

**ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**Кафедра адаптивной физической культуры**

**УТВЕРЖДАЮ:**

проректор по научно-методической  
и учебной работе

\_\_\_\_\_ Е.И. Скафа

«22» апреля 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«МЕТОДОЛОГИЯ И МЕТОДЫ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ»**

Направление подготовки:	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Магистерская программа:	Физическая реабилитация
Образовательная программа:	академическая магистратура
Квалификация:	магистр
Форма обучения:	очная, заочная

Донецк 2020

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора Института физической культуры и спорта



В.В. Сидорова

2020 г.

Программа учебной дисциплины «Методология и методы научных исследований» составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) направления подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» сентября 2017 г. № 946; Порядка организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики, утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 1171 от «10» ноября 2017 г.; учебного плана и основной образовательной программы «Физическая реабилитация» направления подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), разработанных в ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет».

Составители:

доцент кафедры  
адаптивной физической культуры, к.мед.н

Ю.А. Гришун

зав. кафедрой физического воспитания и  
спорта., к.пед.н, профессор

С.И. Белых

Фонд оценочных средств обсужден на заседании кафедры адаптивной физической культуры

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры  
Протокол № 9 от "17" апреля 2020г.

Зав. кафедрой

Ю.А. Гришун

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией Института физической культуры и спорта  
Протокол №8 от "20" апреля 2020 г.

Председатель учебно-методической  
комиссии Института физической  
культуры и спорта

И.В. Капланец

## 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Дисциплина «Методология и методы научных исследований» входит в основную образовательную программу высшего профессионального образования подготовки магистров, относится к базовой части Блоку 1 по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

Дисциплина реализуется в Институте ФКС на кафедре адаптивной физической культуры.

Изучение данной дисциплины позволит приобрести как ряд общенаучных, так и профессиональных компетенций: способность анализировать и обобщать существующий научно-методический и исследовательский опыт в избранном виде профессиональной деятельности.

## 2. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Характеристика учебной дисциплины</i>		
Направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	
Магистерская программа	Физическая реабилитация	
Образовательная программа	Академическая магистратура	
Квалификация	магистр	
Количество содержательных модулей	1	
Дисциплина базовой / вариативной части образовательной программы	Дисциплина базовой части профессионального блока «Дисциплины (модули)»	
Формы контроля (МК, экзамен, зачет)	1 модульный контроль, 1 экзамен	
Показатели	очная форма обучения	заочная форма обучения
Количество зачетных единиц (кредитов)	4	4
Год подготовки	1	1
Семестр	2	1
Количество часов	144	144
- лекционных	28	4
- практических, семинарских	14	4
- лабораторных		
- самостоятельной работы	102	136
в т.ч. индивидуальное задание		
Недельное количество часов,	10	10
в т.ч. аудиторных	3	

## 3. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цели и задачи.

**Цель** - формирование *теоретических знаний* по: основным понятиям научной деятельности, классификации методов научных исследований, методам регистрации экспериментальных данных, плану проведения научной работы, организации и содержания педагогического эксперимента, требованиям к оформлению научной работы, правилам написания и оформления научной статьи, содержанию и организации педагогического эксперимента, методам исследования в области физической культуры и спорта; а также *практических умений* организации и проведении научного исследования, регистрации научного исследования, публикации результатов научного исследования.

### ***Задачи:***

- рассмотреть методологические основы педагогических исследований, на которых строятся научно-методические исследования студентов в процессе работы над магистерскими проектами;
- исследовать эмпирические и теоретические методы научных исследований, которые можно использовать в магистерской диссертации;
- ознакомить с организацией научно-педагогических исследований, в сфере физической культуры и спорта, а также планированием эксперимента и его проведением.

**Требования к результатам освоения дисциплины.** Процесс изучения дисциплины «Методология и методы научных исследований в области ФКС» направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО РФ направления подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).

#### ***а) универсальные (УК):***

- УК-1. Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.
- УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.

#### ***б) общепрофессиональных (ОПК):***

- ОПК-1. Способен осуществлять научно-методическое сопровождение процесса обучения в основных видах адаптивной физической культуры.
- ОПК-7. Способен использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функций организма человека.
- ОПК-10. Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний.

#### ***в) профессиональных (ПК):***

*научно-исследовательская деятельность:*

- ПК-12. Способность выявлять и транслировать современные проблемные ситуации в различных видах адаптивной физической культуры, формировать цели, задачи, методы исследования по разрешению данных проблемных ситуаций.
- ПК-13. Способность разрабатывать планы, программы, этапы исследования, использовать адекватные поставленным задачам методы исследования, в том числе из смежных областей знаний, проводить научно-исследовательскую работу, интерпретировать результаты собственных исследований, выявлять их практическую значимость.
- ПК-14. Способность предлагать пути внедрения полученных результатов научных исследований в практику адаптивной физической культуры.

