	+	+	+	+	+	+	+	+
--	---	---	---	---	---	---	---	---

### 5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. Занятия (семинары)	Лабор. занятия	Самост. работа асп.	Всего часов
1	Научная политика в Российской Федерации	2	2		10	18
2	Источники финансирования научных исследований	2	2		14	18
3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	2	2		14	18
4	Охрана интеллектуальной собственности	2	2		14	18
5	Инновационный менеджмент	2	2		18	18
6	Управление инновационным проектом	2	2		14	18
	<b>Всего:</b>	<b>12</b>	<b>12</b>		<b>84</b>	<b>108</b>

#### 6. Лекции

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Научная политика в Российской Федерации	2
2	2	Источники финансирования научных исследований	2
3	3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	2
4	4	Управление знаниями	2
5	5	Инновационный менеджмент	2
6	6	Управление инновационным проектом	2

#### 7. Лабораторный практикум (учебным планом не предусмотрен)

#### 8. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	1	Научная политика в Российской Федерации	2
2	2	Источники финансирования научных исследований	2
3	3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	2
4	4	Управление знаниями	2

5	5	Инновационный менеджмент	2
6	6	Управление инновационным проектом	2

9. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

9.1. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
1	Научная политика в Российской Федерации	Изучение и конспектирование научной литературы. Выбор информационных источников. Подготовка к практическому занятию. Подготовка доклада.	10
2	Источники финансирования научных исследований	Подготовка к практическому занятию. Найти темы научных исследований, которые финансировались российскими фондами в сфере теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры за последние два года. Сформулировать научную тему для формирования заявки на грант по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Планирование деятельности научного коллектива по выбранной научной теме. Подготовка заявки на грант по результатам собственного научного исследования.	14
3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	Подготовка к практическому занятию. Зарегистрироваться в электронной научной библиотеке. Работа с российским индексом научного цитирования. Поиск журналов по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры в научной электронной библиотеке (сделать подборку публикаций). Определение импакт-фактора	14

		<p>журналов.</p> <p>Составление рейтинга журналов в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Определение индекса цитируемости ведущих ученых в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, ученых из ярославской педагогической школы.</p> <p>Определение индекса цитируемости научной организации.</p>	
4	Управление знаниями	<p>Подготовка к практическому занятию.</p> <p>Сформулировать предмет и объект, новизну, практическую значимость собственного исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Составить план проведения эксперимента в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p>	14
5	Инновационный менеджмент	<p>Подготовка к практическому занятию.</p> <p>Подготовка результатов интеллектуальной деятельности в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры к государственной регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности.</p>	18
6	Управление инновационным проектом	<p>Подготовка к практическому занятию.</p> <p>Изучение и конспектирование научной литературы.</p>	14

9.2. Тематика курсовых работ (проектов) – не предусмотрено

10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Шифр компетенции	Формулировка	
УК-3	Готовность участвовать в работе российских и международных исследовательских коллективов по решению научных и научно-образовательных задач	
Содержательное описание уровня	Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>		
<p><b>знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологии организации работы исследовательских коллективов для решения научных и научно-образовательных задач;</li> <li>- специфику представления результатов решения научных и научно-образовательных задач российскими и международными исследовательскими коллективами</li> </ul>	зачет	<p><b>Вопрос к зачету:</b> Источники финансирования научных исследований в РФ.</p>
<b>Повышенный уровень</b>		
<p><b>умеет:</b></p> <p>решать научные и научно-образовательные задачи в рамках коллективных исследовательских проектов</p>	зачет	<p><b>Вопрос к зачету:</b> Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности.</p>
<p><b>владеет:</b></p> <p>навыками оценки результатов коллективной деятельности по решению научных и научно-образовательных задач</p>		
Шифр компетенции	Формулировка	
УК-6	Способность планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития	
Содержательное описание уровня	Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>		
<p><b>знает:</b></p> <p>подходы к планированию и организации собственной профессиональной деятельности и личностного развития</p>	зачет	<p><b>Вопрос к зачету:</b> Охрана результатов интеллектуальной деятельности.</p>
<p><b>умеет:</b></p> <p>формулировать цель и задачи личностного и профессионального развития и условия их достижения</p>		

<b>Повышенный уровень</b>		
владеет: навыками самоорганизации и планирования профессиональной деятельности	зачет	Вопрос к зачету: Управление инновационным проектом.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
ОПК-3	Способность интерпретировать результаты педагогического исследования, оценивать границы их применимости, возможные риски их внедрения в образовательной и социокультурной среде, перспективы дальнейших исследований	
<b>Базовый уровень</b>		
Знает: - особенности организации научно-исследовательской деятельности в образовательной и социокультурной среде.	зачет	Вопрос к зачету: Источники финансирования научных исследований в РФ.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
ОПК-4	Готовность организовать работу исследовательского коллектива в сфере теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	
<b>Базовый уровень</b>		
Знает: - принципы организации работы исследовательских коллективов, отечественную и зарубежную специфику нормативно-правовых актов, регламентирующих проведение научных исследований и представление их результатов; - особенности проведения конкурсов российскими и международными научными фондами, компаниями, государственными и иными организациями; требования к оформлению конкурсной документации.	зачет	Вопрос к зачету: Управление научным проектом
<b>Повышенный уровень</b>		
Умеет: - мотивировать коллег на самостоятельный научный поиск, направлять их работу в соответствии с выбранным направлением исследования	зачет	Вопрос к зачету: Управление научным проектом
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
ПК-1	Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (формулировать проблемы для	

	исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	
<b>Содержательное описание уровня</b>	<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине</b>
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Знать:</b> современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	зачет	<b>Вопросы к зачету:</b> Формы заимствования, компиляция.
<b>Уметь:</b> анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры		
<b>Повышенный уровень</b>		
<b>Владеть:</b> навыками презентации результатов научного исследования	зачет	<b>Вопросы к зачету:</b> Показатели, используемые для оценки эффективности инновационных проектов.

#### **Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:**

Для допуска к Зачету необходимо: посещение лекций, активная работа на практических занятиях, выполнение самостоятельных заданий, наличие конспектов научных статей, подготовленная заявка на грант, подготовленные результаты интеллектуальной деятельности к государственной регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности.

<b>«зачтено»</b>	Аспирант демонстрирует знания в области представления результатов решения научных задач российскими и международными исследовательскими коллективами, понимание подходов к планированию и организации собственной профессиональной деятельности с учетом направлений и тенденций развития в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Решая научные задачи в рамках исследовательских проектов, показывает навыки формирования результатов научной деятельности в виде предложений и заявок на гранты, способен с помощью наукометрических подходов оценить результаты научной деятельности, в том числе коллективной. Способен презентовать результаты интеллектуальной деятельности.
<b>«не зачтено»</b>	Аспирант демонстрирует частичные знания в области представления результатов решения научных задач российскими и международными исследовательскими коллективами, не понимает специфику подходов к планированию и организации собственной профессиональной деятельности с учетом направлений и тенденций развития в области теории и методики



физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Аспирант не демонстрирует умения и навыки, свидетельствующие о сформированности заявленных компетенций.
--

## **11. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### **а) основная литература**

1. Дресвянников, В. А. Управление знаниями организации [Текст]: учеб. пособие / В. А. Дресвянников. - М.: КНОРУС, 2012. - 344 с. – 20 экз.
2. Инновационный менеджмент и экономика организаций (предприятий) [Текст]: практикум / под ред. Б. Н. Чернышева, Т. Г. Попадюк. - М.: ИНФРА-М ; Вузовский учебник, 2012. - 240 с. – 10 экз.
3. Бильчак В.С. Программирование развития научной деятельности [Электронный ресурс] : инструменты, методы, модели. Монография / В.С. Бильчак, Е.А. Носачевская. — Электрон. текстовые данные. — Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2011. — 315 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23818.html>

