

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1.О.06.01
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Методы исследовательской (проектной) деятельности в сфере тренерской деятельности и
фитнес-индустрии

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль)

Тренерская деятельность в области физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Год набора: 2026

Общая трудоемкость: 3 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	4	Итого
Форма контроля	Зачет с оценкой	
Вид занятий		
Лекции	16	16
Лабораторные		
Практические	32	32
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР	-	-
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа	48,25	48,25
Самостоятельная работа	59,75	59,75
Контроль		
Итого	108	108

Рабочую программу составил(и):

Доцент, к.п.н., доцент, Подлубная А.А.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☐

Отсутствует

☐

Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) Тренерская деятельность в дополнительном образовании и фитнес-индустрии

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2030_ г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризме»

(протокол заседания №2 от «22» сентября 2025 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель – формирование у обучающихся системных теоретических знаний и практических навыков планирования, организации и проведения научных исследований и реализации проектов в области физической культуры, спортивной тренировки и фитнес-индустрии, необходимых для повышения эффективности профессиональной деятельности и внедрения инноваций.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Теория и методика физического воспитания и спорта», «Спортивно-оздоровительный мониторинг», «Учебная практика (технологическая практика). Педагогическая диагностика метапредметных образовательных результатов».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Учебная практика (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы))», «Производственная практика (научно-исследовательская работа)», «Производственная практика (преддипломная практика)», «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1. Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления, аргументированно формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение	Знать: о тенденциях развития мировой педагогической науки и практики; об инновационных тенденциях в отечественном образовании
		Уметь: выявлять суть проблемной ситуации
		Владеть: навыками описания проблемной ситуации
	УК-1.2. Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности	Знать: о современных проблемах науки и образования при решении профессиональных задач
		Уметь: использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач
		Владеть: способами использования знаний о современных проблемах науки и образования при решении профессиональных задач
	УК-1.3. Анализирует источники информации с	Знать: методы критического анализа, адекватные проблемной ситуации

	целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений	Уметь: осуществлять отбор методов критического анализа, адекватным проблемной ситуации
		Владеть: навыками использования методов критического анализа, адекватным проблемной ситуации
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Определяет совокупность взаимосвязанных задач и ресурсное обеспечение, условия достижения поставленной цели, исходя из действующих правовых норм	Знать: - круг задач в рамках поставленной цели; - основные требования, предъявляемые к решению задач; - действующие правовые нормы;
		Уметь: разрабатывать документы планирования, формулируя цель, задачи, актуальность, значимость (научную, практическую, методическую и иную в зависимости от вида документа), ожидаемые результаты и возможные сферы их применения; - уметь предвидеть результат деятельности и планировать действия для достижения данного результата; - прогнозировать проблемные ситуации и риски в процессе планирования
		Владеть: навыками составления плана, направленного на решение задач для реализации поставленной цели; — навыками конструктивного преодоления возникающих разногласий и конфликтов.
	УК-2.2. Оценивает вероятные риски и ограничения, определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач	Знать: Круг задач в рамках поставленной цели, определять связь между ними
		Уметь: Выполнять задачи в зоне своей ответственности в соответствии запланированными результатами и точками контроля, при необходимости корректирует способы решения задач.
		Владеть: Способами решения поставленных задач и ожидаемые результаты, оценивает предложенные способы с точки зрения соответствия плана.
	УК-2.3. Использует инструменты и техники цифрового моделирования для реализации образовательных процессов	Знать: Реализацию задач в зоне своей ответственности с учетом имеющихся ресурсов и ограничений, действующих правовых норм.
		Уметь: Осуществлять мониторинг хода реализации разработанного плана.

		Владеть: Процедурами и механизмами оценки качества документов планирования, инфраструктурные условия для внедрения результатов планирования.
ОПК-9 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	ОПК-9.1 Выбирает современные информационные технологии и программные средства, в том числе отечественного производства, для решения задач профессиональной деятельности	Знать: как определить принципы, подходы, условия духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
		Уметь: определять принципы, подходы, условия духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
		Владеть: способностью определять принципы, подходы, условия духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
	ОПК-9.2 Демонстрирует способность использовать цифровые ресурсы для решения задач профессиональной деятельности	Знать: как проектировать в поликультурной образовательной среде создание условий духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
		Уметь: проектировать в поликультурной образовательной среде создание условий духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
		Владеть: способностью проектировать в поликультурной образовательной среде создание условий духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета)	Знать: теоретический материал в предметной области при решении профессиональных задач
		Уметь: использовать теоретические знания и практические навыки в предметной области
		Владеть: практическими умениями в предметной области при решении профессиональных задач
	ПК-1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах	Знать: содержание учебного материала Уметь: применять теоретические знания и навыки на практике для достижения конкретных целей

	обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО	Владеть: навыками использования теоретических знаний для решения практических задач в своей области
	ПК-1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные	Знать: формы, методы, технологии обучения
		Уметь: разрабатывать различные формы учебных занятий
		Владеть: навыками применения методов, приемов и технологий обучения, в том числе информационных
ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	ПК-5.1 Демонстрирует знание принципов проектирования, владения проектными технологиями	Знать: принципы проектирования, владения проектными технологиями
		Уметь: демонстрировать знаниями принципов проектирования.
		Владеть: проектными технологиями
	ПК-5.2 Разрабатывает и реализует индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Знать: индивидуальные особенности занимающихся для разработки и реализации учебно-проектной деятельности в соответствующей предметной области
		Уметь: разрабатывать и реализовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области
		Владеть: способностями проведения индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области.
	ПК-5.3 Использует передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области	Знать: передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области
		Уметь: использовать передовые педагогические технологии в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области
		Владеть: передовыми педагогическими технологиями в процессе реализации учебно-проектной деятельности обучающихся в соответствующей предметной области

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семес-тр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Раздел 1. Научные и проектные основы в сфере	Лек 1	Тема 1.1. Введение в дисциплину. Наука и проект в тренерской деятельности.	4	2	-	-	-
	ПрЗ 1	Тема 1.1. Введение. Анализ профессиональных проблем.	4	2	-	-	Практическое задание.
	ПрЗ 2	Тема 1.1. Введение. Постановка целей и задач.	4	2	-	-	Доклад и презентация. Тест
	Лек 2	Тема 1.2. Методология познания и проектного мышления.	4	2	-	-	-
	ПрЗ 3	Тема 1.2. Методология познания.	4	2	-	-	Практическое задание. Тест
	ПрЗ 4	Тема 1.2. Проектное мышление.	4	2	-	-	Доклад и презентация.
	Лек 3	Тема 1.3. Методология исследования и проектирования в тренерской деятельности и фитнес-индустрии.	4	2	-	-	-
	ПрЗ 5	Тема 1.3. Методическая и научно-исследовательская деятельность в области в тренерской деятельности и фитнес-индустрии. Разработка гипотезы.	4	2	4	-	Практическое задание. Тест
	ПрЗ 6	Тема 1.4. Методика научно-исследовательской и методической работы в сфере физической культуры, адаптивной физической культуры, спорте и туризме. Форма представления результатов НИР	4	2	3	-	Практическое задание. Тест
Раздел 2. Методы педагогических исследований. Их характеристики .	Лек 4	Тема 2.1. Анализ научно-методической литературы. Анализ документальных и архивных материалов. Тема 2.2. Педагогическое наблюдение	4	2	-	-	-

ПрЗ 7	Тема 2.1. Анализ научно-методической литературы. Анализ документальных и архивных материалов. Тема 2.2. Педагогическое наблюдение	4	2	3	-	Практическое задание. Тест
ПрЗ 8	Тема 2.3. Хронометрирование. Пульсометрия	4	2	4	-	Практическое задание. Тест
Лек 5	Тема 2.4. Метод опроса: беседа, интервью и анкетирование. Тема 2.5. Контрольные испытания. Тесты. Тестирование физической подготовленности и физического развития	4	2	-	-	-
ПрЗ 9	Тема 2.4. Метод опроса: беседа, интервью и анкетирование.	4	2	3	-	Практическое задание. Тест
ПрЗ 10	Тема 2.5. Контрольные испытания. Тесты. Тестирование физической подготовленности и физического развития	4	2	8	-	Практическое задание. Тест
Лек 6	Тема 2.5. Контрольные испытания. Тесты. Тестирование физической подготовленности и физического развития	4	2	-	-	-
ПрЗ 11	Тема 2.5. Контрольные испытания. Тесты. Тестирование физической подготовленности и физического развития	4	2	5	-	Практическое задание. Тест
ПрЗ 12	Тема 2.5. Контрольные испытания. Тесты. Тестирование физической подготовленности и физического развития	4	2	5	-	Доклад и презентация.
Лек 7	Тема 2.6. Педагогический эксперимент Тема 2.7. Методы математико-статистической обработки результатов педагогического эксперимента	4	2	-	-	-
ПрЗ 13	Тема 2.6. Педагогический эксперимент	4	2	5		Доклад и презентация.