**В результате изучения учебной дисциплины студент должен:**

#### ***знать:***

- основные проблемы дидактики и состояние их решения;
- методологию развития двигательных качеств;
- основные понятия научной деятельности, теоретические и практические методы исследований;
- методологию научного исследования.

#### ***уметь:***

- проектировать педагогические исследования и осуществлять поиск научной информации с использованием информационно-коммуникационных технологий;
- оформлять научную работу;
- оформлять публикацию результатов научного исследования.

#### ***владеть:***

- основными диагностическими методами педагогических исследований показателей

различных систем организма разных групп населения..

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Порядковый номер и тема	Краткое содержание темы
<b>Содержательный модуль 1</b>	
<b>Тема 1</b> <i>Основные понятия научной деятельности.</i> <i>Основные методы исследования</i>	Основные понятия научной деятельности. Теоретические и практические методы исследований.
<b>Тема 2</b> <i>Виды научных работ</i>	Теоретические, эмпирические и экспериментальные работы.
<b>Тема 3</b> <i>Методология научного исследования</i>	Методология выполнения различных видов научной работы.
<b>Тема 4</b> <i>Организация педагогического эксперимента</i>	Цель проведения педагогического эксперимента. Экспериментальная база исследований. Контингент исследуемых лиц. Контрольная и экспериментальная группы. Определение исследуемых показателей.
<b>Тема 5.</b> <i>Оформление научной работы</i>	Оформление текста научной работы.
<b>Тема 6.</b> <i>Публикация результатов научных исследований</i>	Статья. Тезисы. Аннотация. Ключевые слова. Оформление текста статьи
<b>Тема 7</b> <i>Защита научно-исследовательских работ</i>	Доклад при защите курсовой и магистерской работ. Презентация.
<b>Тема 8</b> <i>Диагностические методы исследований</i>	Социологические, психологические методы исследования. Основные методы оценки физического состояния человека.
<b>Тема 9</b> <i>Методы оценки антропометрических данных</i>	Основные методы оценки физического состояния человека. Оценка антропометрических данных. Рост-весовые индексы
<b>Тема 10</b> <i>Методы оценки дыхательной системы</i>	Оценка уровня развития дыхательной системы (дыхательный объем, резервный объем, ЖЕЛ).
<b>Тема 11</b> <i>Методы оценки сердечно-сосудистой системы</i>	Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке
<b>Тема 12</b> <i>Методы изучения двигательных качеств</i>	Показатели физического развития (скоростно-силовые качества, сила, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений). Методы изучения физического развития. Нормативные показатели физического развития.
<b>Тема 13</b> <i>Социологические методы изучения личности</i>	Социологические методы: беседа, интервью, анкета.
<b>Тема 14</b> <i>Психологические методы оценки личности спортсменов</i>	Психологические характеристики личности. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.

### Тематический план

	Содержательный модуль 1 Общие вопросы научно-методической работы										
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов										
	Очная форма обучения					Заочная форма обучения					
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.			
		лекции	практические	лабораторные	самостоятельная работа	индивидуальная работа		лекции	практические	самостоятельна я работа	индивидуальная работа
Тема 1 Основные понятия научной деятельности. Основные методы исследования	12	2	2		8		12	2		10	
Тема 2 Виды научных работ	8	2			6		12		2	10	
Тема 3 Методология научного исследования	10	2	2		6		12		2	10	
Тема 4 Организация педагогического эксперимента	8	2			6		12	2		10	
Тема 5. Оформление научной работы	10	2	2		6		10			10	
Тема 6. Публикация результатов научных исследований	8	2			6		10			10	
Тема 7 Защита научно- исследовательских работ	12	2	2		8		10			10	
Тема 8 Диагностические методы исследований	10	2			8		10			10	
Тема 9 Методы оценки антропометрических данных	12	2	2		8		10			10	
Тема 10	10	2			8		10			10	

<i>Методы оценки дыхательной системы</i>										
<b>Тема 11</b> <i>Методы оценки сердечно-сосудистой системы</i>	12	2	2		8		8		8	
<b>Тема 12</b> <i>Методы изучения двигательных качеств</i>	10	2			8		10		10	
<b>Тема 13</b> <i>Социологические методы изучения личности</i>	12	2	2		8		8		8	
<b>Тема 14</b> <i>Психологические методы оценки личности спортсменов</i>	10	2			8		10		10	
<b>Итого по содержательному модулю 1</b>	144	28	14		102		144	4	4	136
<b>Всего часов</b>	144	28	14		102		144	4	4	136