### **б) дополнительная литература**

1. Алексеева, М.Б., Ветренко, П.П. Анализ инновационной деятельности. учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры [Электронный ресурс]. – СПб., 2018. – 303 с. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/83CDA546-7A2E-4DBA-9268-4310D077D7C2/analiz-innovacionnoy-deyatelnosti>.
2. Богословский, В. И. Управление знаниями в образовательном процессе современного университета [Текст]: научно-метод. материалы для рук. и научно-пед. работников высш. учеб. заведений / В. И. Богословский, Е. Н. Глубокова. - СПб.: Книжный Дом, 2008. - 288 с. – 1 экз.
3. Кузьмина А.А. Управление знаниями в образовательных учреждениях [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.А. Кузьмина. — Электрон. текстовые данные. — М. : Евразийский открытый институт, 2011. — 136 с. — 978-5-374-00531-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/10877.html>
4. Резепова В.Е. Право интеллектуальной собственности [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Е. Резепова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2009. — 89 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/1463.html>
5. Пятецкий В.Е. Управление инновационными процессами. Организационные аспекты инновационного менеджмента [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Е. Пятецкий, А.Л. Генкин, В.П. Разбегин. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательский Дом МИСиС, 2013. — 125 с. — 978-5-87623-711-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/56191.html>

### **в) программное обеспечение**

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition.

## **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
3. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru))
4. ЭПС «Система Гарант-Максимум»
5. ЭПС «Консультант Плюс»
6. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>.
7. Научная педагогическая электронная библиотека <http://elib.gnpbu.ru/>
8. Электронная библиотека: библиотека диссертаций. Российская государственная библиотека <http://diss.rsl.ru/>.
9. Электронные ресурсы издательства Elsevier «Freedom Collection» (<https://www.sciencedirect.com/>). Лицензионный доступ из сети университета без авторизации на основании письма ФГБУ «Российский фонд фундаментальных исследований» от 24.05.2018 № ИСХ-628.

## **13. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность аспирантов на практических занятиях, а также качество и своевременность подготовки самостоятельных заданий, в том числе наличие конспектов научных статей, подготовленная заявка на грант, подготовленные результаты интеллектуальной деятельности к государственной регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности. По окончании изучения дисциплины проводится зачет.

### **Примеры заданий**

1. Сформулируйте научную тему для формирования заявки на грант. Определите роли коллег-участников Вашего исследовательского проекта. Составьте план мероприятий по реализации деятельности научного коллектива по выбранной научной теме. Подготовьте заявку на грант.
2. Зарегистрируйтесь в электронной научной библиотеке. Сделайте подборку ВАКовских публикаций в области ваших научных интересов. Определите импакт-фактор выбранных вами нескольких журналов. Определите индекс цитируемости ведущих ученых в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры из ярославской педагогической школы.
3. Каковы инструменты Российского индекса научного цитирования (РИНЦ) по базе публикационной активности организаций (раздел «Сравнение библиометрических показателей организаций»). Определите индекс цитируемости ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского и двух других образовательных организаций, интересующих Вас.
4. Подготовьте результаты интеллектуальной деятельности в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры к государственной регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности.

5. Подготовьте конспекты следующих научных статей:

А) Алашев С.Ю., Коган Е.Я., Тюрин Н.В. Востребованность вузов: подходы к измерению // Вопросы образования. – 2016. – № 4. – С. 186–203 ([https://vo.hse.ru/data/2016/12/21/1112233732/Alashev\(1\).pdf](https://vo.hse.ru/data/2016/12/21/1112233732/Alashev(1).pdf)).

Б) Польдин, О.В., Матвеева Н.Н., Стерлигов И.А., Юдкевич М.М. Публикационная активность вузов: эффект проекта «5 – 100» // Вопросы образования. – 2017. – № 2. – С. 10–33 (<https://vo.hse.ru/2017--2/207115581.html>).

*Какие направления политики государства РФ в сфере высшего образования находят отражение в предложенных для рассмотрения публикациях?*

Для допуска к зачету необходимо выполнить все предусмотренные программой задания самостоятельной работы.

### **Вопросы к зачету**

1. Современная политика РФ в сфере науки.
2. Источники финансирования научных исследований в РФ.
3. Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности.
4. Охрана результатов интеллектуальной деятельности.
5. Оценка нематериальных активов.
6. Инновационные центры РФ.
7. Управление научным проектом.
8. Индекс цитирования научных статей.
9. Международные индексы цитируемости.
10. Понятие и объекты интеллектуальной собственности.
11. Объекты авторского права и смежных прав.
12. Формы заимствования, компиляция.
13. Классификация инноваций.
14. Наукометрические подходы к оценке научно-исследовательской деятельности.
15. Виды и сроки действия охранных документов.
16. Источники патентного законодательства.
17. Показатели, используемые для оценки эффективности инновационных проектов.
18. Жизненный цикл проекта.
19. «Толкающая» модель инновационного процесса.
20. «Тянущая» модель инновационного процесса.
21. Виды коммерциализации результатов интеллектуальной деятельности.
22. Образовательные франшизы.
23. Управление научным проектом.

### **14. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В процессе проведения лекционных и практических занятий возможно использование мультимедийных и информационных технологий для презентации итогов исследовательской и аналитической деятельности как преподавателя, так и аспиранта. Информационные и компьютерные технологии используются при освоении дисциплины для самостоятельного поиска дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных. Использование электронной почты преподавателей и обучающихся возможно для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время освоения дисциплины.

### **15. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Учебная аудитория для лекционных и практических занятий: Компьютерная

лаборатория 150000, Ярославская область, г. Ярославль, улица Республиканская, д. 108/1, учебный корпус 1, каб. № 231.

Специализированная мебель, Pentium 631+монитор Acer 17 дюймов -12 шт., DEPO Neos + монитор Acer 22 дюймов -1 шт., Системный блок Celeron D- 1 шт., Монитор Xerox 17 дюймов – 1 шт., Монитор Samsung 17 дюймов – 2 шт., Интерактивная доска Hitachi StarBoard FX-63– 1 шт., Проектор Acer X1273 – 1 шт., Экран настенный 152x152– 1 шт., Акустические колонки Microlab Solo– 1 шт., МФУ печати HP LaserJet – 1 шт.

Доступ к сети Интернет, электронной информационно-образовательной среде ЯГПУ.

Учебная аудитория для лекционных и практических занятий: Компьютерная лаборатория 150000, Ярославская область, г. Ярославль, улица Республиканская, д. 108/1, учебный корпус 1, каб. № 228.

Специализированная мебель, СТ PRO Intel + монитор Acer 19 дюймов -12 шт., DEPO Neos + монитор Acer 22 дюймов -1 шт., Ноутбук Acer Extensa – 1 шт., Интерактивная доска Hitachi StarBoard FX-Duo-77 – 1шт., Проектор Sanyo PLC-XU115 – 1 шт., Внешний накопитель WD Original – 1 шт., Принтер Canon – 1 шт.

Доступ к сети Интернет, электронной информационно-образовательной среде ЯГПУ.

Аудитория для самостоятельной работы:

читальный зал Фундаментальной библиотеки ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, электронный читальный зал)

150000, Ярославская область, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108, учебный корпус 1, ауд. 315.