	ПрЗ 14	Тема 2.7 Методы математико-статистической обработки результатов педагогического эксперимента	4	2	10		Практическое задание. Тест
	Лек 8	Тема 2.8 Требования к написанию и защите курсовых работ и выпускной квалификационной работы по направлениям подготовки в сфере физической культуры и спорта	4	2	-	-	-
	ПрЗ 15	Тема 2.8 Требования к написанию и защите курсовых работ и выпускной квалификационной работы по направлениям подготовки в сфере физической культуры и спорта	4	2	5		Практическое задание. Тест
	ПрЗ 16	Подготовка к тестированию	4	2	5	-	Тест
	ТИ	Итоговый тест по курсу через ОТ	4	2	100		
	СР	Выполнение практических заданий. Подготовка докладов и презентаций по разделу 1 и 2.	4	94	30	-	-
	ПА		4	0,35	-	-	-
	Контроль	Экзамен	4	35,65	-	-	-
	ПСЦ				10		
Итого:				108	(100+100)/2		

Схема расчета итогового балла - Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
4	Зачет с оценкой	«отлично»	85-100 баллов
		«хорошо»	70-84 баллов
		«удовлетворительно»	55-69 баллов
		«неудовлетворительно»	0-54 баллов

5. Образовательные технологии

Технология традиционного обучения.

Формы обучения: Практическое занятие. Самостоятельная работа. Индивидуальное домашнее задание. Методы обучения: Наглядные, словесные, практические.

Технологии проблемного обучения. Формы обучения. Проблемный семинар. Семинар с использованием эвристического (сократовского) метода. Методы обучения: Дискуссия. Решение проблемной (производственной) ситуации. Эвристический диалог (беседа).

Технология модульного обучения. Формы обучения: проблемный семинар, семинар с использованием метода анализа конкретных ситуаций. Методы обучения: решение ситуационных задач, презентационный метод.

Технология критического мышления. Формы обучения: Семинар «круглый стол». Методы обучения: дискуссия. Презентационный метод.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать практические задания, необходимые для текущего контроля
- выступить с докладом и презентационным материалом по заданным темам;
- уметь решать задачи по заданным темам.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
4	УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	Доклад с презентацией. Практические задания. Тестовые задания.
4	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Доклад с презентацией. Практические задания. Тестовые задания.
4	ОПК-9 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	Доклад с презентацией. Практические задания. Тестовые задания.
4	ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	Доклад с презентацией. Практические задания. Тестовые задания.
4	ПК-5 Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	Доклад с презентацией. Практические задания. Тестовые задания.

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Подготовить реферат и выступить с докладом и презентационным материалом.

Темы рефератов и докладов по разделу 1

1. Наука, ее функции, роль в обществе, в физической культуре, спорта, адаптивной физической культуры.
2. Научное знание, научное исследование.
3. Научно-методическая деятельность в процессе профессионального физкультурного образования.
4. Проблематика научных исследований по общим основам теории и методики физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
5. Проблематика научных исследований по теории и методике спорта и спортивной подготовки.
6. Проблематика научных исследований по теории и методике культурно-досуговой деятельности.
7. Проблематика научных исследований по физической реабилитации.
8. Виды научных и методических работ, их характеристика.
9. Научно-исследовательская и методическая деятельность в процессе профессионального физкультурного образования.
10. Роль и место научно-исследовательской и методической деятельности в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
11. Связь между учебной, научно-исследовательской и методической деятельностью студентов в процессе их обучения в вузе.
12. Постановка проблемы научно-исследовательской работы в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры, туризма.
13. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры, туризма.
14. Цель и задачи педагогических исследований, требования к их постановке.
15. Внедрение в практику результатов научно-исследовательской, методической работы.
16. Современные методы и методики исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
17. Виды научных и методических работ, требования к их содержанию.
18. Роль научного подхода в современном фитнесе: как отличить доказательную методику от псевдонаучного мифа.
19. Сравнительный анализ исследовательской и проектной деятельности в работе персонального тренера.
20. Принципы научного познания (объективность, системность, развитие) и их реализация в процессе спортивной тренировки.
21. Психосоматическое единство в фитнесе: влияние методологии познания на выбор методов тренировки и исследования.
22. Проектное мышление как ключевая компетенция современного фитнес-менеджера и тренера-предпринимателя.
23. Логика научного исследования в спорте: от проблемы до гипотезы (на примере избранного вида спорта или фитнес-направления).
24. Структура и жизненный цикл фитнес-проекта: от идеи до продукта (на примере открытия студии / запуска онлайн-курса).
25. Технология SMART в деятельности тренера: постановка целей для клиента и для собственного профессионального развития.