## 5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ И ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

### Темы лекционных занятий

№ п/ п	Название темы	Количество часов	
		очная форма	заочная форма
1.	Основные понятия научной деятельности. Теоретические и практические методы исследований.	2	2
2.	Теоретические, эмпирические и экспериментальные работы.	2	
3.	Методология выполнения различных видов научной работы.	2	
4.	Цель проведения педагогического эксперимента. Экспериментальная база исследований. Контингент исследуемых лиц. Контрольная и экспериментальная группы. Определение исследуемых показателей.	2	2
5.	Оформление текста научной работы.	2	
6.	Статья. Тезисы. Аннотация. Ключевые слова. Оформление текста статьи	2	
7.	Доклад при защите курсовой и магистерской работ. Презентация.	2	
8.	Социологические, психологические методы исследования. Основные методы оценки физического состояния человека.	2	
9.	Оценка антропометрических данных. Росто-весовые индексы	2	

10.	Оценка уровня развития дыхательной системы (дыхательный объем, резервный объем, ЖЕЛ).	2	
11.	Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке	2	
12.	Показатели физического развития (скоростно-силовые качества, сила, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений). Методы изучения физического развития. Нормативные показатели физического развития.	2	
13.	Социологические методы: беседа, интервью, анкета.	2	
14.	Психологические характеристики личности. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.	2	
	<b>ИТОГО</b>	<b>28</b>	<b>4</b>

### Темы практических занятий

№ п/ п	Название темы	Количество часов	
		очная форма	заочная форма
1.	Основные понятия научной деятельности. Теоретические и практические методы исследований.	2	
2.	Теоретические, эмпирические и экспериментальные работы.		2
3.	Методология выполнения различных видов научной работы.	2	2
4.	Цель проведения педагогического эксперимента. Экспериментальная база исследований. Контингент исследуемых лиц. Контрольная и экспериментальная группы. Определение исследуемых показателей.		
5.	Оформление текста научной работы.	2	
6.	Статья. Тезисы. Аннотация. Ключевые слова. Оформление текста статьи		
7.	Доклад при защите курсовой и магистерской работ. Презентация.	2	
8.	Социологические, психологические методы исследования. Основные методы оценки физического состояния человека.		
9.	Оценка антропометрических данных. Росто-весовые индексы	2	
10.	Оценка уровня развития дыхательной системы (дыхательный объем, резервный объем, ЖЕЛ).		
11.	Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке	2	
12.	Показатели физического развития (скоростно-силовые качества, сила, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений). Методы изучения физического развития. Нормативные показатели физического развития.		
13.	Социологические методы: беседа, интервью, анкета.	2	
14.	Психологические характеристики личности. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.		



	<b>ИТОГО</b>	<b>14</b>	<b>4</b>
--	--------------	-----------	----------

### ***Практическое занятие №1***

1. Основные понятия научной деятельности (наука, научная идея, научное исследование, научный закон, научное знание, научный термин, теория, факт, опыт, положение, учение, проблема, гипотеза, принцип, идея, суждение, умозаключение, понятие).
2. Цель научных исследований в физической культуре и спорте.

### ***Практическое занятие №2***

1. Дайте определение понятий метод, методика, методика исследований.
2. Теоретические методы исследования (анализ; синтез; абстрагирование; конкретизация; сравнение; обобщение; аналогия; моделирование; индукция; дедукция; гипотетический метод).
3. Практические методы исследования (анализ литературы; наблюдение; беседа; интервью; анкетирование; тестирование; диагностика; эксперимент; описание; регистрация экспериментальных данных).

### ***Практическое занятие №3***

1. Оформление текста научной работы (формулы, таблицы, рисунки).
2. Правила оформления списка использованной литературы

### ***Практическое занятие №4***

1. Правила написания и оформления статьи, тезисов, аннотации.
2. Оформление текста статьи
3. Принципы и методика подготовки доклада к защите курсовой и магистерской работ.
4. Подготовка презентации

### ***Практическое занятие №5***

1. Основные методы оценки физического состояния человека.
2. Оценка антропометрических данных.
3. Росто-весовые индексы

### ***Практическое занятие №6***

1. Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке

### ***Практическое занятие №7***

1. Социологические, психологические методы исследования.
2. Анкетирование, виды анкетирования,
3. Дайте определение понятиям анкета, анкетирование, респондент,
4. Достоинства анкетирования, недостатки анкетирования
5. Виды анкетирования, основные виды вопросов в анкетировании.
6. Структура анкеты, требования к формулировке вопросов для анкеты
7. Правила проведения тестирования, правила работы с тестами после их заполнения исследуемыми лицами. Виды тестов
8. Беседа, правила применения метода беседы. Требования к проведению беседы.
9. Интервьюирование, основные требования.
10. Психологические характеристики личности.
11. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.
12. Методы оценки внимания, памяти и мышления

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Виды самостоятельной работы студентов: выполнение домашних заданий, проработка лекционного материала, составление опорных конспектов, выполнение заданий для СРС, текущее тестирование, подготовка к практическим занятиям, подготовку к тематическому тестированию, подготовка к модульному контролю.