## 16. Преподавание дисциплины на заочном отделении

### 16.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры/курсы			
		1	2	3	4
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>4</b>		4		
В том числе:					
Лекции	2		2		
Практические занятия (ПЗ)	2		2		
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>104</b>		104		
Другие виды самостоятельной работы					
- Работа с научной электронной библиотекой	10		10		
- Выбор информационных источников	20		20		
- Конспектирование научной литературы	15		15		
- Доклад	20		20		
- Презентация	24		24		
<b>Общая трудоемкость 108 часа</b>	<b>108</b>		108		
<b>3 зачетные единицы</b>	<b>3</b>		3		

### 16.2. Содержание дисциплины

№	Наименование раздела дисциплины и входящих в него тем	Кол-во часов				
		Лекции	Практ. Занятия (семинары)	Лабор. занятия	Самост. работа асп.	Всего часов
1	Научная политика в Российской Федерации	0,5			16	18
2	Источники финансирования научных исследований		2		16	18
3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности		2		16	18
4	Управление знаниями	0,5			18	18
5	Инновационный менеджмент	0,5			17	18
6	Управление инновационным проектом	0,5			21	18
	<b>Всего</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>104</b>	<b>108</b>

#### 16.2.1. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Научная политика в Российской Федерации	0,5
2	4	Управление знаниями	0,5
3	5	Инновационный менеджмент	0,5
4	6	Управление инновационным проектом	0,5

#### 16.2.2. Лабораторный практикум (учебным планом не предусмотрен)

#### 16.2.3. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	2	Источники финансирования научных исследований	2
2	3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	2

#### 16.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

##### 16.3.1. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
1	Научная политика в Российской Федерации	Изучение и конспектирование научной литературы. Выбор информационных источников. Подготовка к практическому занятию. Подготовка доклада.	16

2	Источники финансирования научных исследований	<p>Подготовка к практическому занятию. Найти темы научных исследований, которые финансировались российскими фондами в сфере теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры за последние два года.</p> <p>Сформулировать научную тему по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры для формирования заявки на грант.</p> <p>Планирование деятельности научного коллектива по выбранной научной теме.</p> <p>Подготовка заявки на грант по результатам собственного научного исследования.</p>	16
3	Показатели публикационной активности как критерий оценки конкурентоспособности	<p>Подготовка к практическому занятию. Зарегистрироваться в электронной научной библиотеке.</p> <p>Работа с российским индексом научного цитирования.</p> <p>Поиск журналов по теме исследования в научной электронной библиотеке (сделать подборку публикаций).</p> <p>Определение импакт-фактора журналов по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Составление рейтинга журналов в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Определение индекса цитируемости ведущих ученых в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры, в том числе ведущих ученых ярославской педагогической школы.</p> <p>Определение индекса цитируемости научной организации.</p>	16
4	Охрана интеллектуальной собственности	<p>Подготовка к практическому занятию. Сформулировать предмет и объект, новизну, практическую значимость собственного исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p>	18

		Составить план проведения эксперимента в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры.	
5	Инновационный менеджмент	Подготовка к практическому занятию. Подготовка результатов интеллектуальной деятельности в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры к государственной регистрации в Федеральной службе интеллектуальной собственности.	17
6	Управление инновационным проектом	Подготовка к практическому занятию. Изучение и конспектирование научной литературы.	21

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Ярославский государственный педагогический  
университет им. К. Д. Ушинского»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научной работе

А.М. Ходырев

2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.01.01 «АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО  
СПОРТА»**

Образовательная программа: основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре

Направление подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки

Направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Присваиваемая квалификация:

**«Исследователь. Преподаватель-исследователь»**

Разработчики:  
профессор кафедры теории  
физической культуры  
доктор биологических наук

А.Д. Викулов

Утверждено на заседании кафедры  
Теории физической культуры  
«19» 06 2018 г., протокол № 10

А.Д. Викулов

Зав. кафедрой

Ярославль  
2018



## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Актуальные проблемы современного спорта» - формирование комплексных знаний об актуальных проблемах современного массового и профессионального спорта, а также о путях их решения.

Основными *задачами* курса являются:

- 1) формирование знаний о механизмах возникновения синдрома перетренировки в спорте;
- 2) формирование знаний о нарушениях, связанных со спортивными травмами головного мозга;
- 3) изучение проблем обмороков и внезапных смертей при занятиях физическими нагрузками
- 4) изучение проблемы иммунодепрессии при чрезмерных занятиях физическими упражнениями в спорте

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) «Актуальные проблемы современного спорта» включена в вариативную часть Блока 1. Шифр дисциплины – **Б1.В.ДВ.01.01**.

Дисциплина базируется на знаниях, полученных аспирантами в результате освоения образовательной программы высшего образования второго уровня (магистратура, специалитет), а также в результате освоения на 1 курсе аспирантуры дисциплины «Методология педагогического исследования».

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен:

- **знать** базовые положения и основную научную проблематику в изучаемой предметной области, модели мышления, характерные для соответствующего профессионального сообщества; алгоритмы овладения новыми знаниями с целью повышения своего интеллектуального и общекультурного уровня.;
- **уметь** осуществлять последовательность действий на основе обоснованного выбора адекватных проблеме знаний, информации и поставленных целей;
- выявлять проблемные несоответствия, выделять составные части проблемы и отделять ее ключевые аспекты от второстепенных;
- самостоятельно получать новые знания и исследовать проблему на основе анализа и синтеза информации;
- **владеть** опытом рассмотрения изучаемого объекта как системы, как целого с его структурными компонентами и разнообразными связями;
- анализировать причинно-следственные связи явлений, оценивать степень их сложности и значимости в развитии исследуемых процессов;
- опытом планирования самостоятельной познавательной деятельности в соответствии с актуальными тенденциями конкретной области профессиональных знаний.

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен обладать следующими компетенциями: способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1); способность проектировать и осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного научного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки (УК-2); способность следовать этическим нормам в профессиональной деятельности (УК-5).

Дисциплина «Актуальные проблемы современного спорта» изучается параллельно с освоением таких дисциплин, как: Б1.В.02 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

Дисциплина «Актуальные проблемы современного спорта» направлена на подготовку к сдаче кандидатского экзамена, осуществление научно-исследовательской деятельности аспиранта по направленности программы аспирантуры и подготовку научного доклада о результатах НКР (диссертации).

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Актуальные проблемы современного спорта»**

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-3.

КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Средства формирования	Средства оценивания	Уровни освоения компетенций
Шифр компетенции	Формулировка				
<b>Общепрофессиональные компетенции:</b>					
ОПК-1	Владение методологией и методами педагогического исследования	<b>Знать:</b> - основы методологии и классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - основы методологии и классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска
ОПК-4	Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук	<b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый:</b> <b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики
<b>Профессиональные компетенции:</b>					
ПК-1	Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (формулировка)	<b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Уметь:</b> - анализировать и критически оценивать	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Уметь:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического

	ть проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования			воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Повышенный:</b> <b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования
<b>ПК-3</b>	Способность организовать научно-исследовательскую, проектную, учебно-профессиональную и иную деятельность обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП	<b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий  <b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий <b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		IV
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
В том числе:		
Лекции		6
Практические занятия		6
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>96</b>	<b>96</b>
В том числе:		
Подготовка к практическим занятиям	30	30
Подготовка реферата	36	36
Работа с научной литературой	30	30
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
<b>Общая трудоемкость часов</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>зачетных единиц</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Проблема перетренировки	Виды и причины острого утомления и перетренировки при интенсивных физических нагрузках. Механизмы, симптомы, диагностика перетренировки у спортсменов.
2	Проблема травм головного мозга в спорте	Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции. Эффект физической тренировки на когнитивные функции мозга. Травмы головного мозга и когнитивные функции.
3	Проблема обмороков и внезапных смертей при физических нагрузках	Виды и механизмы обмороков: гипогликемия, ортостаз, гипотензия. Статистика внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее профилактика
4	Проблема иммунодепрессии в спорте	Связь инфекционных заболеваний у спортсменов с величиной физической нагрузки. Механизмы снижения иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов.