26. Методы генерации инновационных идей в фитнес-индустрии: от мозгового штурма до теории решения изобретательских задач (ТРИЗ).
27. Критический анализ фитнес-информации в СМИ и социальных сетях: инструменты для тренера и потребителя.
28. Этические кодексы и нормы при проведении исследований и тестирований в фитнес-клубах и спортивных школах.
29. Эмпирические и теоретические методы исследования в тренерской практике: классификация и область применения.
30. Современные формы представления профессиональных результатов: от научной статьи до защиты бизнес-плана.
31. Актуальность исследований в сфере физической культуры: социальные, экономические и научные детерминанты.
32. Методологическая культура тренера: почему успешный спортсмен не всегда становится успешным тренером?

Темы рефератов и докладов по разделу 2

1. Характеристика методов педагогических исследований.
2. Особенности педагогического эксперимента.
3. Виды педагогического эксперимента.
4. Методика проведения педагогического эксперимента.
5. Педагогический эксперимент как один из основных методов научных исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
6. Педагогические наблюдения в процессе сбора научных фактов.
7. Методика организации и проведения беседы, анкетирования и интервью.
8. Место контрольных испытаний и тестов в организации научных исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
9. Поиск и накопление информации по отдельным направлениям исследований (видам спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуре) с приведением адресов URL с использованием Internet.
10. Методика проведения экспертной оценки в исследованиях по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре.
11. Значение спортивной метрологии в научно-исследовательской работе по физической культуре, спорту, адаптивной физической культуре.

Примечание: Студент выбирает тему для доклада, реферата, презентации и готовит интересное познавательное сообщение по изучаемой теме. На занятии студент делает обзор своего доклада с наглядной презентацией. Студент вправе предложить свою тему для выступления.

Критерии оценки: оценочное средство - доклад, презентация

– **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;

– **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;
- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

7.2.2. Комплект творческих заданий:

Раздел: «Характеристика методов исследования»

1. Задание: математико-статистическая обработка результатов.
2. Задание: оформить результаты, полученные методом математической обработки в виде таблиц и иллюстраций.
3. Задание: подобрать тему исследовательской работы и составить к ней ВВЕДЕНИЕ, включающее:
 - Актуальность исследования;
 - Гипотеза исследования;
 - Объект исследования;
 - Предмет исследования;
 - Цель исследования;
 - Задачи исследования;
 - Методы исследования.

Критерии оценки:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который задание выполняет правильно, хорошо владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;
- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который задание выполняет с одной или двумя ошибками, владеет теоретическим материалом, проявляет творческий подход к решению практической задачи;
- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, недостаточно владеет теоретическим материалом, недостаточно проявляет творческий подход к решению практической задачи;
- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который задание выполняет с ошибками, не владеет теорией, не проявляет творческий подхода при решении практической задачи.

7.2.3. Перечень дискуссионных тем для круглого стола

1. «Доказательная фитнес-индустрия против массового спроса: должны ли тренеры навязывать науку, если клиент хочет "волшебную таблетку»?

Суть дискуссии: Конфликт между этикой профессии (работать только на доказательных методиках) и рыночными реалиями (клиент платит за быстрый и "легкий" результат, даже если он ненаучен). Должен ли тренер отказывать клиенту, который требует "сжечь жир локально", или идти на компромисс?

Вопросы к обсуждению:

- Где грань между просвещением клиента и навязыванием услуг?
- Можно ли использовать плацебо-эффект в тренировках, не нарушая этику?
- Кто в итоге платит зарплату тренеру: клиент или наука?