### Организация самостоятельной работы студентов

№ п/ п	Название темы	Количество часов	
		очная форма	заочная форма
1.	Основные понятия научной деятельности. Теоретические и практические методы исследований.	8	10
2.	Теоретические, эмпирические и экспериментальные работы.	6	10
3.	Методология выполнения различных видов научной работы.	6	10
4.	Цель проведения педагогического эксперимента. Экспериментальная база исследований. Контингент исследуемых лиц. Контрольная и экспериментальная группы. Определение исследуемых показателей.	6	10
5.	Оформление текста научной работы.	6	10
6.	Статья. Тезисы. Аннотация. Ключевые слова. Оформление текста статьи	6	10
7.	Доклад при защите курсовой и магистерской работ. Презентация.	8	10
8.	Социологические, психологические методы исследования. Основные методы оценки физического состояния человека.	8	10
9.	Оценка антропометрических данных. Росто-весовые индексы	8	10
10.	Оценка уровня развития дыхательной системы (дыхательный объем, резервный объем, ЖЕЛ).	8	10
11.	Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке	8	8
12.	Показатели физического развития (скоростно-силовые качества, сила, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений). Методы изучения физического развития. Нормативные показатели физического развития.	8	10
13.	Социологические методы: беседа, интервью, анкета.	8	8
14.	Психологические характеристики личности. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.	8	10
	<b>ИТОГО</b>	<b>102</b>	<b>136</b>

## 7. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

Подготовить статью по теме магистерской диссертации и доклад-выступление на конференцию

## 8. КНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Основные понятия научной деятельности (наука, научная идея, научное исследование, научный закон, научное знание, научный термин, теория, факт, опыт, положение, учение, проблема, гипотеза, принцип, идея, суждение, умозаключение, понятие).

2. Цель научных исследований в физической культуре и спорте.

3. Фундаментальные научные исследования.

4. Прикладные научные исследования.

5. Поисковые научные исследования.

6. Теоретический уровень исследования.

7. Анализ научно-методической литературы (актуальности темы; история развития исследуемой темы; научные концепции и идеи; степень разработанности научной темы; направления дальнейшего изучения проблемы; методы исследования)

8. Дайте определение понятий метод, методика, методика исследований.

9. Теоретические методы исследования (анализ; синтез; абстрагирование; конкретизация; сравнение; обобщение; аналогия; моделирование; индукция; дедукция; гипотетический метод).

10. Практические методы исследования (анализ литературы; наблюдение; беседа; интервью; анкетирование; тестирование; диагностика; эксперимент; описание; регистрация экспериментальных данных).

11. Цель проведения педагогического эксперимента. План проведения педагогического эксперимента. Определение места проведения эксперимента.

12. Регистрация экспериментальных данных

13. Экспериментальная база исследований.

14. Контингент исследуемых лиц.

15. Контрольная и экспериментальная группы.

16. Определение исследуемых показателей.

17. Оформление текста научной работы (формулы, таблицы, рисунки).

18. Правила оформления списка использованной литературы

19. Оформление текста статьи

20. Принципы и методика подготовки доклада к защите курсовой и магистерской работ.

21. Подготовка презентации

22. Социологические, психологические методы исследования.

23. Анкетирование, виды анкетирования,

24. Дайте определение понятиям анкета, анкетирование, респондент,

25. Достоинства анкетирования, недостатки анкетирования

26. Виды анкетирования, основные виды вопросов в анкетировании.

27. Структура анкеты, требования к формулировке вопросов для анкеты

28. Правила проведения тестирования, правила работы с тестами после их заполнения исследуемыми лицами. Виды тестов

29. Беседа, правила применения метода беседы. Требования к проведению беседы.

30. Интервьюирование, основные требования.

31. Основные методы оценки физического состояния человека.

32. Оценка антропометрических данных.

33. Росто-весовые индексы

34. Оценка уровня развития дыхательной системы (дыхательный объем, резервный объем, ЖЕЛ, проба Штанге-Генчи).

35. Оценка уровня развития сердечно-сосудистой системы, ее адаптации к физической нагрузке
36. Показатели физического развития (скоростно-силовые качества, сила, гибкость, выносливость, ловкость, координация движений).
37. Методы изучения физического развития.
38. Нормативные показатели физического развития.
39. Психологические характеристики личности.
40. Методы изучения: лидерских качеств, тревожности, депрессивности, темперамента, мотивации, системы ценностей.
41. Методы оценки внимания, памяти и мышления
42. Основы теории случайных ошибок и математической статистики.
43. Методы определения случайных ошибок.
44. Установление стабильности процессов.
45. Определение связи между признаками.
46. Методы графической обработки экспериментальных данных.
47. Рациональные приемы графического изображения экспериментальных данных.