### 5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	№№ разделов дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин					
		1	2	3	4	5	6
1	Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	+	+	+	+	+	+
2	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (научно-исследовательская практика)	+	+	+	+	+	+
3	Научно-исследовательская деятельность	+	+	+	+	+	+
4	Подготовка НКР (диссертации)	+	+	+	+	+	+

### 5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практ. занятия	Самост. работа	Всего часов
1	1. Проблема перетренировки	2	2	24	28
2	2. Проблема травм головного мозга в спорте	1	1	24	26
3	3. Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках	1	1	24	26
4	4. Проблема иммунодепрессии в спорте	2	2	24	28
	Всего	6	6	96	108

## 6. Лекции

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Виды и причины острого утомления и перетренировки при интенсивных физических нагрузках.	2
2	2	Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции.	1
3	3	Виды и механизмы обмороков: гипогликемия, ортостаз, гипотензия.	1
4	4	Связь инфекционных заболеваний у спортсменов с величиной физической нагрузки	2
		Всего	6

## 7. Лабораторный практикум

Не предусмотрен

## 8. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	1	<b>Проблема перетренировки (2 часа)</b>	
2	1	Механизмы, симптомы, диагностика перетренировки у спортсменов	2
3	2	<b>Проблема травм головного мозга в спорте (1 часа)</b>	
4	2	Эффект физической тренировки на когнитивные функции мозга. Травмы головного мозга и когнитивные функции.	1
5	3	<b>Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках (1 часа)</b>	
6	3	Статистика внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее профилактика	1
7	4	<b>Проблема иммунодепрессии в спорте (2 часа)</b>	
8	4	Механизмы снижения иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов.	2
<b>Всего</b>			<b>6</b>

## 9. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

### 9.1. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
<b>I. Проблема перетренировки (24 часов)</b>			
1	Виды и причины острого утомления и перетренировки при интенсивных физических нагрузках.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
2	Механизмы перетренировки. Симптомы перетренировки. Оценка перетренировки у спортсменов.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12

<b>2. Проблема травм головного мозга в спорте (24 часов)</b>			
3	Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции..	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
4	Эффект физической тренировки на когнитивные функции мозга. Травмы головного мозга и когнитивные функции	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
<b>3. Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках (24 часов)</b>			
5	Виды и механизмы обмороков: гипогликемия, ортостаз, гипотензия.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
6	Статистика внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее профилактика	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
<b>4. Проблема иммунодепрессии в спорте (24 часов)</b>			
7	Связь инфекционных заболеваний у спортсменов с величиной физической нагрузки.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
8	Механизмы снижения иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию	12
16	<b>Всего</b>		<b>96</b>

## 9.2. Тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрено.

## 9.3. Примерная тематика рефератов

1. Причины центрального утомления
2. Причины периферического утомления
3. Причины, механизмы и симптомы перенапряжения в спорте.
4. Причины и механизмы и симптомы перетренировки в спорте
5. Причины смертности в общей популяции людей в мире и в России
6. Влияние двигательной активности на структурные особенности головного мозга
7. Нарушение когнитивных функций в результате травм головы
8. Связь двигательной активности с заболеваемостью и смертностью.
9. Виды и механизмы обмороков при напряженной физической нагрузке: гипогликемия, ортостаз, гипотензия.
10. Причины внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее профилактика
11. Профилактика внезапной смерти в спорте.
12. Заболеваемость у спортсменов.
13. Связь простудных заболеваний с величиной физической нагрузки у спортсменов.
14. Механизмы иммунодепрессии у высококвалифицированных спортсменов
15. Заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов: роль высоких физических нагрузок.

**10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Актуальные проблемы современного спорта»**

Шифр компетенции		Формулировка	
ОПК-1		Владение методологией и методами педагогического исследования	
<b>Базовый уровень</b>			
<b>Знает:</b> - основы методологии и классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска		зачет	<b>Вопрос к зачету:</b> Эффекты физической тренировки на структуры головного мозга Механизмы улучшения когнитивных функций под влиянием физической тренировки Травмы головного мозга и когнитивные функции. Кардиальная причина внезапной смерти в спорте.
Шифр компетенции		Формулировка	
ОПК-4		Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук	
<b>Базовый уровень</b>			
<b>Умеет:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики		зачет	<b>Вопрос к зачету:</b> Спортивные травм как причина смерти в спорте. Допинг и внезапная смерть в спорте. Гликемические обмороки при физических нагрузках Ортостатические обмороки в спорте
Шифр компетенции		Формулировка	
ПК-1		Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (формулировать проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	
Содержательное описание уровня		Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>			
<b>Знает:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры		зачет	<b>Вопросы к зачету:</b> Виды и причины утомления и перенапряжения при интенсивных физических нагрузках. Механизмы, симптомы, диагностика перетренировки у спортсменов
<b>Умеет:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и			

адаптивной физической культуры		
<b>Повышенный уровень</b>		
<b>Владеет:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования	зачет	<b>Вопросы к зачету:</b> Гипотензивные обмороки при физических нагрузках. Заболеваемость у спортсменов. Связь инфекционных заболеваний с величиной физической нагрузки
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
ПК-3	Способность организовать научно-исследовательскую, проектную, учебно-профессиональную и иную деятельность обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП	
<b>Содержательное описание уровня</b>	<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине</b>
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Знает:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий <b>Умеет:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся	зачет	<b>Вопросы к зачету:</b> Снижение иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов Механизмы снижения противоинфекционного иммунитета у спортсменов
<b>Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:</b>		
Для допуска к Зачету необходимо: посещение лекций, активная работа на практических занятиях, работа с научной литературой, написание реферата и другие виды работ, предусмотренные программой.		
<b>Критерии оценки результатов прохождения аспирантом промежуточной аттестации:</b>		
<b>«зачтено»</b>	Аспирант демонстрирует навыки описания, анализа и интерпретации результатов научного исследования. Аспирант знает сущность основных теорий, современных концепций направления и развития теории и методики физического воспитания, умеет их критически оценивать и анализировать, понимает содержание и специфику деятельностного подхода. Знает основы методологии педагогического исследования, классификацию и специфику применения современных методов исследования. Демонстрирует навыки поиска научной информации и ее обработки. Компетенции сформированы как минимум на базовом уровне.	
<b>«не зачтено»</b>	Аспирант называет методы исследования в области теории и методики физического воспитания; имеет поверхностные сведения о современных направлениях изучения спорта; ошибается в употреблении терминов; анализирует результаты исследования, но затрудняется их интерпретировать. Не может критически оценить современные концепции в области теории и методики физического воспитания, допускает ошибки в выборе методов научного исследования. Имеет поверхностные знания основ методологии педагогического исследования, но не может говорить о специфике применения современных методов исследования. Демонстрирует отрывочное знание материала, допускает больше трех фактических ошибок. Аспирант не демонстрирует умений и навыков, свидетельствующих о сформированности заявленных компетенций.	