2. Проектный подход в спорте высших достижений: является ли спортсмен "стартапом" с ограниченным сроком жизни?

Суть дискуссии: Аналогия между управлением проектом (сроки, ресурсы, KPI, риски) и подготовкой спортсмена к Олимпиаде или профессиональному контракту. Насколько этично рассматривать человека как "проект", который должен окупиться?

Вопросы к обсуждению:

- Применим ли термин "выход из проекта" (отчисление/завершение карьеры) к спортсмену?
- Кто главный "инвестор" (государство, спонсор, семья) и кто имеет право требовать возврата инвестиций?
- Что важнее: "рыночная стоимость" спортсмена или его здоровье как ценность самого проекта?

3. Цифровые технологии в фитнесе: объективный метод исследования или угроза конфиденциальности (Big Brother в спортзале)?

Суть дискуссии: Спор между пользой тотального сбора данных (фитнес-браслеты, CRM-системы, видеоанализ) и правом клиента на приватность. Становится ли фитнес-клуб местом слежки?

Вопросы к обсуждению:

- Имеет ли право тренер требовать доступ к данным с носимых устройств клиента?
- Может ли клуб использовать данные посещений и тренировок в маркетинговых целях без согласия?
- Где проходит грань между персонализацией сервиса и тотальным контролем?

4. Талант или научно обоснованная методика: что определяет успех тренера?

Суть дискуссии: Классический спор о роли врожденных качеств (харизма, интуиция, "чувство тела") и роли методологической подготовки (знание физиологии, биомеханики, статистики) в эффективности тренера.

Вопросы к обсуждению:

- Может ли тренер с блестящей интуицией, но без научной базы, быть эффективнее кандидата наук без практического опыта?
- Что важнее для клиента/спортсмена: эмпатия или точный расчет нагрузки?
- Можно ли "натаскать" тренера на методику или это всегда призвание?

5. Мода и инновации в фитнесе: двигатель прогресса или угроза здоровью?

Суть дискуссии: Противоречие между коммерческой необходимостью придумывать "новые" тренировки (кроссфит, функциональный тренинг, слайд и пр.) и отсутствием долгосрочных научных исследований их влияния на здоровье (особенно любителей).

Вопросы к обсуждению:

- Должен ли клуб ждать 10-15 лет научных подтверждений безопасности новой методики, прежде чем запустить её в продажу?
- Кто несет ответственность за травму на "модной" тренировке: тренер, клуб или методология?
- Является ли отсутствие доказательств вреда доказательством безопасности?

Критерии оценки:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который на теоретический вопрос глубоко, последовательно, содержательно, полно, правильно и осмысленно выстраивает свой ответ, излагает его на высоком научно-теоретическом уровне, умело использует знания основной и дополнительной литературы, отлично устанавливает внутрипредметные и межпредметные связи. При дополнительных вопросах студент способен свободно вести диалог, пользуясь современными научными данными;

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который полно раскрывает содержание материала в объеме, предусмотренном программой по дисциплине, оперирует знаниями основной и дополнительной литературы, излагает материал грамотным языком, владеет понятийным аппаратом, принятым в данной дисциплине. При изложении материала студентом допускаются незначительные пробелы, не искажающие содержание ответа на вопросы. При дополнительных вопросах студент способен вести диалог;

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который не достаточно логично, глубоко, последовательно и осмысленно выстраивает свой ответ, затрудняется в установке внутрипредметных и межпредметных связей. Студент на предлагаемые вопросы не способен достаточно полно раскрыть и показать достаточные знания по рекомендуемой литературе. На дополнительные вопросы студент заменяет научное обоснование проблем рассуждением практически-бытового плана, а также допускает отдельные неточности исторических фактов;

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который обнаруживает пробелы в знаниях основного программного материала по дисциплине, допускает принципиальные, грубые ошибки в ответах на основные вопросы, проявляет неуверенность и неточность в ответах на дополнительные вопросы.

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Тестовые задания

1. Процесс научного исследования начинается с ...

- ☐ задачи и актуальности
- ☒ проблемы и выбора темы
- ☐ целей и задач
- ☐ гипотезы

2. Ознакомление с проблемой позволяет определить ...