## 9. ОБРАЗЕЦ МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЯ

### ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ» Институт физической культуры и спорта

<i>Направление подготовки:</i>	<u>49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)</u>
<i>Магистерская программа:</i>	<u>Физическая реабилитация</u>
<i>Образовательная программа:</i>	<u>академическая магистратура</u>
<i>Семестр:</i>	<u>2</u>
<i>Учебная дисциплина:</i>	<u>Методология и методы научных исследований</u>

### МОДУЛЬНАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ВАРИАНТ 1

1. Анкетирование, виды анкетирования
2. Цель проведения педагогического эксперимента. План проведения педагогического эксперимента.
3. Дайте определение понятий метод, методика, методика исследований.
4. Методы графической обработки экспериментальных данных.
5. Основные методы оценки физического состояния человека.

Утверждено на заседании кафедры «Адаптивная физическая культура»,  
протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Преподаватель \_\_\_\_\_

### Критерии оценивания модульного контроля

<i>Номер задания</i>	<i>Количество баллов за задание</i>
1. Теоретический вопрос (5 вопросов)	5 баллов
<b>Всего</b>	<b>5 баллов</b>

## 10. ОБРАЗЕЦ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО БИЛЕТА

### Теоретические вопросы к экзамену

1. Расскажите о методологии совершенствования двигательных способностей человека.
2. Расскажите о методологических особенностях развития двигательных способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Приведите примеры.
3. Назовите ведущие оздоровительные и стимулирующие средства, обеспечивающие развивающее воздействие на ослабленный организм учащегося.
4. Каков механизм действия оздоровительных и стимулирующих средств, обеспечивающих развивающее воздействие на ослабленный организм? Приведите примеры их применения у младших школьников.
5. Каковы особенности методики развития силы при различных отклонениях в состоянии здоровья? Приведите примеры.
6. Каковы особенности методики развития выносливости при различных отклонениях в состоянии здоровья? Приведите примеры.
7. Каковы особенности методики развития скорости при различных отклонениях в состоянии здоровья? Приведите примеры.
8. Каковы особенности методики развития гибкости при различных отклонениях в состоянии здоровья? Приведите примеры.
9. Правила написания и оформления статьи, тезисов, аннотации.
10. Расскажите о возможностях программы презентации для защиты научных работ.
11. Внимание: свойства внимания, диагностика величины объема внимания.
12. Определение степени концентрации внимания, определение степени переключения внимания, определение степени распределения внимания.
13. Память, виды и свойства памяти.
14. Зрительная память. Определение объема памяти методом запоминания объектов. Определение количественного показателя прочности образования ассоциативных связей методом парных ассоциаций.
15. Слуховая память. Определение объема памяти методом запоминания цифр. Изучение индивидуальных свойств слуховой памяти методом узнавания слов.
16. Психологические методы оценки личности спортсменов (тест на определение лидерских качеств, тест на определение стрессоустойчивости).
17. Оценка способности к саморегуляции. Оценка темперамента человека
18. Методы оценки дыхательной системы (ЖЕЛ, проба Генчи, Штанге, Серкина, Розенталя, Шафранского).
19. Методы оценки сердечно-сосудистой системы (измерение частоты сердечных сокращений, артериального давления).
20. Изучение реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.

*Направление подготовки:*

49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

*Магистерская программа:*

Физическая реабилитация

*Образовательная программа:*

академическая магистратура

**БИЛЕТ №1**

1. Расскажите о методологических особенностях развития двигательных способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Приведите примеры.
2. Каковы особенности методики развития гибкости при различных отклонениях в состоянии здоровья? Приведите примеры.
3. Дайте ответы на тестовое задание (1 правильный вариант):

3.1. Фундаментальные научные исследования:

- а) направлены на нахождение способов использования законов природы для создания новых и совершенствования существующих средств и способов человеческой деятельности;
- б) это экспериментальная или теоретическая деятельность, направленная на открытие и изучение новых явлений и законов природы, на создание новых принципов исследования;
- б) направлены на установление факторов, влияющих на объект исследования, поиск возможности создания новых технологий на основе способов, предложенных в результате фундаментальных исследований.

3.2. Принцип – это:

- а) основные исходные положения какой-либо теории, учения, науки или мировоззрения;
- б) вероятный ответ на проблемный вопрос, предварительный вывод, нуждающийся в последующем доказательстве и подтверждении;
- в) это сложная теоретическая или практическая задача, способы решения которой неизвестны или известны не полностью;
- г) совокупность теоретических положений о какой-либо области явлений действительности;
- д) это мысль, высказывание в котором утверждается или отрицается какое-либо научное знание.

3.3. Научные работы, выполненные на основе анализа и обобщения литературных данных по выбранной теме называют:

- а) эмпирическими;
- б) теоретическими;
- в) экспериментальными.

3.4. Выберите подходящую формулировку цели исследования:

- а) изучение причин возникновения плоскостопия у детей дошкольного возраста;
- б) составление программы лечения плоскостопия 1 степени у детей дошкольного возраста;
- в) изучение методов профилактики возникновения плоскостопия у детей дошкольного возраста;
- г) экспериментально проверить возможность использования разработанной профилактической программы в практике дошкольных учреждений;
- д) определить эффективность разработанной профилактической программы.