## **11. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины «Актуальные проблемы современного спорта»**

### **а) основная литература**

1. Гаврилова Е.А. Спортивное сердце. Стрессорная кардиомиопатия. - М.: Советский спорт, 2007.-200 с., 1 экз.
2. Мельников А.А. Физиологические основы спортивной подготовки: учебное пособие. – Ярославль. Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2006. – 180 с., 5 экз.
3. Физическая культура и спорт в современном обществе [Электронный ресурс] : сборник статей / В.С. Беляев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский городской педагогический университет, 2011. — 232 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26645.html>

### **б) дополнительная литература**

1. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., стер. — М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. — 608 с., 1 экз.
2. Смоленский А.В., Любина Б.Г. Внезапная смерть в спорте: мифы и реальность. Теория и практика физ. культуры. 2002, №10, С.39-42., 1 экз.
3. Суник А. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX–XX веков [Электронный ресурс] / А. Суник. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2004. — 763 с. — 5-85009-853-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57654.html>
4. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс] : материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А.В. Аверкова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2015. — 206 с. — 978-5-85094-594-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51800.html>
5. Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения [Электронный ресурс] : материалы Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (20 июня 2014 года) / Е.З. Абросимов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, 2014. — 181 с. — 978-5-85094-568-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51801.html>

### **в) программное обеспечение**

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition.

## **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru))

5. ЭПС «Система Гарант-Максимум»
6. ЭПС «Консультант Плюс»
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>.
8. Научная педагогическая электронная библиотека <http://elib.gnpbu.ru/>
9. Электронная библиотека: библиотека диссертаций. Российская государственная библиотека <http://diss.rsl.ru/>.

### **13. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Подготовка аспиранта осуществляется на основе лекционных и практических занятий, самостоятельной работы, а также изучения литературы, рекомендованной преподавателем дисциплины.

Изучение курса предполагает органическое сочетание педагогического и лингвистического подходов и не допускает подмену одного из них другим.

В связи с тем, что при изучении курса большое место занимает самостоятельная работа аспирантов, в том числе написание реферата.

**Методические указания для реферата.** Реферат - форма оценивания самостоятельной работы аспирантов. В реферате аспирант должен показать умение самостоятельно ставить задачи, составлять план, анализировать найденные материалы научно-методической литературы и правильно раскрывать тему. Реферат должен быть написан на 20-26 страницах и иметь следующую структуру и разделы 1. Титульный лист; 2. Оглавление (содержание); 3. Введение; 4. Текст, написанный по главам; 5. Заключение (выводы); 6. Библиографический список; 7. Приложения (если есть).

**Оценка реферата** происходит после его защиты у преподавателя в форме устного ответа по теме реферата.

Критерии оценки реферата: 1) полнота раскрытия темы; 2) научность изложения; 3) новизна литературных источников; 4) грамотность написания; 5) аккуратность оформления; 6) правильность структуры реферата; 7) оригинальность темы и содержания реферата.

### **Вопросы к зачету**

1. Виды и причины утомления и перенапряжения при интенсивных физических нагрузках.
2. Механизмы, симптомы, диагностика перетренировки у спортсменов
3. Основные когнитивные функции. Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции
4. Эффекты физической тренировки на структуры головного мозга
5. Механизмы улучшения когнитивных функций под влиянием физической тренировки
6. Травмы головного мозга и когнитивные функции.
7. Кардиальная причина внезапной смерти в спорте.
8. Спортивные травм как причина смерти в спорте.
9. Допинг и внезапная смерть в спорте.
10. Гликемические обмороки при физических нагрузках
11. Ортостатические обмороки в спорте
12. Гипотензивные обмороки при физических нагрузках.
13. Заболеваемость у спортсменов. Связь инфекционных заболеваний с величиной физической нагрузки
14. Снижение иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов
15. Механизмы снижения противоинфекционного иммунитета у спортсменов

#### 14. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе проведения лекционных и практических занятий возможно использование мультимедийных и информационных технологий для презентации итогов исследовательской и аналитической деятельности как преподавателя, так и аспиранта. Информационные и компьютерные технологии используются при освоении дисциплины для самостоятельного поиска дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных. Использование электронной почты преподавателей и обучающихся возможно для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время освоения дисциплины.

#### 15. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория для занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации 150000, Ярославская область, г. Ярославль, Которосльская набережная, д. 46а, учебный корпус ФФК, ауд. 102	Специализированная мебель, набор демонстрационного оборудования (переносной мультимедийный проектор, ноутбук с звуковоспроизводящими колонками, экран)	Microsoft Windows, номер лицензии 69108710; Microsoft Office, номер лицензии 69108710; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition, номер лицензии 1FB6-180215-114440-5-110.
Помещение для самостоятельной работы (читальный зал Фундаментальной библиотеки ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, электронный читальный зал) 150000, Ярославская область, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108, учебный корпус 1, ауд. 315	Специализированная мебель, 9 ПК, комплект лицензионного программного обеспечения, ЭБС IPRbooks, ЭБС «ЮРАЙТ», доступ в электронную образовательную среду	Microsoft Windows, номер лицензии 67698847; Microsoft Office, номер лицензии 67698847; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition, номер лицензии 1FB6-180215-114440-5-110.

**16. Преподавание дисциплины «Актуальные проблемы современного спорта» на заочном отделении**

**16.1. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>4</b>		<b>4</b>
В том числе:			
Лекции	2		2
Практические занятия (ПЗ)	2		2
Семинары (С)			
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>104</b>		<b>104</b>
Подготовка к практическим занятиям			24
Подготовка реферата			40
Работа с научной литературой			40
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			зачет
<b>Общая трудоемкость, часов</b>	<b>108</b>		<b>108</b>
<b>Зачетных единиц:</b>	<b>3</b>		<b>3</b>

**16.2 Содержание дисциплины**

**16.2.1. Содержание разделов дисциплины**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практ. занятия	Самост. работа	Всего часов
1	1. Проблема перетренировки	0,5	0,5	26	27
2	2. Проблема травм головного мозга в спорте	0,5	0,5	26	27
3	3. Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках	0,5	0,5	26	27
4	4. Проблема иммунодепрессии в спорте	0,5	0,5	26	27
	Всего	2	2	104	108

**16.2.2. Лекции**

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Виды и причины острого утомления и перетренировки при интенсивных физических нагрузках.	0,5
2	2	Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции.	0,5
3	3	Виды и механизмы обмороков: гипогликемия, ортостаз, гипотензия.	0,5
4	4	Связь инфекционных заболеваний у спортсменов с величиной физической нагрузки	0,5
<b>Всего</b>			<b>2</b>

### 16.2.3. Лабораторный практикум. Не предусмотрен

### 16.2.4. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
<b>Проблема перетренировки (0,5 часа)</b>			
1	1	Механизмы, симптомы, диагностика перетренировки у спортсменов	0,5
<b>Проблема травм головного мозга в спорте (0,5 часа)</b>			
2	2	Эффект физической тренировки на когнитивные функции мозга. Травмы головного мозга и когнитивные функции.	0,5
<b>Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках (0,5 часа)</b>			
3	3	Статистика внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее профилактика	0,5
<b>Проблема иммунодепрессии в спорте (0,5 часа)</b>			
4	4	Механизмы снижения иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов.	0,5
<b>Всего</b>			<b>2</b>