- ☒ методы предстоящего исследования
- ☐ актуальность проблемы
- ☐ решение проблемы
- ☐ гипотезу

3. Признаки актуальности темы:

- ☐ общий интерес со стороны ученых, педагогов и тренеров к проблеме;
- ☐ наличие потребности практики обучения, воспитания и тренировки в разработке вопроса на данном этапе;
- ☐ необходимость разработки темы в связи с местными климатическими и другими условиями
- ☒ все ответы верны

4. Для правильно избранной темы характерна ...

- ☒ тщательность и глубина разработки
- ☐ правильно выбранный научный руководитель
- ☐ настрой студента
- ☐ обширность поставленных вопросов

5. Объектом педагогической науки в сфере физической культуры и спорта, является:
- ☐ учебно-воспитательный процесс
 - ☐ учебно-организационный
 - ☐ тренировочный процесс
 - ☒ все ответы верны
6. Предположением о возможных путях решения поставленных задач, о возможных результатах изучения педагогического явления является ...
- ☒ гипотеза
 - ☐ дисциплина
 - ☐ обстановка
 - ☐ разработка
7. Гипотеза, исходящая из самих фактов и наблюдений, накопленных ранее, определения связей и зависимостей между ними - ...
- ☒ индуктивная
 - ☐ дедуктивная
 - ☐ конструктивная
 - ☐ комплексная
8. Гипотеза, в своей основе, которая имеет определенные теоретические положения и закономерности, ставит своей целью подтверждение их теми или иными новыми фактами и наблюдениями:
- ☐ конструктивная
 - ☐ комплексная
 - ☒ дедуктивная
 - ☐ индуктивная
9. Основой для уточнения цели исследования при условии ясного представления степени изученности темы и определения методов исследования является ...
- ☐ задача
 - ☐ актуальность
 - ☒ гипотеза
 - ☐ цель
10. Разработка рабочей гипотезы выполняется на основе мысленного моделирования ...
- ☒ объекта исследования
 - ☐ субъекта исследования
 - ☐ анализа исследования
 - ☐ все верно
11. Мысленное имитационное моделирование существования объекта в определенных условиях позволяет предсказывать ...
- ☐ результат
 - ☐ анализ исследования
 - ☐ проблему исследования
 - ☒ события и явления

12. Организация научного исследования начинается с ...

- ☐ обработки данных
- ☐ работы с литературой
- ☒ составления плана
- ☐ выявления проблемы

13. Исследовательской работой студента по конкретному курсу является ...

- ☒ курсовая работа
- ☐ реферат
- ☐ выпускная квалификационная работа
- ☐ доклад по дисциплине, проходящей на определенном курсе

14. Изложение научной дисциплины в высшей школе называется ...

- ☐ предметом
- ☐ лекцией
- ☒ курсом
- ☐ все верно

15. ... - проектная или научно-исследовательская работа по определенной специальности, содержание которой подтверждает готовность выпускника к практической деятельности.

- ☐ курсовая работа
- ☒ дипломная работа
- ☐ доклад
- ☐ презентация научной деятельности в процессе обучения

16. ... - проектная или научно-исследовательская работа по определенному направлению подготовки магистра, содержание которой подтверждает готовность выпускника к практической деятельности.

- ☐ дипломный проект
- ☐ дипломная работа
- ☐ курсовая работа
- ☒ магистерская диссертация

17. ... - проектная или научно-исследовательская работа по определенному направлению подготовки бакалавриата, содержание которой подтверждает готовность выпускника к практической деятельности.

- ☐ курсовая работа
- ☐ дипломная работа
- ☐ магистерская диссертация
- ☒ бакалаврская работа

18. ... – это очень краткое изложение сущности изученного источника и выводов автора, которая может включать также и выписанные из оригинала фактические данные, представляющие интерес для исследователя.