3.5. Ориентация человека во времени основывается на следующих ощущениях, кроме:

- а) слуховых;
- б) зрительных;
- в) осязательных;
- г) двигательных;
- д) эмоциональных.

3.6. Выберите вариант определения анаэробной выносливости:

- а) характеризует способность человека выполнять работу максимальной и субмаксимальной мощности за счет алактатных и гликолитических источников энергообразования;
- б) выполнение работы в статодинамическом режиме;
- в) выполнение работы в преодолевающем режиме;
- г) способность человека преодолевать внешнее сопротивление за счет мышечных усилий;
- д) способность человека поддерживать устойчивое положение тела при нестандартных движениях.

3.7. Алактатная выносливость характеризуется всем, кроме:

- а) концентрацией креатинфосфата;
- б) активностью фермента креатинфоскиназы;
- в) содержанием креатина;
- г) составляет биохимическую основу локальной мышечной силы (выносливости);
- д) составляет биохимическую основу статической силы.

3.8. Гликолитическая выносливость определяется всем, кроме:

- а) запасами гликогена в мышцах, печени;
- б) активностью ферментных систем;
- в) функциональным состоянием компенсаторных механизмов;
- г) устойчивостью тканей к гипоксии;
- д) изменением кислотно-щелочного баланса;
- е) запасами липидов.

**3.9. Выберите вариант определения понятия гибкость:**

- а) морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата определяющие подвижность его звеньев;
- б) способность противодействовать внешним сопротивлениям за счёт мышечных напряжений;
- в) двигательная реакция, оцениваемая точной согласованностью движений;
- г) реализация движений в высоком темпе;
- д) интегральное качество, связанное с улучшением межмышечной координации.

3.10. Выберите правильный ответ – мерой измерения гибкости служит:

- а) сгибание и разгибание рук из упора лежа (количество раз);
- б) максимальная амплитуда движений в суставах, в сантиметрах или в угловых градусах;
- в) длина сегментов тела (см);
- г) показатели окружности плеча, талии, бедра и голени (см);
- д) росто-весовые показатели – соотношение веса (кг) и роста (см).

Утверждено на заседании кафедры «Адаптивная физическая культура»,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Преподаватель \_\_\_\_\_

#### Критерии оценивания экзамена

<i>Номер задания</i>	<i>Количество баллов за задание</i>
1. Теоретический вопрос	15 баллов
2. Теоретический вопрос	10 баллов
3. Тестовые задания	15 баллов
<b>Всего</b>	<b>40 баллов</b>

#### 11. ОБРАЗЕЦ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ

1. Выберите вариант определения понятия гибкость:

- а) морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата определяющие подвижность его звеньев;
- б) способность противодействовать внешним сопротивлениям за счёт мышечных напряжений;
- в) двигательная реакция, оцениваемая точной согласованностью движений;
- г) реализация движений в высоком темпе;
- д) интегральное качество, связанное с улучшением межмышечной координации.

2. Выберите правильный ответ – мерой измерения гибкости служит:

- а) сгибание и разгибание рук из упора лежа (количество раз);
- б) максимальная амплитуда движений в суставах, в сантиметрах или в угловых градусах;
- в) длина сегментов тела (см);
- г) показатели окружности плеча, талии, бедра и голени (см);
- д) росто-весовые показатели – соотношение веса (кг) и роста (см).

3. Чем определяется подвижность мышечно-суставных сочленений?

- а) строением суставов;
- б) эластичностью мышц и связок;
- в) функциональным состоянием ЦНС;
- г) уровнем развития мышцы, их предварительным напряжением;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неправильные.

4. На улучшение функционального состояния мышечно-связочного аппарата влияют все факторы, кроме:

- а) повышение температуры тела;
- б) повышение температуры окружающей среды;
- в) предварительная разминка;
- г) холодовые процедуры;
- д) время суток – наибольшее в 12:00 дня.

5. Для показателей гибкости верно всё, кроме:

- а) коррелирующей с антропометрическими признаками;
- б) в значительной степени (особенно у женщин) обусловлена генетически;
- в) находится в обратной зависимости от уровня силы;
- г) прирост гибкости у мальчиков – в 7-10 лет и 14-15 лет ;
- д) наиболее интенсивный прирост гибкости у девочек – в 11-14 лет;
- е) снижение подвижности в суставах отмечается с окончанием процесса полового созревания.

6. В методологическом подходе развитие подвижности в суставах в повседневной жизни верно всё, кроме:

- а) наибольшее значение имеет подвижность позвоночного столба;
- б) плечевых суставов;
- в) тазобедренных суставов;
- г) следует достигать гибкости, превышающей её исходный уровень на 10-15%;
- д) развивать периодически чрезмерный уровень гибкости, связанный с растяжением и ослаблением связок.