### 16.3. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
<b>1. Проблема перетренировки</b>			
1	Виды и причины острого утомления и перетренировки при интенсивных физических нагрузках.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
2	Механизмы перетренировки. Симптомы перетренировки. Оценка перетренировки у спортсменов.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>2. Проблема травм головного мозга в спорте</b>			
3	Структуры головного мозга, ответственные за когнитивные функции..	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
4	Эффект физической тренировки на когнитивные функции мозга. Травмы головного мозга и когнитивные функции	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>3. Проблема обмороков и внезапной смертности при физических нагрузках</b>			
5	Виды и механизмы обмороков: гипогликемия, ортостаз, гипотензия.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
6	Статистика внезапной смерти в спорте: кардиальные, травмы, допинг и ее	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13

	профилактика		
<b>4. Проблема иммунодепрессии в спорте</b>			
7	Связь инфекционных заболеваний у спортсменов с величиной физической нагрузки.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
8	Механизмы снижения иммунитета и заболевания верхних дыхательных путей у спортсменов.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>Всего</b>			<b>104</b>

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Ярославский государственный педагогический  
университет им. К. Д. Ушинского»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научной работе

А.М. Ходырев

2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.01.02 «ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ  
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ»**

Образовательная программа: основная профессиональная образовательная программа высшего образования – программа подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре

Направление подготовки 44.06.01 Образование и педагогические науки

Направленность (профиль) Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Присваиваемая квалификация:

**«Исследователь. Преподаватель-исследователь»**

Разработчики:  
профессор кафедры физического  
воспитания, доктор биологических наук

А.А. Мельников

Утверждено на заседании кафедры  
Теории физической культуры  
«10» 16 2018 г., протокол № 10

А.Д. Викулов

Зав. кафедрой

Ярославль  
2018

## 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель дисциплины «Физиологические основы развития физических качеств»** – формирование интегративных знаний в области спортивной физиологии, спортивной биохимии, теоретико-методических основ физического воспитания, определяющих развитие технологий совершенствования физических качеств, а также их применение оздоровительной направленностью.

Основными **задачами** курса являются:

- 1) изучение физиологических основ физических качеств;
- 2) формирование биохимических основ физических качеств;
- 3) изучение возрастных особенностей совершенствования физических качеств
- 4) формирование современных представлений о методиках развития физических качеств разных категорий граждан;
- 5) формирование навыков объективной регистрации уровня развития физических качеств;
- 6) формирование умений и навыков самостоятельного поиска современных источников информации о методах развития физических качеств.

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) «Физиологические основы развития физических качеств» включена в вариативную часть Блока 1. Шифр дисциплины – **Б1.В.ДВ.01.02**.

Дисциплина базируется на знаниях, полученных аспирантами в результате освоения образовательной программы высшего образования второго уровня (магистратура, специалитет), а также в результате освоения на 1 курсе аспирантуры дисциплины «Методология педагогического исследования».

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен:

- **знать** базовые положения и основную научную проблематику в изучаемой предметной области, модели мышления, характерные для соответствующего профессионального сообщества; алгоритмы овладения новыми знаниями с целью повышения своего интеллектуального и общекультурного уровня.;
- **уметь** осуществлять последовательность действий на основе обоснованного выбора адекватных проблеме знаний, информации и поставленных целей;
- выявлять проблемные несоответствия, выделять составные части проблемы и отделять ее ключевые аспекты от второстепенных;
- самостоятельно получать новые знания и исследовать проблему на основе анализа и синтеза информации;
- **владеть** опытом рассмотрения изучаемого объекта как системы, как целого с его структурные компонентами и разнообразными связями;
- анализировать причинно-следственные связи явлений, оценивать степень их сложности и значимости в развитии исследуемых процессов;
- опытом планирования самостоятельной познавательной деятельности в соответствии с актуальными тенденциями конкретной области профессиональных знаний.

Для успешного изучения дисциплины аспирант должен обладать следующими компетенциями: способность к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1); способность проектировать и осуществлять комплексные исследования, в том числе междисциплинарные, на основе целостного системного научного мировоззрения с использованием знаний в области истории и философии науки (УК-2); способность следовать этическим нормам в профессиональной деятельности (УК-5).

Дисциплина «Физиологические основы развития физических качеств» изучается параллельно с освоением таких дисциплин, как: Б1.В.02 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

Дисциплина «Физиологические основы развития физических качеств» направлена на



подготовку к сдаче кандидатского экзамена, осуществление научно-исследовательской деятельности аспиранта по направленности программы аспирантуры и подготовку научного доклада о результатах НКР (диссертации).

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиологические основы развития физических качеств»

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОПК-1, ОПК-4, ПК-1, ПК-3.

КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Средства формирования	Средства оценивания	Уровни освоения компетенций
Шифр компетенции	Формулировка				
<b>Общепрофессиональные компетенции:</b>					
ОПК-1	Владение методологией и методами педагогического исследования	<b>Знать:</b> - основы методологии и классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - основы методологии и классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска
ОПК-4	Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук	<b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый:</b> <b>Уметь:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики
<b>Профессиональные компетенции:</b>					
ПК-1	Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической	<b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Уметь:</b> - анализировать и	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Уметь:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики

	культуры (формулировать проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)	критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования			физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры <b>Повышенный:</b> <b>Владеть:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования
<b>ПК-3</b>	Способность организовать научно-исследовательскую, проектную, учебно-профессиональную и иную деятельность обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП	<b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий <b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся	Лекции Работа на практических занятиях. Работа с научной литературой. Подготовка реферата	Реферат Зачет	<b>Базовый уровень:</b> <b>Знать:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий <b>Уметь:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		IV
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
В том числе:		
Лекции		6
Практические занятия		6
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>96</b>	<b>96</b>
В том числе:		
Подготовка к практическим занятиям	30	30
Подготовка реферата	36	36
Работа с научной литературой	30	30
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет	зачет
<b>Общая трудоемкость часов</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>зачетных единиц</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела (в дидактических единицах)
1	Физиологические основы выносливости	Виды выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие выносливость. Методы совершенствования общей и специальной выносливости.
2	Физиологические основы мышечной силы	Виды мышечной силы. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу. Методы совершенствования мышечной силы.
3	Физиологические основы быстроты движений	Виды быстроты. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений. Методы совершенствования быстроты движений.
4	Физиологические основы двигательной ловкости	Виды двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость. Методы совершенствования двигательной ловкости.