- ☐ рецензия
- ☒ аннотация
- ☐ доклад
- ☐ реферат

19. Кратким изложением содержания литературного источника является ...
- ☒ реферат
 - ☐ доклад
 - ☐ сочинение
 - ☐ все верно
20. Изложением автором основных положений своего научного труда, в частности, диссертационного труда является ...
- ☐ реферат
 - ☐ доклад
 - ☒ автореферат
 - ☐ рецензия
21. Разновидностью обычного реферата, выполненного по определенной теме НИР является ...
- ☐ автореферат
 - ☐ научный реферат
 - ☒ научный обзор
 - ☐ рецензия
22. Ограниченным по объему научным произведением, в котором излагается определенная система положений, аргументированных и развитых суждений автора по какому-либо вопросу теории или методики физического воспитания является ...
- ☒ научная статья
 - ☐ научный доклад
 - ☐ научная работа
 - ☐ научный реферат
23. Научным произведением, в основе которого лежит глубокое исследование какой-либо актуальной темы, проблемы (ряда проблем) или явления является ...
- ☐ статья
 - ☒ монография
 - ☐ научный обзор
 - ☐ научный доклад
24. Запись устного сообщения по какой-либо теме: ...
- ☒ доклад
 - ☐ реферат
 - ☐ контрольная работа
 - ☐ курсовая работа
25. Диссертация (от лат. Dissertatio) -
- ☐ описание
 - ☐ рекомендация
 - ☐ освещение
 - ☒ исследование

26. Научный труд, в котором систематически излагается материал по определенной области знаний на современном уровне достижений науки и культуры; основной и ведущий вид учебной литературы:

- ☒ учебник
- ☐ учебное пособие
- ☐ монография
- ☐ диссертация

27. Методы исследования – это ...

- ☒ пути, способы получения тех или иных данных
- ☐ мысленное разложение исследуемого целого на составляющие
- ☐ движение мысли от частных суждений к общему выводу
- ☐ установление сходства и различия между рассматриваемыми явлениями

28. Выберите метод сбора и накопления информации.

- ☒ Анализ литературных данных и документов
- ☐ Математические
- ☐ Педагогический эксперимент
- ☐ Экспертное оценивание

29. Выберите метод контроля и измерения.

- ☐ Анализ литературных данных и документов
- ☐ Математические
- ☐ Педагогический эксперимент
- ☒ Тестирование

30. Выберите метод обработки данных.

- ☒ Математические
- ☐ Анализ литературных данных и документов
- ☐ Педагогический эксперимент
- ☐ Педагогическое наблюдение

31. Выберите метод оценивания.

- ☐ Педагогический эксперимент
- ☐ Хронометрирование
- ☒ Экспертное оценивание
- ☐ Педагогическое наблюдение

32. Выберите метод внедрения результатов исследования в педагогическую практику.

- ☒ Педагогический эксперимент
- ☐ Хронометрирование
- ☐ Экспертное оценивание
- ☐ Педагогическое наблюдение

33. Метод исследования, представляющий собой целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления и с помощью которого исследователь вооружается конкретным фактическим материалом или данными - ...

- ☒ педагогическое наблюдение
- ☐ анализ литературных источников

- анализ архивных материалов
- педагогический эксперимент

34. Отметьте объекты педагогического наблюдения.

- ☒ отдельные учащиеся
- ☒ спортсмены
- ☒ тренеры
- ☒ преподаватели

35. По объёму выделяются следующие виды наблюдения (выберите нужное).

- пространственное и временное
- непосредственное и опосредованное
- ☒ проблемные и тематические
- прерывистое и непрерывное

36. Соотнесите понятия и определения

Укажите соответствие для всех 4 вариантов ответа:

а. Педагогическое наблюдение	1) с помощью динамометров и динамографов (принцип сжатия или растяжения пружин датчиков)
б. Усилия	2) величина разбега, длина шага, длина и высота прыжка, амплитуда движений в суставах и т.д.
в. Пространственные параметры	3) время пробегания определённого состояния, длительность отдельных фаз движений (секундомеры, хронометры, электронные счётчики).
г. Временные параметры	4) целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления, с помощью которого исследователь вооружается конкретным фактическим материалом или данными

37. Составной частью педагогического наблюдения рассматривается ...

- опрос
- ☒ хронометрирование
- беседа
- интервью

38. При определении общей плотности урока в рационально затраченное время, не входит:

- выполнения физических упражнений
- рассказ и показ
- ☒ простои
- отдых и ожидание

39. Общая плотность урока - это...

- отношение времени выполнения физических упражнений (двигательных действий) к общей продолжительности урока
- ☒ отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока
- отношение времени простоя к общей продолжительности урока
- отношение времени объяснений и показа к общей продолжительности урока

40. Моторная (двигательная) плотность урока - это...

- отношение времени простоя к общей продолжительности урока

- отношение времени объяснений и показа к общей продолжительности урока
- ⊙ отношение времени выполнения физических упражнений (двигательных действий) к общей продолжительности урока
- отношение педагогически оправданных (рациональных) затрат времени к общей продолжительности урока

41. Выберите формулу для расчета моторной плотности (МП) урока ...