7. Отметьте 2 основные формы проявления подвижности в суставах:

- а) при воздействии посторонних (внешних) сил;
- б) при активных движениях обусловленных тягой мышц;
- в) "суставной гимнастики";
- г) суставного массажа;
- д) движения размеренные без учета амплитуды нижних и верхних конечностей при относительно малоподвижном туловище.

8. Методологические приемы развития гибкости включают следующие компоненты, кроме:

- а) обязательная разминка, упражнения на расслабление;
- б) активные движения с увеличивающейся амплитудой, маховые;
- в) повторные пружинящие движения, круговые;
- г) пассивные движения, статические упражнения;
- д) спринт, прыжки.

9. Методологические приемы развития гибкости учитывает все составляющие, кроме:

- а) использование "суставной гимнастики" для улучшения растяжимости, прочности мышц и связок;



- б) специализированное развитие подвижности в суставах для повышения максимальной амплитуды необходимых движений;
- в) подвижности в суставах с помощью регулярного выполнения упражнений;
- г) опорно-двигательные занятия по 25-30 минут с рекомендуемой дозированной нагрузкой упражнений;
- д) прекращение упражнений происходит при появлении болезненных ощущений в мышцах;
- е) не учитываются половозрастные особенности и функциональные возможности контингента.

10. Выберите вариант определения понятия ловкость:

- а) способность выполнять движения с большой амплитудой за счёт активности мышечных групп;
- б) способность управлять телом или его частями по пространственно-временным и двигательным характеристикам;
- в) способность человека поддерживать устойчивое положение тела при нестандартных позах и движениях;
- г) способность успешно выполнять движения в экстремальных условиях двигательного действия;
- д) способность рационально справляться с известной двигательной задачей.

11. Для ловкости присущи все характеристики, кроме:

- а) освоение новых сложных движений и их перестройки в переменных условиях;
- б) нахождение оптимального способа двигательного решения;
- в) своевременная точная реакция в реализации движений;
- г) зависимость от деятельности анализаторов ЦНС двигательного анализатора различать направление и расстояния, а не сложная психомоторная способность;
- д) однофакторное двигательное качество, не характеризуется специфичностью по отношению к разным движениям.

12. Для способности двигательного анализатора характерно всё, кроме:

- а) совершенствуется в процессе онтогенеза;
- б) увеличивается от 4 до 16 лет в 5 раз;
- в) наиболее высокие темпы прироста функции к пространственной ориентации – в возрасте 7-10 лет;
- г) максимум биологического развития функции достигается к 13-15 годам;
- д) наиболее высокий темп прироста функции к пространственной ориентации – в возрасте 5-7 лет.

13. Ориентация человека во времени основывается на следующих ощущениях, кроме:

- а) слуховых;
- б) зрительных;
- в) осязательных;
- г) двигательных;
- д) эмоциональных.

14. Выберите правильный ответ, точность временных оценок это:

- а) связано со специфической тренировочной деятельностью и зависит от уровня подготовленности спортсмена;
- б) достаточно трудно тренируется;
- в) эффект не зависит от специфики тренировочных нагрузок;
- г) это способность не изменяется под воздействием оперативных нагрузок;
- д) не связано с активацией психодинамических процессов.

15. Дифференцирование динамических усилий зависит от:

- а) профессионального и спортивного мастерства;
- б) от физической природы;
- в) периодичности воздействия;
- г) интенсивности и длительности воздействия;
- д) все ответы верны;
- е) все ответы неправильные.

## 12. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Оценивание качества знаний студентов осуществляется путем текущего, модульного, семестрового контроля. Объектом оценивания знаний студентов является программный материал дисциплины различного характера и уровня сложности, усвоение которого соответственно проверяется при текущем и итоговом контроле по 100-балльной шкале.

Формами текущего контроля знаний являются:

- устный опрос, собеседование – для проверки усвоения лекционного материала;
- решение задач и проблемных ситуаций – для контроля практических навыков и творческих поисков;
- выполнение индивидуальных заданий – для развития навыков исследовательской работы и суммирования самостоятельной работы студентов.

Формой модульного контроля являются контрольные работы по содержательному модулю. Формой семестрового контроля является экзамен.

Текущий контроль оценивается в соответствии с разработанной рейтинговой системой по дисциплине.

### Критерии оценивания текущего контроля знаний

Контрольные мероприятия по дисциплине	Количество баллов	Разделы и темы дисциплины
1. Текущий контроль		
Посещение лекционных занятий	5	Тема 1-7
Активность на практических занятиях, в том числе устный опрос, тестирование	30	Тема 1-7
2. Модульный контроль		
Контрольная работа № 1	5	Тема 1-4
Контрольная работа № 2	5	Тема 5-7
3. Самостоятельная работа	15	
4. Экзамен	40	
<b>Итого</b>	<b>100</b>	

### Критерии оценивания самостоятельной и индивидуальной работы студентов

Вид работы	Плановые сроки выполнения	Формы контроля и отчетности	Максимальное количество баллов
1. Выполнение и защита реферата в виде доклада и презентации	Один раз в течение семестра	Обсуждение проведенной работы в аудитории	5
2. Составление логико-структурных схем по темам лекций	В течение семестра	Обсуждение работы во время практического занятия или консультации	5
3. Составление глоссария по темам лекций	В течение семестра	Проверка правильности выполненных заданий	5
<b>Итого по СРС</b>			<b>15</b>

Студенты могут получить дополнительные баллы при выполнении по дисциплине индивидуальных заданий творческого уровня, участия во внеучебной научно-исследовательской деятельности, в работе конференций, научных семинаров, подготовке научных публикаций и т.д., которые войдут в итоговый контроль.

### Шкала оценивания: государственная и ECTS

Оценка по 100-бальной шкале	Оценка по шкале ECTS	Оценка по государственной шкале (экзамен)
90-100	A	5 (отлично)
80-89	B	4 (хорошо)
75-79	C	4 (хорошо)
70-74	D	3 (удовлетворительно)
60-69	E	3 (удовлетворительно)
35-59	FX	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи
0-34	F	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов

### 13. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Лекционные и практические занятия по дисциплине «Методология и методы научных исследований» проводятся в учебных аудиториях для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации учебного корпуса института физической культуры и спорта расположенного по адресу 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, оснащенных комплектом учебной мебели, комплектом рабочего места преподавателя, доской, мультимедийным комплектом (ноутбук, проектор) с выходом в сеть Интернет.

Самостоятельная работа студентов проходит в следующих помещениях:

– читальный зал № 2 гуманитарных наук, укомплектован учебной мебелью на 90 посадочных мест, оснащен компьютером в комплекте (2 шт.), расположен по адресу г. Донецк, ул. Университетская, 22, каб. 46;

– читальный зал № 4 периодической литературы, укомплектован учебной мебелью на 31 посадочное место, оснащен компьютером в комплекте (1 шт.), расположен по адресу г. Донецк, ул. Университетская, 24, каб. 19;

– читальный зал филиала №3 научной библиотеки ДонНУ, укомплектован учебной мебелью на 40 посадочных мест, расположен по адресу: 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, каб. 213;

– пункт обслуживания филиала №3 научной библиотеки ДонНУ, укомплектован учебной мебелью на 8 посадочных мест, оснащен компьютером с выходом в сеть Интернет, расположен по адресу: 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, каб. 020.

– методический кабинет института физической культуры и спорта на 24 посадочных места, оснащен компьютером в комплекте (3 шт.), с выходом в сеть Интернет, расположен по адресу: 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, ауд. 020.

Индивидуальные и групповые консультации студентам для проведения самостоятельной работы предоставляются в кабинете кафедры адаптивной физической культуры, укомплектованном комплектом мебели на 30 посадочных мест, оснащенном компьютером в комплекте (2 шт.), принтером, сканером, расположенном по адресу 83048, г. Донецк, ул. Байдукова, д. 80, ауд. 106.

## 14. РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

№ п/п	Наименование	Кол-во экземпляров в библиотеке ДонНУ	Наличие электронной версии в ЭБС
<i><b>Основная литература</b></i>			
1	Калоерова В.Г. Методология и методы научных исследований в области ФКС [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие / В.Г. Калоерова, Л.А. Деминская, И.Г. Кривец, Т.В. Москалец и др. – Донецк: ДонНУ, 2019. – Электронные данные		+
2	Кухенная М.А. Методология и методы научных исследований [Электронный ресурс]: курс лекций. – Донецк: ДонНУ, 2017. – Электронные данные		
3	Научно - исследовательская работа студентов / сост. Л.А. Деминская; ГОО ВПО ДИФКС. – Донецк, 2018. – 98 с		+
<i><b>Дополнительная литература</b></i>			
3	Бродский Я.С. Статистические методы в педагогике [Электронный ресурс]:		+

## 15. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. Главное управление статистики ДНР <http://glavstat.govdnr.ru/>
2. Министерство образования и науки Донецкой Народной Республики <http://mondnr.ru/>
3. Электронный каталог + 3 Электронные картотеки Научной библиотеки ДонНУ <http://library.donnu.ru/catalog/>
4. Электронный архив ДонНУ (репозиторий) <http://repo.donnu.ru/>
5. Официальный сайт ДНР. Режим доступа: <http://dnr-online.ru>.
6. Методический кабинет факультета.
7. Научная библиотека ДонНУ. – Режим доступа: <http://library.donnu.ru>.

## 16. ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Windows 7 PRO (корпоративная лицензия ДОННУ № 46484614).
2. MicrosoftOffice (корпоративная лицензия ДОННУ лицензия № 46472919).
3. MicrosoftVisualStudio (лицензия программы DreamSpark для высших учебных заведений).
4. AdobeAcrobatReader, xPDF, R Studio, Scilab (лицензии GPL, Apache, BSD для свободного программного обеспечения).