### 5.2. Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	№№ разделов дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин					
		1	2	3	4	5	6
1	Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	+	+	+	+	+	+
2	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (научно-исследовательская практика)	+	+	+	+	+	+
3	Научно-исследовательская деятельность	+	+	+	+	+	+
4	Подготовка НКР (диссертации)	+	+	+	+	+	+

### 5.3. Разделы дисциплин и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практ. занятия	Самост. работа	Всего часов
1	Физиологические основы выносливости	2	2	24	28
2	Физиологические основы мышечной силы	1	1	24	26
3	Физиологические основы быстроты движений	1	1	24	26
4	Физиологические основы двигательной ловкости	2	2	24	28
	Всего	6	6	96	108

## 6. Лекции

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Виды выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие выносливость.	2
2	2	Виды мышечной силы. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу.	1
3	3	Виды быстроты. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений	1
4	4	Виды двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость.	2
		Всего	6

## 7. Лабораторный практикум

Не предусмотрен

## 8. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	1	Методы совершенствования общей и специальной выносливости.	2
2	2	Методы совершенствования мышечной силы.	1
3	3	Методы совершенствования быстроты движений.	1
4	4	Методы совершенствования двигательной ловкости.	2
5	Всего		6

## 9. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

### 9.1. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
<b>1. Физиологические основы выносливости</b>			
1	Виды выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие выносливость.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
2	Методы совершенствования общей и специальной выносливости	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
<b>2. Физиологические основы мышечной силы</b>			
3	Виды мышечной силы. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
4	Методы совершенствования мышечной силы.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
<b>3. Физиологические основы быстроты движений</b>			
5	Виды быстроты. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12

	движений.		
6	Методы совершенствования быстроты движений.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
<b>4. Физиологические основы двигательной ловкости</b>			
7	Виды двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
8	Методы совершенствования двигательной ловкости.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	12
	<b>Всего</b>		<b>96</b>

## 9.2. Тематика курсовых работ (проектов). Не предусмотрено.

### 9.3. Примерная тематика рефератов

#### Раздел 1. Технологии совершенствования выносливости

1. Факторы, определяющие аэробную выносливость
2. Факторы, определяющие скоростную выносливость
3. Факторы, определяющие силовую выносливость
4. Методики развития аэробной выносливости
5. Методики развития скоростной выносливости
6. Методики развития силовой выносливости
7. Возрастные особенности развития выносливости

#### Раздел 2. Технологии совершенствования мышечной силы

8. Факторы, определяющие абсолютную силу
9. Факторы, определяющие относительную мышечную силу
10. Средства и методы развития абсолютной силы
11. Методики гипертрофической тренировки
12. Средства и методы развития силовой выносливости
13. Средства и методы развития взрывной силы
14. Возрастные особенности развития мышечной силы

#### Раздел 3. Технологии совершенствования быстроты движений

15. Факторы, определяющие быстроту движений
16. Средства и методы развития мощности одиночных движений
17. Средства и методы развития скорости бега
18. Средства и методы развития скорости реакции
19. Возрастные особенности развития быстроты движений

#### Раздел 4. Технологии совершенствования двигательной ловкости

20. Факторы, определяющие ловкость движений
21. Средства и методы развития равновесия вертикальной позы
22. Средства и методы развития пространственной ловкости
23. Средства и методы развития игровой ловкости
24. Возрастные особенности развития двигательной ловкости

## 10. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Шифр компетенции	Формулировка	
ОПК-1	Владение методологией и методами педагогического исследования	
<b>Базовый уровень</b>		
Знает: - основы методологии и	зачет	Вопрос к зачету: Средства и методы совершенствования

классификацию современных методов педагогического исследования и специфику их применения; - основные источники научной информации и методы ее поиска		специальной выносливости. Определение основных видов мышечной силы.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
<b>ОПК-4</b>	<b>Готовность организовать работу исследовательского коллектива в области педагогических наук</b>	
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Умеет:</b> - определять актуальные направления исследовательской деятельности научного коллектива с учетом тенденций развития науки и практики	<b>зачет</b>	<b>Вопрос к зачету:</b> Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу. Методы оценки мышечной силы. Средства и методы совершенствования мышечной силы. Определение основных видов быстроты.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
<b>ПК-1</b>	<b>Способность проводить теоретические и экспериментальные исследования в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (формулировать проблемы для исследования; ставить цель и конкретизировать ее на уровне задач; выстраивать научный аппарат исследования; строить модели исследуемых процессов или явлений)</b>	
<b>Содержательное описание уровня</b>	<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине</b>
<b>Базовый уровень</b>		
<b>Знает:</b> - современные концепции, тенденции, направления развития и терминологию в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры	<b>зачет</b>	<b>Вопросы к зачету:</b> Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений. Методы оценки быстроты движений, скорости реакции. Методы совершенствования быстроты движений.
<b>Умеет:</b> - анализировать и критически оценивать современные концепции и теории в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры		
<b>Повышенный уровень</b>		
<b>Владеет:</b> - навыками описания и интерпретации результатов научного исследования	<b>зачет</b>	<b>Вопросы к зачету:</b> Определение основных видов двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость. Методы оценки двигательной ловкости.
<b>Шифр компетенции</b>	<b>Формулировка</b>	
<b>ПК-3</b>	<b>Способность организовать научно-исследовательскую, проектную, учебно-профессиональную и иную деятельность обучающихся по программам бакалавриата и (или) ДПП</b>	

Содержательное описание уровня	Форма промежуточной аттестации	Средства оценивания в рамках промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине
<b>Базовый уровень</b>		
<p><b>Знает:</b> - основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять процесс планирования, организации научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся</p>	<b>зачет</b>	<p><b>Вопросы к зачету:</b> Определение основных видов выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие аэробную выносливость. Физиологические и биохимические факторы, определяющие скоростную выносливость.</p>
<b>Требования к проведению промежуточной аттестации по дисциплине:</b>		
Для допуска к Зачету необходимо: посещение лекций, активная работа на практических занятиях, работа с научной литературой, написание реферата и другие виды работ, предусмотренные программой.		
<b>Критерии оценки результатов прохождения аспирантом промежуточной аттестации:</b>		
«зачтено»	Аспирант демонстрирует навыки описания, анализа и интерпретации результатов научного исследования. Аспирант знает сущность основных теорий, современных концепций направления и развития теории и методики физического воспитания, умеет их критически оценивать и анализировать, понимает содержание и специфику деятельностного подхода. Знает основы методологии педагогического исследования, классификацию и специфику применения современных методов исследования. Демонстрирует навыки поиска научной информации и ее обработки. Компетенции сформированы как минимум на базовом уровне.	
«не зачтено»	Аспирант называет методы исследования в области теории и методики физического воспитания; имеет поверхностные сведения о современных направлениях изучения спорта; ошибается в употреблении терминов; анализирует результаты исследования, но затрудняется их интерпретировать. Не может критически оценить современные концепции в области теории и методики физического воспитания, допускает ошибки в выборе методов научного исследования. Имеет поверхностные знания основ методологии педагогического исследования, но не может говорить о специфике применения современных методов исследования. Демонстрирует отрывочное знание материала, допускает больше трех фактических ошибок. Аспирант не демонстрирует умений и навыков, свидетельствующих о сформированности заявленных компетенций.	

## 11. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины «Физиологические основы развития физических качеств»

### а) основная литература

1. Волков Н.И., Несен Э.Н. Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 504 с., 5 экз.
2. Городничев Р.М. Физиология силы [Электронный ресурс] : монография / Р.М. Городничев, В.Н. Шляхтов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 232 с. — 978-5-906839-71-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63657.html>
3. Уилмор Дж., Костил Д.Л. Физиология спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2001. – 504 с., 1 экз.

### б) дополнительная литература

1. Ершов Ю.А. Общая биохимия и спорт [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю.А. Ершов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2010. — 368 с. — 978-5-211-05595-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/13096.html>

2. Камкин А., Каменский А. Фундаментальная и клиническая физиология: Уч-к для аспирантов высших учебных заведений. М: Изд. центр «Академия», 2004. – 1072 с., 5 экз.
3. Капилевич Л.В. Физиология спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Капилевич. — Электрон. текстовые данные. — Томск: Томский политехнический университет, 2011. — 142 с. — 978-5-98298-834-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/34729.html>
4. Кулиненко О.С. Биохимия в практике спорта [Электронный ресурс] / О.С. Кулиненко, И.А. Лапшин. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2018. — 184 с. — 978-5-9500179-7-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74291.html>
5. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. — 8-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2018. — 624 с. — 978-5-9500179-3-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74306.html>
6. Чинкин А.С. Физиология спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.С. Чинкин, А.С. Назаренко. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 120 с. — 978-5-9907239-2-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43922.html>

#### **в) программное обеспечение**

Наименования ежегодно обновляемых лицензионных программных продуктов, используемых при изучении дисциплины:

- Microsoft Windows
- Microsoft Office
- Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition.

#### **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы)**

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru – рефераты, полные тексты научных статей из российских и зарубежных журналов;
2. Электронно-библиотечная система IPRbooks - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий (<http://www.iprbookshop.ru>)
3. ФГНУ «Научная педагогическая библиотека имени К. Д. Ушинского» <http://elib.gnpbu.ru/>.
4. Электронно-библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» - полнотекстовая база учебных и учебно-методических электронных изданий ([www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru))
5. ЭПС «Система Гарант-Максимум»
6. ЭПС «Консультант Плюс»
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>.
8. Научная педагогическая электронная библиотека <http://elib.gnpbu.ru/>
9. Электронная библиотека: библиотека диссертаций. Российская государственная библиотека <http://diss.rsl.ru/>.

#### **13. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Подготовка аспиранта осуществляется на основе лекционных и практических занятий, самостоятельной работы, а также изучения литературы, рекомендованной преподавателем дисциплины.

Изучение курса предполагает органическое сочетание педагогического и лингвистического подходов и не допускает подмену одного из них другим.

В связи с тем, что при изучении курса большое место занимает самостоятельная работа аспирантов, в том числе написание реферата.

**Методические указания для реферата.** Реферат - форма оценивания самостоятельной работы аспирантов. В реферате аспирант должен показать умение самостоятельно ставить задачи, составлять план, анализировать найденные материалы научно-методической литературы и правильно раскрывать тему. Реферат должен быть написан на 20-26 страницах



и иметь следующую структуру и разделы 1. Титульный лист; 2. Оглавление (содержание); 3. Введение; 4. Текст, написанный по главам; 5. Заключение (выводы); 6. Библиографический список; 7. Приложения (если есть).

**Оценка реферата** происходит после его защиты у преподавателя в форме устного ответа по теме реферата.

Критерии оценки реферата: 1) полнота раскрытия темы; 2) научность изложения; 3) новизна литературных источников; 4) грамотность написания; 5) аккуратность оформления; 6) правильность структуры реферата; 7) оригинальность темы и содержания реферата.

#### **Вопросы к зачету**

1. Определение основных видов выносливости.
2. Физиологические и биохимические факторы, определяющие аэробную выносливость.
3. Физиологические и биохимические факторы, определяющие скоростную выносливость.
4. Методы оценки основных видов выносливости: максимальное потребление кислорода, порог анаэробного обмена, тест PWC170.
5. Средства и методы совершенствования общей выносливости.
6. Средства и методы совершенствования специальной выносливости.
7. Определение основных видов мышечной силы.
8. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу.
9. Методы оценки мышечной силы.
10. Средства и методы совершенствования мышечной силы.
11. Определение основных видов быстроты.
12. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений.
13. Методы оценки быстроты движений, скорости реакции.
14. Методы совершенствования быстроты движений.
15. Определение основных видов двигательной ловкости.
16. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость.
17. Методы оценки двигательной ловкости.
18. Средства и методы совершенствования двигательной ловкости.
19. Физиологические факторы, определяющие суставную гибкость.
20. Возрастные особенности развития физических качеств.

#### **14. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В процессе проведения лекционных и практических занятий возможно использование мультимедийных и информационных технологий для презентации итогов исследовательской и аналитической деятельности как преподавателя, так и аспиранта. Информационные и компьютерные технологии используются при освоении дисциплины для самостоятельного поиска дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных. Использование электронной почты преподавателей и обучающихся возможно для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем во время освоения дисциплины.

#### **15. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

<p>Учебная аудитория для занятий лекционного, семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации 150000, Ярославская область, г. Ярославль, Которосльская набережная, д. 46а, учебный корпус ФФК, ауд. 102</p>	<p>Специализированная мебель, набор демонстрационного оборудования (переносной мультимедийный проектор, ноутбук с звуковоспроизводящими колонками, экран)</p>
<p>Помещение для самостоятельной работы (читальный зал Фундаментальной библиотеки ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, электронный читальный зал) 150000, Ярославская область, г. Ярославль, ул. Республиканская, д. 108, учебный корпус I, ауд. 315</p>	<p>Специализированная мебель, 9 ПК, комплект лицензионного программного обеспечения, ЭБС IPRbooks, ЭБС «ЮРАЙТ», доступ в электронную образовательную среду</p>

## 16. Преподавание дисциплины на заочном отделении

### 16.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		3	4
Контактная работа с преподавателем (всего)	4		4
В том числе:			
Лекции	2		2
Практические занятия (ПЗ)	2		2
Семинары (С)			
Самостоятельная работа (всего)	104		104
Подготовка к практическим занятиям			24
Подготовка реферата			40
Работа с научной литературой			40
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)			зачет
<b>Общая трудоемкость, часов</b>	<b>108</b>		<b>108</b>
<b>Зачетных единиц:</b>	<b>3</b>		<b>3</b>

### 16.2 Содержание дисциплины

#### 16.2.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекции	Практ. занятия	Самост. работа	Всего часов
1	Физиологические основы выносливости	0,5	0,5	26	27
2	Физиологические основы мышечной силы	0,5	0,5	26	27
3	Физиологические основы быстроты движений	0,5	0,5	26	27
4	Физиологические основы двигательной ловкости	0,5	0,5	26	27
	Всего	2	2	104	108

#### 16.2.2. Лекции

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (час.)
1	1	Виды выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие выносливость.	0,5
2	2	Виды мышечной силы. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу.	0,5
3	3	Виды быстроты. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений	0,5
4	4	Виды двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость.	0,5
		Всего	2

### 16.2.3. Лабораторный практикум. Не предусмотрен

### 16.2.4. Практические занятия (семинары)

№ п/п	№ раздела дисциплины	Тематика практических занятий (семинаров)	Трудоемкость (час.)
1	1	Методы совершенствования общей и специальной выносливости.	0,5
2	2	Методы совершенствования мышечной силы.	0,5
3	3	Методы совершенствования быстроты движений.	0,5
4	4	Методы совершенствования двигательной ловкости.	0,5
5	<b>Всего</b>		<b>2</b>

### 16.3. Содержание самостоятельной работы аспирантов по темам

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы аспирантов	Трудоемкость (час.)
<b>1. Физиологические основы выносливости</b>			
1	Виды выносливости. Физиологические и биохимические факторы, определяющие выносливость.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
2	Методы совершенствования общей и специальной выносливости	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>2. Физиологические основы мышечной силы</b>			
3	Виды мышечной силы. Физиологические и биохимические факторы, определяющие мышечную силу.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
4	Методы совершенствования мышечной силы.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>3. Физиологические основы быстроты движений</b>			
5	Виды быстроты. Физиологические и биохимические факторы, определяющие быстроту движений.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
6	Методы совершенствования быстроты движений.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
<b>4. Физиологические основы двигательной ловкости</b>			
7	Виды двигательной ловкости. Физиологические факторы, определяющие двигательную ловкость.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой.	13
8	Методы совершенствования двигательной ловкости.	Подготовка реферата. Работа с научной литературой. Подготовка к практическому занятию.	13
	<b>Всего</b>		<b>104</b>