- $МП = t_{\text{вспом (мин)}} / t_{\text{общ (мин)}} * 100\%$
- ⊙ $МП = t_{\text{фу (мин)}} / t_{\text{общ (мин)}} * 100\%$
- $МП = t_{\text{ожид (мин)}} / t_{\text{общ (мин)}} * 100\%$
- $МП = t_{\text{простоя (мин)}} / t_{\text{фу (мин)}} * 100\%$

42. Наиболее распространённой формой опроса является...

- беседа
- интервью
- ⊙ анкетирование
- опрос

43. Вопросы анкеты по содержанию могут быть ...

- прямыми и непрямыми
- ⊙ прямыми и косвенными
- косвенными и непрямыми
- открытые и закрытые

44. Оценка, полученная путем выяснения мнений специалистов, называется ...

- субъективной
- ⊙ экспертной
- промежуточной
- текущей

45. Термин «тест» в переводе с английского языка означает ...

- Исследование
- ⊙ Испытание
- Оценка
- Балл

46. Тест – это ...

- система использования тестов в соответствии с поставленной задачей, организацией условий, выполнением тестов испытуемыми, оценка и анализ результатов
- полученное в ходе измерений числовое значение
- показатель, полученный в ходе исследования
- ⊙ это измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека

47. Тестирование – это ...

- ⊙ система использования тестов в соответствии с поставленной задачей, организацией условий, выполнением тестов испытуемыми, оценка и анализ результатов
- полученное в ходе измерений числовое значение
- показатель, полученный в ходе исследования

- это измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека
48. Автор монографии «Тесты и измерение в здравоохранении и физическом воспитании» -
- Н.И. Озерецкий (1923)
 - ⊙ Мак Клой (1954)
 - Е.А.Флейшман (1964)
 - В.М. Зациорский (1966)
49. Прибор, определяющий силу кисти
- ⊙ динамометр
 - спирометр
 - тонометр
 - гониометр
50. Тест для оценки скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях
- ⊙ Бег 30 м
 - Теппинг тест
 - Ловля линейки
 - Прыжок в длину с места

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семе стр	Форма проведения промежуточно й аттестации	Условия допуска	Критерии и нормы оценки	
4	зачет с оценкой	допускаются все	«отлично»	85-100 баллов
			«хорошо»	70-84 баллов
			«удовлетворительно»	55-69 баллов
			«неудовлетворительно»	0-54 баллов

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Махов С. Ю.	Научно-методическая деятельность	учебно-методическое пособие	2020	ЭБС "IPRbooks"
2	Махов С. Ю.	Практикум по научно-методической деятельности	учебно-методическое пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"
3	Губа В.П., Пресняков В.В.	Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС "IPRbooks"
4	Попов Г.И.	Научно-методическая деятельность в спорте	учебник	2015	ЭБС "IPRbooks"
5	Никитушкин В. Г.	Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта	учебник	2013	ЭБС "IPRbooks"
6	Зиамбетов В. Ю.	Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС «IPRbooks»
7	Валкина Н. В.	Теория и методика проведения тестов для определения уровня физической подготовленности студентов, занимающихся физической культурой и спортом	учебно-методическое пособие	2015	ЭБС «IPRbooks»
8	Токарева А. В.	Самоконтроль и методы оценки физического и функционального состояния студентов	учебное пособие	2016	ЭБС «IPRbooks»

8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Никитушкина Н. Н.	Управление методической деятельностью спортивной школы	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
2.	Губа В. П.	Основы спортивной подготовки	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
3.	Лебедев Ю. А.	Медико-психолого-педагогический мониторинг целостного развития детей	учебное пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»
4.	Семенов Л. А.	Коррекция отклонений в кондиционной физической подготовленности школьников на основе мониторинга	учебное пособие	2013	ЭБС «IPRbooks»

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- <https://e.lanbook.com/>
– <https://dspace.tltsu.ru/>
– <http://www.studentlibrary.ru/>
– <https://new.znaniium.com/>
– <http://www.iprbookshop.ru/>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно
2	Office Standart	Договор № 690 от 19.05.2015г., срок действия - бессрочно; Договор № 727 от 20.07.2016г., срок действия - бессрочно

8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-125)	Парты (моноблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
2	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы. (У-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет