

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.01 История и методология науки»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

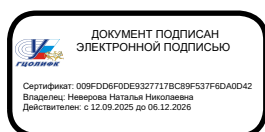
Направление подготовки: 49.04.01- Физическая культура.

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.



Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Полянский Валерий Петрович – д.п.н., доцент, профессор кафедры ТМОФКиС  
РГУФКСМиТ.

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

**Цель** - расширить и углубить интегративные знания по истории становления и развития науки, в особенности теории и методики физической культуры и спорта, теории и методики адаптивной физической культуры и адаптивного спорта и смежных с ними научных дисциплин, полученные студентами во время обучения на бакалавриате; сформировать компетенции фундаментального мировоззренческого и методологического характера будущего магистра, подготовленного для научной и научно-педагогической деятельности в сфере адаптивной физической культуры и спорта.

**Основные задачи**, конкретизирующие поставленную цель, заключаются в том, чтобы в процессе магистрантской подготовки обеспечивать:

- профессионально углубленное понимание магистрантами кардинальных историко-логических тенденций становления и развития научных знаний о физической культуре и спорте, об адаптивной физической культуре и адаптивном спорте, доскональное освоение интегративного современного содержания данных знаний;
- выработку у магистрантов умения ясно ориентироваться в генезисе проблем избранной отрасли науки, тщательное овладение методологией их решения, как на уровнях общенаучных методологических подходов и научно-отраслевой методологии, так и на конкретно-исследовательском уровне;
- созревание профессионального кредо магистрантов на основе решения первых двух задач.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Учебная дисциплина «История и методология науки» относится к обязательной части Блока 1 (**Б1.О.01**) учебного плана по образовательной программе магистратуры 49.04.01 «Физическая культура».

Изучение данной дисциплины формирует у магистрантов теоретико-методологическую базу для освоения дисциплин базового и вариативного модулей (современные проблемы науки о физической культуре и спорте и др.), для проектирования и выполнения выпускной квалификационной работы магистрантов (магистерского исследования).

Поскольку история и методология науки в целом и науки о физической культуре и спорте изучается еще и на примере изучения истории и методологии избранной магистрантами для исследования научной проблемы, то данная дисциплина призвана обеспечить их историко-методологической базой для проектирования и подготовки магистерской выпускной квалификационной работы (диссертационного исследования).

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| УК- 1            | <p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.</p> |                                                |                             | 1                      |
| ОПК-8            | <p><i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i></p> <p>ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;</p> <p>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p>                                                               |                                                |                             | 1                      |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля).

**Заочная форма обучения:** Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, всего-108 часов.

| №                           | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                   | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                             |                                                                                                                                                              |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                           | Историко-логический                                                                                                                                          | 1       | 5                                                                                                                       | 2                         | 40                     |          |                                               |
| 1.1                         | Доновоисторический опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики                                                              |         | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 1.2                         | Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения |         | 2                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 1.3                         | Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте                                              |         | 2                                                                                                                       | 1                         | 16                     |          |                                               |
| 2                           | Методологический                                                                                                                                             | 1       | 5                                                                                                                       | 2                         | 45                     |          |                                               |
| 2.1                         | Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования                                                                     |         | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 2.2                         | Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования                |         | 2                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 2.3                         | Конкретизация положений логики и методологии построения исследования                                                                                         |         | 2                                                                                                                       | 0,5                       | 16                     |          |                                               |
| 3                           | История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей                                                                                                       | 1       | -                                                                                                                       | 0,5                       | 5                      |          |                                               |
| <b>Итого часов .....108</b> |                                                                                                                                                              |         | 10                                                                                                                      | 4                         | 85                     | 9        | Экзамен                                       |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Объемные требования для экзамена:

### **Исторический аспект**

1. Дошедшие до наших времен идеи античных мыслителей о физической культуре.
2. Основные положения системного подхода в современной общенаучной методологии. Опыт его применения в исследовании физической культуры.
3. Исследования в традиционных отраслях естественных наук, оказавшие существенное влияние на становление научных взглядов на физическую культуру в XVIII – первой половине XIX века.
4. Значение «первого закона» - закона упражнения Ж. Б. Ламарка и открытие «эффекта суперкомпенсации» А.А. Ухтомским для осмысления средств физического воспитания.
5. Глобальное противоречие взглядов на доминирующее методическое направление физического воспитания в различных регионах мира в первый период новой истории.
6. Значение возобновления Олимпийских игр в преодолении расхождений национальных систем физического воспитания.
7. Значение взаимодействий тенденций дифференциации и интеграции отраслей научного познания для формирования теории физической культуры.
8. Исторические вехи в разработке теории адаптации. Ее значение для теории физической культуры.
9. Особенности отношения к физической культуре западных и восточных религиозных культов в средневековый период.
10. Первые научно-исследовательские труды монографического характера, целостно обобщающие знания о физическом воспитании.
11. Системы физических упражнений, доминировавшие в континентальной Европе в эпоху Возрождения и в первой половине новой истории.
12. Исторические предпосылки становления общей теории физической культуры. Время появления первых публикаций по этой отрасли научного знания.

13. Становление знаний о прикладных аспектах физической культуры до новоисторического времени.
14. Начало научно-исследовательской разработки конкретной проблематики «производственной» физической культуры.
15. Возникновение и исторические вехи формирования понимания военно-прикладной значимости физической культуры.
16. Возникновение представлений об оздоровительном эффекте физической культуры. Не устаревшие мысли Ювенала, Галена, Авиценны и других античных мыслителей об оздоровительной ценности рациональной двигательной активности.
17. Расцвет преимущественно «гимнастических» систем в физической культуре Европы XVI-XIX в.в., их типовые особенности в различных европейских странах.
18. Общая теория физической культуры как профилирующая научно-образовательной дисциплина. Основные современные познавательные публикации по данной дисциплине.
19. Роль П.Ф.Лесгафта и А.Д.Новикова в разработке отечественной науки о физическом образовании и воспитании.
20. Опыт строительства единой общенародной системы физической культуры и спорта в обществе, основы её базиса.
21. Единые программно-нормативные основы системы физического воспитания и всенародного физкультурно-спортивного движения, их суть и исторические примеры введения.
22. Перерастание теории спортивной тренировки в общую теорию спорта: причина и суть такого перерастания.
23. Первые монографии по общей теории спорта. Основные проблемные «блоки», охватываемые в современных монографиях по теории спорта.
24. Исторический этап выделения из традиционных познавательных дисциплин естественно-научного и гуманитарного характера ряда отраслей, избирательно ориентированных на познание различных сторон физической культуры и спорта и связанных с ними явлений.
25. Причины усиления интеграционной тенденции в развитии науки, начиная со второй половины XX века, её выражение в сфере научных знаний о физической культуре и спорте.
26. Конструктивные идеи и методические установки, рожденные во времена античного спорта, не утратившие поныне своего значения.
27. Исторические предпосылки возникновения профессионализма в спорте и современные формы профессионального спорта.
28. Особенности развития знаний о физической культуре и спорте до появления и с появлением исследовательских дисциплин, ориентированных специально на познание физкультурной и спортивной практики.
29. Факторы международных отношений, обусловившие резкое возрастание конкуренции на мировой спортивной арене в XX веке.

30. Актуальные потребности научно-исследовательской рационализации состояния физической культуры и спорта в нашем отечестве на современном историческом этапе.

#### Методологический аспект

1. Уровни современной методологии научного познания, их место при исследовании физической культуры, спорта.
2. Эволюция взглядов на физическую культуру и спорт в средневековые времена и в эпоху возрождения.
3. Требования историко-логического подхода при исследовании физической культуры.
4. «Парадокс целостности» как проявление интегративного познавательного подхода, примеры его использования в исследованиях явлений физической культуры, спорта.
5. Суть модельного подхода при исследовании явлений физической культуры, спорта.
6. Значение законов классической формальной логики для корректного осмысления явлений физической культуры.
7. Суть проблемной ситуации, являющейся предпосылкой постановки научно-исследовательской проблемы.
8. Правила постановки исследовательской проблемы.
9. Правила конкретизации исследовательской гипотезы в форме следствий из нее, поддающихся измерительной проверке (операционной конкретизации).
10. Использование в рационализации физкультурной и спортивной практики кибернетического подхода, включая использование принципа «черного ящика».
11. Сущность модельного подхода в исследовании явлений физической культуры.
12. Правила соблюдения первого закона классической логики при описании явлений физической культуры.
13. Смысл экспериментальной проверки гипотезы в исследовании.
14. Методы выявления проблемной ситуации в исследованиях физкультурной практики.
15. Различия реальной и потенциальной, корректно и некорректно поставленной проблемы в исследованиях физической культуры и спорта.
16. Экспертные оценки как способ выявления проблемной ситуации в исследованиях физической культуры, спорта.
17. Опросные методы в их современных модификациях, используемые при исследовании проблем физической культуры, спорта.
18. Классификационная группировка методов научного исследования, используемых в решении проблем теории и методики физической культуры и спорта.



19. Характеристика методов наблюдения (в том числе тестирующего), используемых в исследованиях физической культуры, спорта.
20. Характеристика разновидностей экспериментальных методов, используемых в исследованиях физической культуры, спорта.
21. Логически последовательные этапы развертывания любого конкретного целостного научного исследования (общая сжатая характеристика).
22. Типичный комплекс исследовательских методов, применяемых на первом этапе развертывания исследования.
23. Типичный комплекс исследовательских методов, применяемых на втором этапе развертывания исследования по проблематике физической культуры, спорта.
24. Методы, преимущественно применяющиеся на завершающем («выводном») этапе исследования.
25. Основания для умозаключений и резюмирующих суждений в процессе и в результате исследования, критерии их достаточности.
26. Выявление причинно-следственных связей и отношений как главный объект познания в целостном исследовании явлений физической культуры и спорта.
27. Методологическое требование восхождения от абстрактного к конкретному в исследовании физической культуры, спорта.
28. Условия экстраполяции за пределы исследованного выводов, полученных в результате отдельных исследований по проблемам физической культуры и спорта.
29. Современные методы математической статистики, адекватно применяемые в исследованиях по проблемам физической культуры и спорта.
30. Условия обеспечения прикладной ценности исследований для физкультурной и спортивной практики.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Степин, В.С. Философия науки. Общие проблемы : учеб. для системы послевуз. проф. образования: доп. М-вом образования и науки РФ / В.С. Степин. - М.: Гардарики, 2006. - 383 с.: ил <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/127995.pdf>
2. Воронков, Ю.С. История и методология науки : учебник для вузов / Ю.С. Воронков, А.Н. Медведь, Ж.В. Уманская. — Москва: Юрайт, 2023. — 489 с. <https://urait.ru/bcode/511049>
3. Ушаков, Е.В. Философия и методология науки : учебник и практикум для вузов / Е. В. Ушаков. — Москва : Юрайт, 2023. — 392 с. <https://urait.ru/bcode/511006>

4. История и методология науки : учебное пособие для вузов / Б. И. Липский [и др.] ; под редакцией Б. И. Липского. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 373 с. <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/127990.pdf>

5. Рузавин, Г.И. Методология научного познания [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.И. Рузавин .— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015 .— 288 с. — ISBN 978-5-238-00920-9 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/352268>

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Столяров, В.И. История и философия науки : учебник для аспирантов высш. учеб. заведений физ. культуры / Н.Ю. Мельникова; В.И. Столяров .— Москва : Спорт, 2021 .— 465 с. <https://lib.rucont.ru/efd/776822>

2. Современные философские проблемы естественных, технических и социально-гуманитарных наук : учеб. для системы послевуз. проф. образования: доп. М-вом образования и науки РФ / под ред. д-ра философ. наук, проф. В.В. Миронова. - М.: Гардарики, 2006. - 639 с. <https://urait.ru/bcode/511387>

#### **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <https://www.dissercat.com/>

3.Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.

#### **г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

– Операционная система – Microsoft Windows 10;

– Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

– Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

*современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- *электронные библиотечные системы:*

- Образовательная платформа Юрайт

- Электронно-библиотечная система РУКОНТ

- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

- *Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные и справочные поисковые системы:*

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.

Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru – информационная система <https://elibrary.ru/>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.

- *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

Государственная информационная система «Спорт» - профессиональная база данных <https://sportrf.gov.ru/>

Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система <https://www.informio.ru/>

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, учебной доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) История и методология науки для обучающихся института научно-педагогического образования 1-го курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль): «Фитнес-инноватика» заочной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-й семестр

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                            | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Подготовка проекта магистерского исследования                                       | 15                         |
| 2 | Доклад на учебно-научной конференции по истории науки                               | 10                         |
| 3 | Доклад на учебно-научной конференции по методологии науки                           | 10                         |
| 4 | Реферат по теме: «История и методология исследований по избранной научной проблеме» | 25                         |
| 5 | Посещение занятий                                                                   | 15                         |
| 6 | Участие в обсуждении диссертационных проектов магистрантов                          | 5                          |
|   | Экзамен                                                                             | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                        | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                                                                                                            | Максимальное кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Контрольная работа по теме «Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования»</i>                                                   | 5                          |
| 2 | <i>Выступление на семинаре «Детализирующая характеристика методического аппарата сбора, обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования»</i> | 10                         |
| 4 | <i>Подготовка доклада «История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей»</i>                                                                                             | 10                         |
| 6 | <i>Написание реферата по теме историко-логического раздела</i>                                                                                                                 | 15                         |
| 7 | <i>Проект (аннотация) исследования (диссертации)</i>                                                                                                                           | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- Магистрант может быть допущен к сдаче экзамена только в том случае, если до начала сессии набрал не менее 41 балла,
- Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.
- По согласованию с преподавателем, магистрант может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.01 «История и методология науки»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
**49.04.01 «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет **3** зачетные единицы, 108 часов.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1.**

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** расширить и углубить интегративные знания по истории становления и развития науки, в особенности теории и методики физической культуры и спорта и смежных с ними научных дисциплин, полученные студентами во время обучения на бакалавриате; сформировать компетенции фундаментального мировоззренческого, методологического и научно-исследовательского характера будущего магистра, подготовленного для научной и научно-педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю).**

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| УК- 1            | <p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований (работ), участия в научной дискуссии.</p> |                                                |                             | 1                      |
| ОПК-8            | <p><i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современные методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                |                             | 1                      |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;<br>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;<br>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;<br>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций. |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

4

### Заочная форма обучения

| №   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                   | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|     |                                                                                                                                                              |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1   | Историко-логический                                                                                                                                          | 1       | 5                                                                                                                       | 2                         | 40                     | 4        |                                               |
| 1.1 | Довоисторический опыт осмысления и рационализации явлений физкультурной и спортивной практики                                                                |         | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 1.2 | Развитие научно-предпосылочных, теоретико-прикладных и методических знаний, значимых в сфере физической культуры и спорта в средние века и эпоху возрождения |         | 2                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 1.3 | Новый (XVIII в. – первая половина XX в.) и новейший этапы истории развития науки о физической культуре и спорте                                              |         | 2                                                                                                                       | 1                         | 16                     |          |                                               |
| 2   | Методологический                                                                                                                                             | 1       | 5                                                                                                                       | 2                         | 45                     | 5        |                                               |
| 2.1 | Общие и специальные методологические предпосылки эффективного развертывания исследования                                                                     |         | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |
| 2.2 | Детализирующая характеристика методического аппарата сбора,                                                                                                  |         | 2                                                                                                                       | 0,5                       | 12                     |          |                                               |

|                             |                                                                                   |   |    |     |    |   |         |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---|----|-----|----|---|---------|
|                             | обработки и проверки материалов, составляющих фактологическую основу исследования |   |    |     |    |   |         |
| 2.3                         | Конкретизация положений логики и методологии построения исследования              |   | 2  | 0,5 | 16 |   |         |
| 3                           | История и методология смежных с ТФКиС научных отраслей                            | 1 | -  | 0,5 | 5  |   |         |
| <b>Итого часов .....108</b> |                                                                                   |   | 10 | 4   | 85 | 9 | Экзамен |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра** теоретико-методических основ физической культуры и спорта

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.02 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

**Составитель:**

Гасанова – Матвеева Земфира Арифовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
ТМОФКиС РГУФКСМиТ;

Матвеев Лев Павлович – д.п.н., профессор, заслуженный деятель науки РСФСР

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины состоит в том, чтобы обеспечить целостное осмысление магистрантами современного состояния проблем науки о физической культуре и спорте, формирование на этой основе профессиональной подготовленности к самостоятельной научно-исследовательской деятельности, соответствующей по уровню магистерской квалификации. Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Курс «Современные проблемы науки о физической культуре и спорте» относится к обязательной части основной образовательной программы магистратуры Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.04.01 «Физическая культура».

Предусматривается, что освоение материала данной дисциплины должно происходить с последовательной опорой на результаты предшествующего профессионального образования, в том числе, и особенно, на результаты освоения дисциплины «История и методология науки», преподаваемой в предшествующем семестре 1-го курса магистратуры заочной формы обучения. Содержание дисциплин по сути своей органически взаимосвязано, что, естественно, должно находить адекватное отражение в преподавании и освоении их. В свою очередь, данные дисциплины должны являться необходимым базисом для освоения специализированных гуманитарных и естественнонаучных дисциплин.

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| УК- 1            | <p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований</p> |                                                |                             | 1-2                    |
| ОПК-7            | <p><i>Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта</i></p> <p>ОПК-7.1. Знает теорию и методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-7.2. Знает процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности;</p> <p>ОПК-7.3. Умеет обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры;</p> <p>ОПК-7.4. Умеет разрабатывать и выделять научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современный информационный поиск;</p> <p>ОПК-7.5. Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения.</p>                                                                                                                                                                                                                              |                                                |                             | 1-2                    |
| ОПК-8            | <p><i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современные методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i></p> <p>ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2<br><br>2<br><br>2                            |                             | 1-2                    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p>организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендации или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;</p> <p>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

##### Заочная форма обучения

| №                       | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                          | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                         |                                                                                                                     |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                       | Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика                                                                       | 1       | 2                                                                                                                       |                           | 18                     |          |                                               |
| 2                       | Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания                                               | 1-2     |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 3                       | Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры | 1-2     | 2                                                                                                                       |                           | 24                     |          |                                               |
| 4                       | Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений                                     | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 42                     |          |                                               |
| <b>Итого часов: 108</b> |                                                                                                                     |         | <b>6</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>89</b>              | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                |

#### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

## 5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### К разделу «Наиболее интегративная проблематика»

1. Какие из современных проблем науки о физической культуре и спорте являются наиболее интегративными (требующими предельно целостного объединенного подхода)?

2. Почему со временем не теряет своего значения историко-логический анализ генеральных тенденций развития физической культуры, спорта и сопряженных с ними исследовательских знаний?

3. Какие научно-прикладные проблемы модернизации системы физической культуры и спорта у нас в стране возникли в связи с недавно произошедшими и происходящими в ней общесоциальными преобразованиями (социально-экономическими, демографическими и другими)?

4. В чем видится принципиальное значение для научного определения перспектив совершенствования системы физической культуры и спорта углубленного исследования закономерностей, связывающих, с одной стороны, многолетнюю динамику физкультурной деятельности на протяжении индивидуальной жизни и, с другой стороны, динамику жизненных свойств организма в онтогенезе?

5. Как конкретизируется в настоящее время проблема исследований по усилению оздоровительного эффекта физкультурной и спортивной деятельности?

6. В чем состоит актуальность проблемы исследовательского сравнительного анализа эффективности традиционных и обновленных компонентов (видов, разновидностей, элементов) физической культуры и спорта, четкой систематизации их и определения, предпочтительных по современным научно-практическим критериям?

7. В чем заключается значимость развертывания научно-прикладных разработок по модернизации программно-нормативных основ системы физической культуры и спорта в обществе?

8. Каковы современные потребности в научной разработке содержания всеобщего физкультурного образования?

9. В чем выражается современная тенденция к формированию и развитию новых интегративных научно-образовательных дисциплин в сфере физической культуры и спорта?

10. Чем завершились попытки решения проблемы создания международного понятийно-терминологического аппарата науки о физической культуре и спорте, и есть ли необходимость современного решения этой проблемы?

### К разделу «Проблематика общей теории и методики физического воспитания»

11. Каковы наиболее крупные проблемные блоки современной общей теории физического воспитания (сжатая характеристика)? Какие из современных дидактических и смежных концепций и технологий используются в решении проблем совершенствования методики обучения двигательным действиям? (Допустима характеристика их по выбору).



12. В чем заключается значение теории деятельности и поэтапного формирования ее для разработки проблематики оптимизации процесса обучения двигательным действиям?

13. Какое значение для оптимизации последовательности обучения двигательным действиям имеет детальное исследование закономерностей "переноса" двигательных умений и навыков?

14. Какое значение для разработки и совершенствования технологии обучения двигательным действиям имеют современные концепции и технические устройства, направленные на использование в процессе обучения им срочной сенсорной информации, аппаратурной коррекции и других факторов "управляющей" среды?

15. В чем состоит проблема конкретизации и углубления исследовательских данных о возможностях избирательно-направленного воздействия в процессе физического воспитания на развитие так называемых физических качеств индивида и о комплексном эффекте таких воздействий?

16. Чем обусловлена актуальность проблемы точного выявления соотношений эффектов воспитания основных физических качеств индивида, достигаемых уровнем их развития, и оздоровительного эффекта физического воспитания (выраженного в состоянии и динамике здоровья)?

17. Каковы современные аспекты проблемы научно-прикладных разработок, направленных на взаимосвязанное усиление оздоровительного эффекта физкультурной двигательной деятельности и других факторов оздоровления?

18. В чем состоит проблема исследовательского уточнения данных об объекте направленных воздействий в процессе физического воспитания на так называемые физические качества индивида и сопряженные с ними способности, о возможностях и закономерностях их развития под воздействием многолетнего физического воспитания?

19. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания собственно силовых способностей и комплексных способностей с выраженной силовой компонентой?

20. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания скоростных способностей?

21. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания выносливости?

22. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики воспитания двигательного-координационных способностей?

23. Чем характеризуются современное состояние и проблемы дальнейшей разработки методики направленного воздействия на гибкость тела, осанку и другие свойства телосложения?

24. В чем состоит значение современных научно-исследовательских данных о соотношении процессов адаптации и развития организма для совершенствования технологии развертывания процесса физического воспитания?

25. В чем суть проблем четкого определения допустимых пределов варьирования содержания и форм построения многолетнего физического воспитания, его проектирования и контроля?

26. Какие проблемы актуальны в аспекте дальнейшего исследования основ оптимизации структуры физического воспитания в рамках закономерных его циклов (микро-, мезо- и макроциклов)?

27. В чем состоит актуальность проблемы исследовательской оптимизации содержания и форм базового общеобязательного курса физического воспитания (прежде всего в учреждениях образовательно-воспитательного типа, функционирующих на государственных началах)?

К разделу «Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры»

28. В чем заключается актуальная проблема исследовательского определения предпочтительных вариантов содержания и форм базово-продолжающей физической культуры как основного фактора закрепления и развития результатов базового общеобязательного курса физического воспитания после его завершения?

29. В чем суть проблемы тщательного исследовательского анализа конгломератного общественного движения, развернутого под лозунгом "Спорт для всех!"?

30. Какие исследовательские проблемы стоят в аспекте рационализации общедоступного спорта как спортивно-профилированной разновидности базово-продолжающей физической культуры?

31. В чем состоят особенности исследовательских проблем теории и методики лечебной физической культуры как разновидности оздоровительно-реабилитационной физической культуры?

32. В чем состоят особенности исследовательских проблем теории и методики так называемой "адаптивной" физической культуры как разновидности оздоровительно-реабилитационной физической культуры?

33. Какие исследовательские проблемы актуальны в теории и методике прикладно-профилированной физической культуры (в том числе производственной, военно-прикладной и т.п.)?

34. В чем состоят научно-прикладные проблемы совершенствования содержания и методики "малых форм" физической культуры в условиях повседневного домашнего быта различных контингентов населения?

35. Каковы научно-прикладные проблемы рационализации оздоровительно-рекреативной физической культуры?

К разделу «Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений»

36. Есть ли реальный смысл в постановке проблемы "пределов" человеческих возможностей в спорте и каковы подходы в ее постановке?

37. В чем состоит значимость проблемы научно-исследовательского уточнения критериев и способов диагностики спортивной одаренности индивида?

38. Каковы проблемы изыскания усовершенствованных и новых форм спортивно-технических действий в единстве с разработкой прогрессивных технологий спортивно-технической подготовки в спорте высших достижений? (По выбору на материале спортивной специализации).

39. Каковы исследовательские проблемы совершенствования спортивной тактики и технологии тактической подготовки в спорте высших достижений (по выбору на материале спортивной специализации)?

40. Каковы проблемы поиска факторов повышения эффективности воздействий, направленных на развитие физических качеств и сопряженных с ними способностей спортсмена, углубленной научно-исследовательской разработки технологии общей и специальной физической подготовки спортсменов высшего класса?

41. Каковы актуальные научно-исследовательские проблемы совершенствования специальной психической подготовки спортсменов высшего класса, оперативной регуляции и саморегуляции, их психических состояний, общего нравственного воспитания и самовоспитания?

42. В чем состоят современные научно-исследовательские и прикладные проблемы оптимизации системы соревновательной деятельности в супердостиженческом спорте, скоординированной с системой полноценной подготовки к наиболее ответственным соревнованиям?

43. В чем состоит актуальность дальнейшей научно-исследовательской разработки проблемы управления процессом развития спортивной формы (как состоянием оптимальной подготовленности и готовности спортсмена к новому достижению) в условиях современной многообразной практики спорта высших достижений?

44. Какова суть современной концепции модельно-целевого подхода к построению системы подготовки спортсменов высокого класса к ответственным соревнованиям и, каковы аспекты дальнейшей разработки данного подхода?

45. Почему не теряют актуальности исследования эффекта максимальных нагрузок, используемых в спорте высших достижений (затрагивающие, кроме прочего, определение пределов мобилизации функциональных, адаптационных и иммунных возможностей организма спортсмена)?

46. В чем видятся современные аспекты научно-прикладной проблемы совершенствования системы экзофакторов, способствующих результативности спортивной деятельности и ее благотворному воздействию на состояние организма спортсменов, включенных в спорт высших достижений (внетренировочных и внесоревновательных факторов повышения уровня спортивной работоспособности и реабилитации после спортивных нагрузок, в том числе при состояниях, близких к критическим)?

47. Чем обусловлена современная острота проблемы научной разработки точных методов допингконтроля и действенной методики антидопингового воспитания спортсменов?

48. Каковы современные аспекты исследования закономерностей развертывания многолетней спортивной деятельности по ее основным стадиям и этапам, приводящим к высшим спортивным достижениям?

49. Чем обусловлены значимость и сложность решения на научной основе современных организационно-управленческих проблем по обеспечению качественного функционирования и развития спорта высших достижений в обществе?

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Столяров, В.И. Спортивная наука как интегративная дисциплина: история, современное состояние, пути совершенствования. В 2 кн. Кн. 2 : монография / В.И. Столяров .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 354 с  
<https://lib.rucont.ru/efd/840352>
2. Столяров, В.И. Теория физической культуры (критический анализ современного состояния, технология и результаты модернизации) : монография / С.Г. Сейранов, В.И. Столяров .— Малаховка : МГАФК, 2021 .— 334 с.  
<https://lib.rucont.ru/efd/780911>

### **б) Дополнительная литература**

3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс] : [учебник для вузов физ. культуры и спорта] / Л.П. Матвеев .— 6-е изд. — М. : Спорт, 2019 .— 344 с. — (Олимпийское образование) .— ISBN 978-5-907225-00-8 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/704132>
4. Столяров, В.И. Спортивная наука как интегративная дисциплина: история, современное состояние, пути совершенствования. В 2 кн. Кн. 1 : монография / В.И. Столяров .— Москва : Советский спорт, 2023 .— 317 с.  
<https://lib.rucont.ru/efd/826680>

### **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>  
[http://mgafk.ru/elektronnaya\\_biblioteka](http://mgafk.ru/elektronnaya_biblioteka)  
<http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/ExtSearch.asp>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*–Электронные библиотечные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

1. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система <https://www.garant.ru/>)
2. Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))
3. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))
4. Единый методический информационный ресурс. Официальный ресурс Министерства спорта Российской Федерации (<https://emir.gov.ru/>).
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система <https://fgosvo.ru/>

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

1. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных ([sportrf.gov.ru](http://sportrf.gov.ru))
2. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))
3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового

спорта: Статистическая информация – профессиональная база данных  
<https://www.minsport.gov.ru/activity/statisticheskaya-informacziya/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Современные проблемы наук о физической культуре и спорте для обучающихся Факультета магистерской подготовки 1 курса, направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура», профиль подготовки «Фитнес-инноватика» заочной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестры

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Доклад по темам лекций</i>                            | 25                         |
| 2 | <i>Реферат по проблемам исследования магистрантов</i>    | 18                         |
| 3 | <i>Посещение учебных занятий</i>                         | 27                         |
| 4 | <i>Экзамен</i>                                           | 30                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                             | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                                                                                                | Максимальное кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Контрольная работа по теме «Методы получения, первичной обработки и проверки материалов»</i>                                                                    | 5                          |
| 2 | <i>Выступление на семинаре «Библиографический поиск, сбор и систематизация документальной информации»</i>                                                          | 10                         |
| 4 | <i>Подготовка доклада «Экспериментальные методы исследования»</i>                                                                                                  | 10                         |
| 6 | <i>Написание реферата по теме «Современные общенаучные подходы в исследовании сферы физической культуры и спорта»</i>                                              | 15                         |
| 7 | <i>Презентация по теме «Выявление проблемной ситуации, постановка проблемы, формулирование рабочей гипотезы (на примере своего диссертационного исследования)»</i> | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

|                                    |                          |       |                        |             |              |        |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

### **Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

|                      |     |       |       |       |       |        |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Теоретико-методических основ физического воспитания и спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.02 «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 108 часов, 3 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):** 1-2 семестры заочная формы обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить целостное осмысление магистрантами современного состояния проблем науки о физической культуре и спорте, формирование на этой основе профессиональной подготовленности к самостоятельной научно-исследовательской деятельности, соответствующей по уровню магистерской квалификации. Дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| УК- 1            | <p><i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i></p> <p>УК-1.1. Знает современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений</p> <p>УК-1.2. Знает наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;</p> <p>УК-1.3. Умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления –</p> <p>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</p> <p>УК-1.5. Умеет выбирать направления научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.</p> <p>УК-1.6. Имеет опыт разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, её осуществления</p> <p>УК-1.7. Имеет опыт публичной защиты результатов собственных исследований</p> |                                                |                             | 1-2                    |
| ОПК-7            | <p><i>Способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта</i></p> <p>ОПК-7.1. Знает теорию и методологию совершенствования научных исследований в области физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-7.2. Знает процессы интеграции современных технологий в образовательный процесс и проектирование физкультурной деятельности;</p> <p>ОПК-7.3. Умеет обосновывать теоретические и практические вопросы совершенствования функционирования физической культуры в сферах образования, труда, досуга с теоретико-методологических позиций современной теории физической культуры;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                |                             | 1-2                    |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  |     |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
|       | ОПК-7.4. Умеет разрабатывать и выделять научную проблему на основе анализа отечественной и зарубежной научной и научно-методической литературы, включая современный информационный поиск;<br>ОПК-7.5. Имеет опыт выявления актуальных современных проблем в науках о физической культуре и спорте и способов их решения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |     |
| ОПК-8 | Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний<br>ОПК-8.1. Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;<br>ОПК-8.2. Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия;<br>ОПК-8.3. Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендации или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;<br>ОПК-8.4. Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций. |  |  | 1-2 |

## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №                       | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                          | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                         |                                                                                                                     |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                       | Раздел 1. Наиболее интегративная проблематика                                                                       | 1       | 2                                                                                                                       |                           | 18                     |          |                                               |
| 2                       | Раздел 2. Проблематика общей теории и методики физического воспитания                                               | 1-2     |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 3                       | Раздел 3. Проблематика дифференциальной теории и методики избирательно профилированных разделов физической культуры | 1-2     | 2                                                                                                                       |                           | 24                     |          |                                               |
| 4                       | Раздел 4. Проблематика специальной теории и технологии спорта высших достижений                                     | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 42                     |          |                                               |
| <b>Итого часов: 108</b> |                                                                                                                     |         | <b>6</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>89</b>              | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.03 «Философские и социальные проблемы физической культуры»**

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Передельский Алексей Анатольевич, доктор педагогических наук,  
кандидат философских наук, доцент, профессор кафедры философии и  
социологии

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «Философские и социальные проблемы физической культуры» является формирование философских и социально-научных знаний и представлений о сущности, истории возникновения и развития физической культуры в социальной системе, о наиболее значимых социальных проблемах, определяющих ее назначение, роль и перспективы развития в современном обществе.

Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» относится к обязательным дисциплинам Блока 1 ОПОП по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю) «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Философские и социальные проблемы физической культуры» занимает важное место в профессиональной подготовке магистрантов. В практической деятельности данных специалистов необходимы теоретические знания и практические умения по исследованию актуальных проблем, способствующих или, наоборот, препятствующих развитию данной сферы деятельности в обществе, проникновению ее в образ жизни людей.

По логике изложения и содержательно-методической составляющей дисциплина является продолжением таких дисциплин, как «История и методология науки», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте». В свою очередь данная дисциплина способствует дальнейшему изучению таких дисциплин и видов деятельности как «Логика научного исследования», «Организационно-правовые аспекты физической культуры», «Научно-исследовательская работа», «Преддипломная практика», государственная итоговая аттестация.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 5                                              | 6                           | 7                      |
| УК-5             | <b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                |                             | 2,3                    |
|                  | УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;<br>УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований<br>УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы наук о ФК и спорте;<br>УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований<br>УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;<br>УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта; |                                                |                             | 2, 3                   |
| ОПК-4            | <b>Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизме, просветительно-образовательную и агитационную работу</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                |                             | 2,3                    |
|                  | ОПК-4.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                |                             |                        |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | <p>педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>ОПК-4.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;</p> <p>ОПК-4.3. Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-4.4. Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>ОПК-4.5. Умеет самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-4.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p> |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Заочная форма – 2,3 семестр

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                         | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                    |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Натурфилософские, социально-философские и философско-антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе | 2       | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
|   | Итого 2 семестр: 36 часов                                                                                                                          |         | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 2 | Наиболее значимые проблемы                                                                                                                         | 3       |                                                                                                                         | 4                         | 32                     |          |                                               |



|                 |                                                                            |  |   |   |    |  |       |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------|--|---|---|----|--|-------|
|                 | функционирования сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации |  |   |   |    |  |       |
|                 | Итого 3 семестр: 36 часов                                                  |  |   | 4 | 32 |  | зачет |
| Итого часов: 72 |                                                                            |  | 4 | 6 | 62 |  |       |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень контрольных вопросов к зачёту:**

1.Предмет и организация (структура) философского знания как основа типологизации философских проблем физической культуры.

2.Категория культуры и понятие физической культуры как соотношение общего и частного. Назначение и роль физической культуры сквозь призму указанного соотношения.

3.Три смысла термина «социальное». Классификация социальных проблем физической культуры в данном контексте.

4.Физическая культура в контексте проблемы соотношения биологического и социального. Биологизаторство и вульгарное социологизаторство в представлениях о физической культуре.

5.Главный и второстепенные факторы антропосоциогенеза. Эволюция физической культуры с позиций философской антропологии.

6.Социально-онтологические представления об истории и основных этапах развития сферы физической культуры с спорта (далее – сфера ФКиС).

7.Исторические процессы и социальные детерминанты спортизации и деспортизации физической культуры в мире и, в частности, в нашей стране.

8.Культура и физическая культура. Цивилизация и спорт. Назначение государственных институтов физической культуры и роль физической культуры в гражданском обществе.

9.Формационная теория. Социальная система. Сферы общественной жизни. Виды (уровни) социальных проблем физической культуры в контексте теории социально-экономических формаций.

10.Физическая культура и спорт в современном обществе. Сходство и различие физической культуры и спорта.

11. Физическая культура как элемент (составная часть) социального института образования. Проблема спортизации и деспортизации образовательной дисциплины «физическая культура».

12. Государственный образовательный стандарт по физической культуре. Его назначение, структура, проблемы и перспективы существования.

13. Физическая культура с позиции знания о типах и видах психофизической (двигательной) активности.

14. Онтокинезиологические эмпирические основания организации и управления в области физкультурно-спортивной деятельности.

15. Проблемы раннего отбора детей в спорт. Их научно-экспериментальное решение на основе многофакторного тестирования и реабилитационного курса.

16. Развитие физической культуры и спорта до и после объявления о пандемии.

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

##### **А. Основная литература:**

1. Столяров, В.И. Спортивная наука как интегративная дисциплина: история, современное состояние, пути совершенствования : монография : [в 2 кн.] : утв. и рек. Эмс Фак. магистер. подгот. [Кн. 1] / В.И. Столяров. - Москва: [Сов. спорт], 2023. - 315 с.: ил. <https://lib.rucont.ru/efd/826680>

2. Передельский А.А. Двуликий Янус. Спорт как социальный феномен: сущность и онтологические основания: монография/ А.А. Передельский. – М.: Спорт, 2016. – 312 с. <https://lib.rucont.ru/efd/641358>

3. Столяров, В.И. История и философия науки : учебник для аспирантов высш. учеб. заведений физ. культуры / Н.Ю. Мельникова; В.И. Столяров .— Москва : Спорт, 2021 .— 465 с. <https://lib.rucont.ru/efd/637962>

##### **Б. Дополнительная литература:**

1. Передельский, А.Н. Физическая культура и спорт в свете истории и философии науки: учебное пособие для аспирантов физкультурно-спортивных ВУЗов / А.Н. Передельский .— Москва: [Б.и.], 2011 .— 450 с. <https://lib.rucont.ru/efd/776822>

2. Передельский, А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / А.А. Передельский .— Москва : Спорт, 2016 .— 417 с.

3. Столяров, В.И. Философия физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека (история, современное состояние, авторская концепция): монография / В.И. Столяров .— Москва : Русайнс, 2017 .— 186 с.

В. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru/>
2. Электронная гуманитарная библиотека <http://www.gumfak.ru/>

Г. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
- Электронные библиотечные системы:*
- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).
- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))
- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

–Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

- Институт философии РАН <https://iphras.ru/links.htm>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Мультимедийный класс (30 посадочных мест) в составе: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и с подключением к правовой системе (настольная или интернет-версия).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Философские и социальные проблемы физической культуры» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 1,2 курса на заочной форме обучения, по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю) "Фитнес-инноватика " заочной формы обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2,3 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Заочная форма

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                 | Максимальное кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Выступление на семинаре                                                  | 10                         |
| 2 | Выступление на семинаре                                                  | 10                         |
| 3 | Выступление на семинаре                                                  | 10                         |
| 4 | Выступление на семинаре                                                  | 10                         |
| 5 | Подготовка реферата на одну из тем раздела 1                             | 15                         |
| 6 | Подготовка реферата на одну из тем раздела 2                             | 15                         |
| 7 | Посещение занятий (в том числе в режиме участия в интернет-конференциях) | 10                         |
|   | <b>Зачёт</b>                                                             | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                             | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Подготовка реферата                 | 15                         |
| 3 | Подготовка доклада                  | 5                          |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.03 «Философские и социальные проблемы физической культуры»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*  
Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):** 2,3 семестры для заочной формы обучения

**3.Цель** освоения дисциплины (модуля). Целью освоения дисциплины «Философские и социальные проблемы физической культуры» является формирование философских и социально-научных знаний и представлений о сущности, истории возникновения и развития физической культуры в социальной системе, о наиболее значимых социальных проблемах, определяющих ее назначение, роль и перспективы развития в современном обществе.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                              | 6                           | 7                      |
| УК-5             | Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |                             | 2,3                    |
|                  | УК-5.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;<br>УК-5.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований<br>УК-5.3. Знает современные социокультурные проблемы наук о ФК и спорте;<br>УК-5.4. Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований |                                                |                             | 2, 3                   |



|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |     |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
|              | <p>УК-5.5. Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;</p> <p>УК-5.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |     |
| <b>ОПК-4</b> | <p><b>Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизме, просветительно-образовательную и агитационную работу</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  | 2,3 |
|              | <p>ОПК-4.1. Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;</p> <p>ОПК-4.2. Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;</p> <p>ОПК-4.3. Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-4.4. Умеет объяснять значение физической культуры как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья, нравственные ценности физической культуры и спорта, идеи олимпизма устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов;</p> <p>ОПК-4.5. Умеет самостоятельно приобретать и определять новые знания, в том числе в смежных областях, с целью управления своим физическим и психическим состоянием для повышения эффективности профессиональной деятельности.</p> <p>ОПК-4.6. Имеет опыт владения методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта;</p> |  |  |     |

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма – 2,3 семестр

| №               | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                         | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                 |                                                                                                                                                    |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1               | Натурфилософские, социально-философские и философско-антропологические основания возникновения и развития физической культуры в социальной системе | 2       | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
|                 | Итого 2 семестр: 36 часов                                                                                                                          |         | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 2               | Наиболее значимые проблемы функционирования сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации                                              | 3       |                                                                                                                         | 4                         | 32                     |          |                                               |
|                 | Итого 3 семестр: 36 часов                                                                                                                          |         |                                                                                                                         | 4                         | 32                     |          | зачет                                         |
| Итого часов: 72 |                                                                                                                                                    |         | 4                                                                                                                       | 6                         | 62                     |          |                                               |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.04. «ТЕХНОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, доктор биологических наук, профессор,  
и.о. заведующего кафедрой физиологии.

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Технология научных исследований в физической культуре» является: получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина Б1.О.04 «Технология научных исследований в физической культуре» относится к обязательной части Блока 1 основной образовательной программы (ООП) магистратуры по направлению 49.04.01 «Физическая культура» и направленности «Фитнес-инноватика».

Дисциплина предполагает получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре. Изучение данной дисциплины логически связано с такими ранее изученными дисциплинами как «Физиология», «Спортивная физиология», «Анатомия», «Биологическая антропология», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика» и исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к практической и научной деятельности в современных условиях. Данная дисциплина помогает освоению на последующих этапах обучения таких дисциплин и модулей, как «Логика научного исследования», «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», а также с «Научно-педагогической практикой», «Преддипломная практика», «Профессионально-ориентированная практика» и «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                            | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                    | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| ОПК-8                                                         | <i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i> |                                                | 1                      |
| ОПК-8.1.                                                      | Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и                                                                                                         |                                                | 1                      |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                           |  |   |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---|
|          | проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;                                                                                                                                                                     |  |   |
| ОПК-8.2. | Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия; |  | 1 |
| ОПК-8.3. | Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендации или рекомендации в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;     |  | 1 |
| ОПК-8.4. | Имеет опыт определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.                                                        |  | 1 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часов.

##### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                  |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
|   | <b>Установочная сессия</b>                                                                       |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 1 | Подготовка к научному исследованию                                                               | 1       |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 2 | Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований                   | 1       | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 3 | Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности                        | 1       | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 4 | Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 8                      |          |                                               |
|   | <b>Итого</b>                                                                                     |         | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 5 | Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой      | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 8                      |          |                                               |

|                     |                                                                                                                                              |                |  |          |          |           |                    |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--|----------|----------|-----------|--------------------|
| 6                   | Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой | 1              |  | 2        | 8        |           |                    |
| 7                   | Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой                                    | 1              |  |          | 16       |           |                    |
|                     | <b>Итого</b>                                                                                                                                 |                |  | 4        | 32       |           |                    |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                              | <b>72 часа</b> |  | <b>4</b> | <b>6</b> | <b>62</b> | <b>Зачет с оц.</b> |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к зачету с оценкой**

1. Выбор темы и формулировка названия научной работы.
2. Определение цели и задач исследования. Разработка гипотезы исследования.
3. План исследования.
4. Выбор методов исследования. Общие требования к методам и их классификация.
5. Педагогические методы исследований.
6. Медико-биологические методы исследований.
7. Структура научной работы.
8. Требования к оформлению списка литературы. Оформление иллюстративного материала. Общие требования к оформлению научных работ.
10. Подготовка доклада и презентации научной работы.
11. Аннотация магистерской диссертации (оглавление, актуальность, практическая значимость, цель, задачи, объект исследования, предполагаемые методы, организация исследования, ожидаемые результаты).
12. Определение физической работоспособности на основе использования функциональной пробы PWC170, определения интенсивности накопления пульсового долга.
13. Максимальное потребление кислорода (МПК) и методы его определения.
14. Порог анаэробного обмена (ПАНО). Теория и методы определения.
15. Использование программно-аппаратного комплекса «Эргомакс-2» для

оценки максимальной алактатной анаэробной мощности и гликолитической анаэробной мощности.

16. Использование аппаратно-программных комплексов и биомеханических методов для регистрации кинематических и динамических характеристик движения спортсмена.

17. Область применения и принцип работы электромиографии. Способы обработки полученных данных.

18. Использование АПК «Qualisys» для оценки техники выполнения движений на основе создания трехмерной модели движущегося человеческого тела с проведением математического анализа основных аспектов движения.

19. Использование динамометрических платформ АМТИ для оценки физической и технической подготовленности спортсменов на различных этапах спортивной подготовки.

20. Использование мультисуставного комплекса «Biodex Sistem PRO-4» для оценки силовых и скоростно-силовых возможностей отдельных мышечных групп.

21. Качественная оценка физического развития на основе использования метода стандартов и индексов.

22. Использование автоматизированной системы биоимпедансометрии «ABC-01 НТЦ (МЕДАСС)» для определения морфологического статуса человека.

23. Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС) в состоянии относительного покоя. Использование аппаратно-программного комплекса «Варикард» для оценки состояния ССС на основе анализа вариабельности сердечного ритма.

24. Использование аппаратно-программного комплекса «Кардиокомп» для оценки и коррекции физического состояния.

25. Использование аппаратно-программного комплекса «Реограф-полианализатор РПКА-2 Медасс» для исследования показателей центральной гемодинамики.

26. Использование компьютерных технологий для оценки и коррекции физического развития и физической подготовленности школьников и студентов.

27. Использование современных систем «Polar» и «Фестбит» для контроля функционального состояния организма.

28. Использование информационно-аналитической системы оценки выполнения норм комплекса ГТО.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, специальностям 032101, 032102 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: Флинта: Наука, 2005. - 287 с <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/124756.pdf>



2. Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебное пособие для вузов / З.С. Варфоломеева, В.Ф. Воробьев, О.Б. Подоляка, А.А. Артеменков. — 2-е изд. — Москва: Юрайт, 2023. — 105 с. <https://urait.ru/bcode/518251>

3. Кузьмин, А.М. Методология научных исследований в физической культуре и спорте: учебное пособие для магистрантов направлений 49.04.01 Физическая культура, 49.04.03 Спорт / С.С. Коровин; А.М. Кузьмин .— Челябинск : УралГУФК, 2021 .— 158 с. <https://urait.ru/bcode/514551>

б) Дополнительная литература:

1. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 232 с. <https://lib.rucont.ru/efd/773761>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Страница НИИ спорта и спортивной медицины - <http://science.sportedu.ru/>

г) Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

–Операционная система – Microsoft Windows 10;

–Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

–Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

–*Электронные библиотечные системы:*

1. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

2.Образовательная платформа Юрайт

–*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

1.Информационный портал «Информо» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

2. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система (fgosvo.ru)  
Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс  
<http://www.sportmedicine.ru/>

3. Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система  
<https://infosport.ru/>

4. Медицинская информационная сеть – информационная система  
<https://www.medicinform.net/>

6. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система <https://www.elibrary.ru>

7. Сайт медицинской информации по фундаментальной и клинической медицине: <https://meduniver.com>

8. Культурно-просветительский центр "Архэ" (Раздел «Архив», лекции по физиологии и биологии) [https://arhe.msk.ru/?page\\_id=376](https://arhe.msk.ru/?page_id=376)

*– Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

2. Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных (insportexpo.com)

3. Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных (who.int.ru)

4. Web-медицина - профессиональная база данных (webmed.irkutsk.ru)

5. Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

6. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

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

1. Мультимедийная аудитория, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Лаборатория с научно-измерительной аппаратурой (АПК «Реограф-полианализатор РПКА-2 Медасс», «АВС - 01 НТЦ (МЕДАСС)», стабилметрический комплекс «Стабилан - 01», Динамометр кистевой ДК-100 (диапазон измерений 10-100 даН), Велозргомметр " Монарк 894Е., Тонометр автоматический OMRON М 6 на плечо, Весы , Ростомер, аппаратно-

программный комплекс «Компьютерный измеритель движения»

4. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Б1.О.04 «Технология научных исследований в физической культуре» для обучающихся Факультета магистерской подготовки, 1 курса, направления подготовки 49.04.01 "Физическая культура", направленности (профилю): " Фитнес-инноватика" заочной форм обучения.**

### І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физиологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр для заочной формы

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*

### ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Заочная форма обучения

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                       | Сроки проведения на заочной форме обучения (в неделях) | Максим. кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Выступление на семинаре по теме «Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований»                                                               |                                                        | 10                    |
| 2 | Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности»                                                                    |                                                        | 10                    |
| 3 | Выступление на семинаре по теме «Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре»                                             |                                                        | 10                    |
| 4 | Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой »                                                 |                                                        | 10                    |
| 5 | Выступление на семинаре по теме «Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой» |                                                        | 10                    |
| 6 | Выступление на семинаре по теме «Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой»                                    |                                                        | 20                    |
| 7 | Подготовка реферата из перечня                                                                                                                                                 |                                                        | 20                    |
| 8 | Посещение занятий                                                                                                                                                              | В теч. семестра                                        | 10                    |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                   |                                                        | <b>100</b>            |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                | Максимальное кол-во баллов |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Написание реферата по пропущенной теме                                             | 8                          |
| 2 | Оформление презентации по пропущенной теме                                         | 10                         |
| 3 | Предоставление наличия конспекта лекций и семинарских занятий по пропущенным темам | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся дифференцированным зачетом

| Набранные баллы                    | <51                 | 51-60 | 61-67             | 68-84  | 85-93   | 94-100 |
|------------------------------------|---------------------|-------|-------------------|--------|---------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2                   |       | 3                 | 4      | 5       |        |
|                                    | Неудовлетворительно |       | Удовлетворительно | Хорошо | Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                   | E     | D                 | C      | B       | A      |

#### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.04. «ТЕХНОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026г.

Москва – 2024

**Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**1. Семестр освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр для заочной формы

**2. Цель освоения дисциплины (модуля):** получение магистрантами теоретических знаний и формирование практических навыков освоения современных технологий научных исследований в физической культуре.

Дисциплина «Технология научных исследований в физической культуре» реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                    | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                            | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| <b>ОПК-8</b>                                                  | <i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современные методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</i>                                         |                                                | <b>1</b>               |
| ОПК-8.1.                                                      | Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта;                                                           |                                                | <b>1</b>               |
| ОПК-8.2.                                                      | Умеет выбирать наиболее эффективные способы осуществления исследовательской и методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения исследовательских и консультационных проектов, осуществления внутри и межрегионального взаимодействия; |                                                | <b>1</b>               |
| ОПК-8.3.                                                      | Умеет формулировать результаты, полученные в ходе решения исследовательских задач, разрабатывать практические рекомендаций или рекомендаций в отношении последующих векторов решения научной проблемы в сфере физической культуры и массового спорта;     |                                                | <b>1</b>               |
| ОПК-8.4.                                                      | Имеет опыт Определения направлений научной, аналитической и методической работы, содержания исследовательских программ, тематик методических пособий, состава докладов для семинаров, конференций.                                                        |                                                | <b>1</b>               |

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Заочная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                   | Семестр        | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                              |                | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
|                     | <b>Установочная сессия</b>                                                                                                                   |                |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 1                   | Подготовка к научному исследованию                                                                                                           | 1              |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 2                   | Педагогические и медико-биологические технологии и методы научных исследований                                                               | 1              | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 3                   | Современные методы и технологии исследования спортивной работоспособности                                                                    | 1              | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 4                   | Современные методы и технологии исследования биомеханических характеристик в физической культуре                                             | 1              |                                                                                                                         | 2                         | 8                      |          |                                               |
|                     | Итого                                                                                                                                        |                | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 5                   | Методы и технологии определения морфологического статуса, занимающихся физической культурой                                                  | 1              |                                                                                                                         | 2                         | 8                      |          |                                               |
| 6                   | Методы и технологии определения состояние сердечно-сосудистой системы и систем регуляции сердечного ритма, занимающихся физической культурой | 1              |                                                                                                                         | 2                         | 8                      |          |                                               |
| 7                   | Информационные технологии проведения мониторинга физического состояния, занимающихся физической культурой                                    | 1              |                                                                                                                         |                           | 16                     |          |                                               |
|                     | Итого                                                                                                                                        |                |                                                                                                                         | 4                         | 32                     |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                              | <b>72 часа</b> | <b>4</b>                                                                                                                | <b>6</b>                  | <b>62</b>              |          | <b>Зачет с оц.</b>                            |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.05 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**

Направленность (профиль): **Фитнес-инноватика**

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Букаева И.Н. кандидат юридических наук, доцент, кафедра  
Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина;

## **Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» является подготовка магистров, владеющих системой знаний о правовом регулировании физкультурно-спортивной сферы, изучение юридической терминологии, получение, анализ и применение юридической информации для принятия управленческих решений.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **1. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Организационно-правовые аспекты физической культуры» является обязательной дисциплиной Блока 1 (Б1.О.05) образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО), реализуемый по направлению подготовки магистров 49.04.01 Физическая культура.

Настоящая дисциплина является обязательной в системе подготовки магистров и базируется на знаниях и навыках, приобретённых студентами в ходе изучения правовых дисциплин программ бакалавриата, а также других дисциплины образовательной программы магистратуры.

Приобретенные в результате освоения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» знания необходимы как предшествующие для изучения обязательных дисциплин образовательной программы и дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений образовательной программы магистратуры, а также прохождения учебных и производственных практик, проведения научно-исследовательской работы и написания выпускной квалификационной работы.

Рабочая программа дисциплины Организационно-правовые аспекты физической культуры» имеет трудоемкость равную 2 зачетным единицам.

Методика изучения курса строится на сочетании лекций, самостоятельной работы над лекционным материалом и литературными источниками, семинарских занятий, на которых обсуждаются теоретические вопросы и проблемные ситуации.

Учебно-тематический план дает ориентацию в порядке изучения материала и объеме времени аудиторных занятий и самостоятельной работы.

Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студентов:

студент должен:

### **Знать:**

- основные категории теории права, иметь научное представление о государстве и праве, о теории права, о сущности и формах права;
- основные особенности российской правовой системы и российского законодательства;
- основные особенности системы и организации государственных органов Российской Федерации;
- основы правового статуса человека в обществе, основные права, свободы и обязанности гражданина Российской Федерации;

- основные нормативно-правовые документы, регламентирующие отношения в сфере конституционного, административного, гражданского, семейного и трудового права;

**Уметь:**

- применять понятийно-категориальный аппарат, основные законы правовых наук;
- ориентироваться в системе законодательства и нормативных правовых актов;
- использовать правовые нормы в своей профессиональной и общественной деятельности;

**Владеть:**

- юридической терминологией;
- методами сбора и анализа правовой информации;
- навыками подготовки нормативно-правовых документов в своей профессиональной деятельности.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» используются при выполнении учебно-исследовательских аналитических работ, курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

**2.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Процесс изучения дисциплины «Организационно-правовые аспекты физической культуры» направлен на формирование следующих компетенций:

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                       | Этап формирования компетенции<br>(номер семестра, курса) |                             |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                                     | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3                                                        | 4                           | 5                      |
| <b>ОПК-4</b>     | Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизма, просветительно-образовательную и агитационную работу |                                                          |                             | 3,4                    |

|          |                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |     |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
| ОПК 4.1  | Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; |  |  | 3,4 |
| ОПК -4.2 | Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;                                                              |  |  | 3,4 |
| ОПК-4.3. | Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;                                                                                                   |  |  | 3,4 |
| ОПК-6    | <b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>                                                                      |  |  | 3,4 |
| ОПК-6.1  | Знает современные информационно-коммуникационные технологии;                                                                                                                                                                          |  |  | 3,4 |
| ОПК-6.2  | Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;                                                                                                  |  |  | 3,4 |
| ОПК-6.3  | Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное);                                                                                               |  |  | 3,4 |

### 3. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

заочная форма обучения (3 и 4 семестр)

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|----------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                  |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права. | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 2 | Организационно правовая структура физической культуры и спорта.                  | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |

|                     |                                                                                                                                                                                               |     |          |           |           |  |              |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|-----------|-----------|--|--------------|
|                     | Управление физической культурой и спортом.                                                                                                                                                    |     |          |           |           |  |              |
| 3                   | Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта                                                                               | 3   | 1        | 2         | 5         |  |              |
| 4                   | Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности.                                                                                                                        | 3   | 1        | 2         | 5         |  |              |
| 5                   | Физическая культура и спорт в системе образования.                                                                                                                                            | 3-4 | 1        | 2         | 5         |  |              |
| 6                   | Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта.                                                                       | 4   | 1        | 3         | 5         |  |              |
| 7                   | Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-контроль.                                                                                                                             | 4   | 1        | 3         | 5         |  |              |
| 8                   | Место и роль интеллектуальной собственности в научной и образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта | 4   | 1        | 4         | 9         |  |              |
|                     |                                                                                                                                                                                               |     |          |           |           |  | <b>зачет</b> |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                                                                               |     | <b>8</b> | <b>20</b> | <b>44</b> |  |              |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

Текущий контроль и оценка результатов обучения осуществляется в ходе выполнения практических заданий, внеаудиторной самостоятельной работы, решения ситуационных задач и тестовых заданий.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Промежуточный контроль и оценка результатов обучения по дисциплине «Организационно-правовые аспекты физической культуры» осуществляется путем ответа на контрольные вопросы и решения итогового тестового задания на зачете.

## **Вопросы к зачету по дисциплине**

### **«Организационно-правовые аспекты физической культуры»**

1. Наука спортивного права. Формирование комплексной отрасли спортивного права.
2. Источники спортивного права.
3. Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (общая характеристика).
4. Субъекты физической культуры и спорта (общая характеристика).
5. Органы управления физической культурой и спортом в Российской Федерации. Разграничение полномочий органов власти разного уровня в сфере физической культуры и спорта.
6. Спортивные федерации: понятие, виды, правовой статус. Роль спортивных федераций в управлении физкультурой и спортом.
7. Институты государственного регулирования в сферы физкультуры и спорта (общая характеристика).
8. Нормативно-правовые основы регулирования организации и проведения спортивных соревнований. Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий.
9. Признание видов спорта и спортивных дисциплин. Всероссийский реестр видов спорта. Федеральные стандарты спортивной подготовки.
10. Единая всероссийская спортивная классификация.
11. Положение о спортивных судьях.
12. Специалисты в области физической культуры и спорта: правовой статус спортсмена, тренера, спортивного судьи.
13. Иные специалисты в области физической культуры и спорта в Российской Федерации: нормативно-правовое регулирование; квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта, профессиональные стандарты.
14. Спортивные сборные команды: субъектный состав; порядок формирования.
15. Понятие образования и его виды.
16. Источники образовательного права.
17. Правовое положение участников образовательного процесса.
18. Органы управления образованием в Российской Федерации.
19. Лица, осуществляющие образовательную деятельность.
20. Автономия образовательных организаций, информационная открытость и публичная отчетность образовательных организаций.
21. Локальные нормативные акты, содержащие нормы, регулирующие образовательные отношения. Примеры локальных нормативных актов, регулирующих образовательные отношения в сфере физической культуры и спорта.

22. Федеральные государственные образовательные стандарты, федеральные государственные требования и образовательные стандарты: значение, содержание, порядок разработки.

23. Образовательные программы: понятие, виды, порядок разработки. Примерные основные образовательные программы: порядок разработки и экспертизы.

24. Основные образовательные программы профессионального образования и профессионального обучения в области физической культуры и спорта: порядок разработки, специфические особенности.

25. Дополнительные общеобразовательные программ в области физической культуры и спорта.

26. Дополнительные профессиональных программ в области физической культуры и спорта.

27. Образовательные программы основного общего и среднего общего образования, интегрированные с дополнительными предпрофессиональными образовательными программами в области физической культуры и спорта.

28. Общие требования к реализации образовательных программ.

29. Организация образовательного процесса по программам высшего образования.

30. Организация образовательного процесса по программам профессионального обучения и дополнительных профессиональных программ в области физической культуры и спорта.

31. Организация образовательного процесса по программам дополнительного общего образования в области физической культуры и спорта.

32. Управление системой образования. Государственная регламентация образовательной деятельности (общая характеристика).

33. Основания возникновения, изменения и прекращения образовательных отношений.

34. Физическая культура и спорт в системе образования. Школьные и студенческие спортивные клубы.

35. Спортивная подготовка.

36. Этапы спортивной подготовки. Федеральные стандарты спортивной подготовки.

37. Права и обязанности лиц, проходящих спортивную подготовку в образовательных организациях высшего образования.

38. Осуществление спортивной подготовки по направлению физкультурно-спортивной организации. Договор оказания услуг по спортивной подготовке.

39. Суть понятия «допинг».

40. Нормативно-правовая база антидопинговой работы.

41. Международные правила и стандарты антидопингового регулирования.

42. Общероссийские антидопинговые правила и другие локальные документы.

43. Допинг-контроль. Ответственность за нарушение антидопинговых правил.

44. Организации, реализующие антидопинговую политику.



45. Права и обязанности спортсменов, тренеров, персонала физкультурно-спортивной организации в сфере антидопингового регулирования.

46. Результаты интеллектуальной деятельности и приравненные к ним средства индивидуализации юридических лиц, товаров, работ, услуг и предприятий (общие положения).

47. Авторское право. Права, смежные с авторскими. Служебные произведения в сфере образования и спорта.

48. Патентное право. Получение патента.

49. Право на секрет производства (ноу-хау). Секреты производства (ноу-хау) в сфере образования и спорта.

50. Патентные исследования и проведение НИОКР в сфере физической культуры и спорта. Договор на выполнение НИОКР.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **А) Основная литература**

1. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорта: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 021100 и 022300 : рек. Умц "Проф. учеб." / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Фонд содействия правоохр. органам "Закон и право". - Москва: Юнити: Закон и право, 2005. - 669 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682238>

2. Мелёхин А.В. Правовое регулирование физической культуры и спорта: учебник для бакалавриата и магистратуры / А. В. Мелёхин. — Москва: Юрайт, 2022. — 479 с. <https://urait.ru/bcode/514559>

### **Б) дополнительная литература**

1. Чесноков Н.Н. Основы организационно-управленческой деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие / А.П. Морозов, П. А. Таланцев; Н. Н. Чесноков .— Малаховка : МГАФК, 2020 .— 106 с. <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/147686.pdf>

2. Филиппов С.С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С.С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 234 с. <https://lib.rucont.ru/efd/772821>

3. Алексеев С.В. Спортивный менеджмент: регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Московский государственный юридический университет им. О. Е. Кутафина (МГЮА). — Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2017. — 688 с. <https://lib.rucont.ru/efd/641251>

4. Алексеев С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте: учебник / С.В. Алексеев. — Изд. 2-е, испр. и доп. — Москва: Спорт, 2017 — 668 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682238>

5.Алексеев С.В. Спортивный маркетинг: правовое регулирование: учебник / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Московский государственный юридический университет им. О.Е. Кутафина (МГЮА). – Москва: Юнити-Дана: Закон и право, 2017. – 647 с.  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682338>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1.Справочно-правовая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant-plus.ru/urist/>  
<http://lawconst.ru/urist.php>

2.Сервер посвящён широкому спектру правовой информации по всем отраслям права.

3.На сайте содержатся последние новости российского законодательства.  
<http://republic.cap.ru/200642/102.HTM>

4. На сайте содержится информационный блок «Большая библиотека юриста». [www.pravovest.ru](http://www.pravovest.ru) – Москва [garantmoscow.ru](http://garantmoscow.ru) – Москва

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1)*Операционная система – Microsoft Windows 10;*

2)*Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;*

3)*Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;*

4)*Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.*

**Электронные библиотечные системы:**

1) [Образовательная платформа Юрайт \(urait.ru\).](http://urait.ru)

2) [Электронная библиотечная система «Рукопт» \(lib.rucont.ru\).](http://lib.rucont.ru)

3) [Университетская библиотека ONLINE \(biblioclub.ru\).](http://biblioclub.ru)

4) [Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

**Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:**

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – информационная система (fgosvo.ru)

2. Правотека.ру. Портал правовой помощи Адрес ресурса: <http://pravoteka.ru/publications>

3. Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

4. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система (garant.ru)

5. Координационные советы по областям образования – информационная система (fgosvo.ru)

6. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

7. Официальный интернет-портал правовой информации Адрес ресурса: <http://pravo.gov.ru/>

8. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

**Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:**

1. Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

2. Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных (insportexpo.com)

3. Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия). Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Организационно-правовые аспекты физической культуры» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 2 курса направления подготовки 49.04.01 Физическая культура**  
**профиль: Фитнес-инноватика**  
**заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина  
 Сроки изучения дисциплины: 2 курс (3 и 4 семестры по заочной форме обучения)  
 Форма промежуточной аттестации: зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                       | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Устный опрос по каждой теме                                                                                    | В течение семестра                                                | 5                          |
| 2 | Тест № 1 по теме «Система национального законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте». |                                                                   | 5                          |
| 3 | Тест № 2 по теме «Субъекты физической культуры и спорта»                                                       |                                                                   | 5                          |
| 4 | Выполнение практического задания №1 «Работа с нормативными актами и правовыми базами данных»                   |                                                                   | до 15 за каждое задание    |
| 5 | Тест № 3 по теме «Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности в РФ»                  |                                                                   | 5                          |
| 6 | Тест № 4 по теме «Физическая культура и спорт в системе образования»                                           |                                                                   | 5                          |
| 7 | Выполнение практического задания № 2 «Подготовка правовых документов»                                          |                                                                   | до 10 за каждое задание    |
| 8 | Написание и защита реферата                                                                                    | В течение семестра                                                | 15                         |
| 9 | Посещение занятий                                                                                              | В течение семестра                                                | 4                          |
|   | <b>зачет</b>                                                                                                   |                                                                   | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                   |                                                                   | <b>100 баллов</b>          |

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                          | Максимально<br>е кол-во<br>баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 | Выполнение практического задания №1 «Работа с нормативными актами и правовыми базами данных» | 15                                |
| 2 | Выполнение практического задания № 2 «Подготовка правовых документов»                        | 10                                |
| 3 | Собеседование по темам, пропущенным студентом                                                | 10                                |
| 4 | Тестирование по темам 1-4                                                                    | 20                                |
| 5 | Написание и защита реферата                                                                  | 15                                |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания, которые позволяют набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, оцениваются при помощи следующих оценочных средств:

- Собеседование (Средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п)
- Выполнение практических заданий (выполнение разноуровневых задач и заданий - Различают задачи и задания: репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения).
- Выполнение тестовых заданий.
- Написание и защита реферата (написание письменной работы по предложенной теме и подготовка презентации на основе реферата).

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра** Менеджмент и экономика спортивной индустрии им. В.В. Кузина

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.05 ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»**

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единиц.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 2 курс (3 и 4 семестры по заочной форме обучения);

**3.Цель освоения дисциплины:** подготовка магистров, владеющих системой знаний о правовом регулировании физкультурно-спортивной сферы, изучение юридической терминологии, получение, анализ и применение юридической информации для принятия управленческих решений.

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

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                       | Этап формирования компетенции<br>(номер семестра, курса) |                             |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                                     | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                   | 5                                                        | 6                           | 7                      |
| ОПК-4            | Способен формировать общественное мнение о физической культуре как части культуры и факторе обеспечения здоровья, осуществлять пропаганду нравственных ценностей физической культуры и спорта, идей олимпизме, просветительно-образовательную и агитационную работу |                                                          |                             | 3,4                    |
| ОПК 4.1          | Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;                               |                                                          |                             | 3,4                    |
| ОПК -4.2         | Знает особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований;                                                                                            |                                                          |                             | 3,4                    |
| ОПК-4.3.         | Умеет анализировать новые подходы и методические решения в области пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта;                                                                                                                                 |                                                          |                             | 3,4                    |
| ОПК-6            | Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информации в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта                                                                                                            |                                                          |                             | 3,4                    |

|         |                                                                                                                                                  |  |  |     |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|-----|
| ОПК-6.1 | Знает современные информационно-коммуникационные технологии;                                                                                     |  |  | 3,4 |
| ОПК-6.2 | Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;             |  |  | 3,4 |
| ОПК-6.3 | ОПК-6.3. Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное); |  |  | 3,4 |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                              | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Спортивное право как область научного правоведения. Источники спортивного права.                                        | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 2 | Организационно правовая структура физической культуры и спорта. Управление физической культурой и спортом.              | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 3 | Основные подходы к классификации спортивно-правового статуса специалиста в области физической культуры и спорта         | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 4 | Общие положения о правовом регулировании образовательной деятельности.                                                  | 3       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 5 | Физическая культура и спорт в системе образования.                                                                      | 3-4     | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 6 | Организации, осуществляющие спортивную подготовку: правовой статус. Обучающиеся в области физической культуры и спорта. | 4       | 1                                                                                                                       | 3                         | 5                      |          |                                               |
| 7 | Допинг и основные направления борьбы с допингом. Допинг-                                                                | 4       | 1                                                                                                                       | 3                         | 5                      |          |                                               |



|                     |                                                                                                                                                                                               |   |          |           |           |  |              |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-----------|-----------|--|--------------|
|                     | контроль.                                                                                                                                                                                     |   |          |           |           |  |              |
| 8                   | Место и роль интеллектуальной собственности в научной и образовательной деятельности, в инновационных педагогических технологиях и передовых методиках в области физической культуры и спорта | 4 | 1        | 4         | 9         |  |              |
|                     |                                                                                                                                                                                               |   |          |           |           |  | <b>зачет</b> |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                                                                               |   | <b>8</b> | <b>20</b> | <b>44</b> |  |              |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«\_Б1.О.06 Иностранный язык (профессиональный)»**

***Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура***

***Направленность: Фитнес-инноватика***

Уровень образования: ***магистратура***

Форма обучения: ***заочная***

Год набора **2025, 2026 г.**

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Удалова Марина Юрьевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры  
иностраных языков и лингвистики

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Иностранный язык (профессиональный)» относится к базовой части цикла **Б1.О.06** и является обязательной к изучению.

Владение иностранным языком является обязательным для современного специалиста с высшим образованием, выпускника магистратуры. Курс обучения по данной программе реализуется как продолжение обязательного курса неязыкового вуза и предполагает обучение иностранному языку на третьем этапе в объеме, необходимом для подготовки дипломированного магистра, что соответствует уровню, квалифицируемому как «первый пороговый продвинутый».

Данная программа является новой редакцией программы для магистров физкультурных вузов, разработанной в соответствии с ФГОС, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации. Дисциплина **Б1.О.06** «Иностранный язык (профессиональный)» связана с дисциплинами Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная безопасность, Б1.В.ДВ.01.01 Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками, Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников, Б1.В.ДВ.01.03 Технология и методика эмпирического исследования, Б2.О.02(П) Научно-педагогическая практика, Б2.В.02(П) Профессионально-ориентированная практика, Б3.01(Д)

Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы, Б1.О.05 Организационно-правовые аспекты физической культуры

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Этап формирования компетенции (номер семестра) |   |                        |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Очная форма обучения                           |   | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 3                                              | 4 | 5                      |
| УК4                                                           | <i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                |   |                        |
| Начальный этап (знания)                                       | <i>Знать</i> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности<br>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;<br>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке; |                                                |   | 1                      |
| Продвинутый этап(умения)                                      | <i>Уметь</i> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности<br>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения                                                                                                                                                                                                                           |                                                |   | 1                      |

|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |   |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|
|                           | задач академической и профессиональной деятельности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |   |
| Завершающий этап (навыки) | <p><b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p> <p>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</p> <p>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</p> |  |  | 2 |
| <b>ОПК6</b>               | <b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |   |
| Начальный этап (знания)   | <b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает современные информационно-коммуникационные технологии;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | 1 |
| Продвинутый этап (умения) | <b>Уметь:</b> ОПК-6.2. Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | 2 |
| Завершающий этап (навыки) | <b>Владеть:</b> ОПК-6.3. Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | 2 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

##### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                              | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Вводно-коррективный курс<br>Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков                                                                            | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 2 | Страноведческая компетенция. Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом. | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 3 | Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях                                                                                                  | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
|   | Итого 1 семестр                                                                                                                                                                         | 1       |                                                                                                                         | 6                         | 30                     |          |                                               |
| 4 | Практический курс перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и                                                                                                 | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 30                     |          |                                               |

|                                   |                                                                             |          |  |           |           |  |                        |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------|--|-----------|-----------|--|------------------------|
|                                   | <b>обработка полученной информации.</b>                                     |          |  |           |           |  |                        |
| <b>5</b>                          | <b>Практический курс перевода.<br/>Перевод тезисов магистерской работы.</b> | <b>2</b> |  | <b>4</b>  | <b>36</b> |  |                        |
|                                   | <b>Итого 2 семестр</b>                                                      | <b>2</b> |  | <b>6</b>  | <b>66</b> |  |                        |
| <b>Итого часов: 108<br/>3 ед.</b> |                                                                             |          |  | <b>12</b> | <b>96</b> |  | <b>Зачет с оценкой</b> |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

После изучения темы семестра проводится контроль лексико-грамматических знаний по изученному материалу (виды контроля представлены в таблице).

### Содержание зачета с оценкой.

А. Письменная зачетная работа, предшествующая зачету: тезисы на русском и иностранном языке по научной работе магистра. Объем – 1500 печатных знаков.

Б.

1. Сделать краткое сообщение по составленным тезисам, время подготовки – 30 минут.

2. Принять участие в беседе с преподавателем на иностранном языке по содержанию тезисов научной работы.



## 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

### а) Основная литература:

#### Английский язык

1. Капсаргина, С.А. Иностранный язык (английский) : учеб. пособие / Ю.А. Оленцова; Краснояр. гос. аграр. ун-т; С.А. Капсаргина .— Электрон. изд. — Красноярск : КрасГАУ, 2019 .— 153 с. <https://lib.rucont.ru/efd/814965>
2. Болдырева С.П.. Иностранный язык в профессиональной деятельности: методические указания / Бухвалова Е.Г., Сырескина С.В., Чигина Н.В.; Болдырева С.П. — Кинель : ИБЦ Самарского ГАУ, 2023 .— 48 с. <https://lib.rucont.ru/efd/826353>
3. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык (А2–В2) : учебник и практикум для вузов / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 412 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/513793>
4. Udaloва M. Essential Grammar for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по грамматике английского языка для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки, «РГУФКСМиТ», 2014 г. 57 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235675&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Udaloва M. Reader for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по чтению на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2013 г. 40 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235679&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Udaloва M. Essential Writing for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по письму на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2014 г. 53 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=241504&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
7. Муравейская, М.С. Английский язык для медиков [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, аспирантов, врачей и науч. сотрудников / Л.К. Орлова, М.С. Муравейская .— 14-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017 .— 384 с. — ISBN 978-5-89349-069-5 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/244461>
8. Губина, Г.Г. Английский язык в магистратуре и аспирантуре : учебное пособие : [16+] / Г.Г. Губина. — Ярославль : Ярославский государственный педагогический университет, 2010. — 128 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135306> ). — ISBN 978-5-87555-608-1. — Текст : электронный.

### Немецкий язык

1. Храмцова, Т.Г. Иностранный язык (немецкий) : учеб. пособие / Ю.А. Оленцова; Краснояр. гос. аграр. ун-т; Т.Г. Храмцова .— Электрон. изд. — Красноярск : КрасГАУ, 2019 .— 106 с. <https://lib.rucont.ru/efd/815020>
2. Юрина, М.В. Deutsch für den Beruf: (немецкий язык в сфере профессиональной коммуникации) : [16+] / М.В. Юрина ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». – Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. – 94 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256158> ). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9585-0561-6. – Текст : электронный.

### Французский язык

1. Мильруд, Р. П. Левина, М. С. Французский язык в 2 ч. Часть 1 (A1—A2) : учебник и практикум для вузов / М. С. Левина, О. Б. Самсонова, В. В. Хараузова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 380 с. — (Высшее образование). <https://urait.ru/bcode/518635>
2. Воронкова, И.С. Французский язык (Магистратура)=LA LANGUE FRANÇAISE (MAGISTRATURE) : учебное пособие : [16+] / И.С. Воронкова, Я.А. Ковалевская ; науч. ред. Е.А. Чигирин ; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНЖЕНЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ». – Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. – 138 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561785> Библиогр.: с. 135. – ISBN 978-5-00032-367-0. – Текст : электронный.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://wikipedia.com/>  
<http://wikipedia.de/>  
<http://wikipedia.fr/>  
<http://BBC.com/>  
<http://CNN.com/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного

документа Adobe Acrobat Reader DC;  
Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*Электронные библиотечные системы:*

Образовательная платформа Юрайт (urait.ru).

Электронная библиотечная система «Рукоп» (lib.rucont.ru).

Университетская библиотека ONLINE (biblioclub.ru).

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

– Информационный портал «Информ» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

– Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

– Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

- Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс (mediasphera.ru)

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информ» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.r/>.

- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru>.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Иностранный язык (профессиональный)»  
для обучающихся 1 курса Факультета магистерской подготовки,  
направления подготовки 49.04.01 Физическая культура Направленность:  
Фитнес-инноватика, заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **1,2 семестр - заочная**

Форма промежуточной аттестации: **дифференцированный зачет - 2 семестр**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                 | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Тест: Вводно-коррективный курс<br>Коррекция и совершенствование<br>фонетических, грамматических и<br>лексических навыков | 7                                                    | 10                         |
| 2 | Выступление по теме: Система послевузовской<br>подготовки за рубежом.                                                    | 10                                                   | 10                         |
| 3 | Перевод оригинальной литературы по специальности                                                                         | 30                                                   | 30                         |
| 4 | Деловая переписка: составление приглашений и заявок для<br>участия в научных конференциях                                | 32                                                   | 10                         |
| 5 | Перевод тезисов магистерской работы.                                                                                     | 38                                                   | 20                         |
|   | Зачет с оценкой                                                                                                          |                                                      | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                             |                                                      | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                  | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Выступление по теме: Система послевузовской<br>подготовки за рубежом.                     | 28                                                   | 10                         |
| 2 | Перевод оригинальной литературы по специальности                                          | 30                                                   | 30                         |
| 3 | Деловая переписка: составление приглашений и заявок для<br>участия в научных конференциях | 32                                                   | 10                         |
| 4 | Перевод тезисов магистерской работы.                                                      | 38                                                   | 30                         |
|   | Зачет с оценкой                                                                           |                                                      | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                              |                                                      | <b>100 баллов</b>          |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом с оценкой

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.06 Иностранный язык (профессиональный)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.04.01 Физическая культура**

Направленность: **Фитнес-инноватика**

Уровень образования: **магистратура**

Форма обучения: **заочная**  
Год набора **2025, 2026 г.**

Москва – 2024 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** 3 зачетных единицы, 108 часов
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1,2 семестр – очная заочная форма обучения
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции        | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                    |                        |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------|------------------------|
|                         | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма | Заочная форма обучения |
| 1                       | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 5                                              | 6                  | 7                      |
| УК4                     | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                |                    |                        |
| Начальный этап (знания) | <p><b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности</p> <p>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;</p> <p>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном</p> |                                                |                    | 1                      |



|                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |   |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|
|                           | языке;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |   |
| Продвинутый этап(умения)  | <p><b>Уметь</b> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности</p> <p>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p>                                                                                                                                                                                              |  |  | 1 |
| Завершающий этап (навыки) | <p><b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p> <p>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</p> <p>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</p> |  |  | 2 |
| <b>ОПК6</b>               | Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  |   |
| Начальный этап (знания)   | <b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает современные информационно-коммуникационные технологии;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | 1 |
| Продвинутый этап (умения) | <b>Уметь:</b> ОПК-6.2. Умеет использовать информационные технологии обмена информацией, в том числе в рамках совместных образовательных и научных проектов;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | 2 |
| Завершающий этап (навыки) | <b>Владеть:</b> ОПК-6.3. Имеет опыт определения форм подачи информации для заинтересованных сторон (публичные отчеты, декларации, пресс-релизы и тому подобное)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  | 2 |

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                              | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Вводно-коррективный курс<br>Коррекция и совершенствование фонетических, грамматических и лексических навыков                                                                            | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 2 | Страноведческая компетенция. Изучение проблем воспитания, образования, спорта, состояния научных исследований в странах изучаемого языка. Система послевузовской подготовки за рубежом. | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 3 | Деловая переписка: составление приглашений и заявок для участия в научных конференциях                                                                                                  | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
|   | Итого 1 семестр                                                                                                                                                                         | 1       |                                                                                                                         | 6                         | 30                     |          |                                               |
| 4 | Практический курс перевода. Работа с оригинальной литературой по специальности. Поиск и обработка полученной информации.                                                                | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 30                     |          |                                               |

|                               |                                                                             |   |  |    |    |  |                        |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---|--|----|----|--|------------------------|
| 5                             | <b>Практический курс перевода.<br/>Перевод тезисов магистерской работы.</b> | 2 |  | 4  | 36 |  |                        |
|                               | <b>Итого 2 семестр</b>                                                      | 2 |  | 6  | 66 |  |                        |
| <b>Итого часов: 108 3 ед.</b> |                                                                             |   |  | 12 | 96 |  | <b>Зачет с оценкой</b> |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная  
безопасность»**

Направление подготовки:

49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители: Конюхов Владимир Георгиевич, к.т.н., доцент, доцент  
кафедры Биомеханики и естественнонаучных дисциплин РГУФКСМиТ

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» является: формирование представления о характере и тенденциях в развитии цифровых технологий и знакомство магистрантов с подходами к решению проблем деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики и современных цифровых технологий.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры Теория, методика и технологии фитнеса.

Дисциплина «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1.

Для успешного изучения дисциплины магистранты должны владеть знаниями и умениями, полученными ими при освоении дисциплин «Математика», «Информатика», «Спортивная метрология» и «Основы научно-методической деятельности» в бакалавриате.

Изучение дисциплины является базовым для последующего освоения программного материала учебных дисциплин: «Логика научного исследования», «Культура библиографического поиска информационных источников», «Технология и методика эмпирического исследования» и прохождения Производственной практики: «Научно-педагогическая практика», «Преддипломная практика», «Научно-исследовательская работа».

Изучение дисциплины готовит обучающихся к решению задач в сфере профессиональной деятельности.

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                            | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                    | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                                                 | 3                                              | 4                      |
| <b>УК-4</b>                                                   | <b>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</b>                                                 |                                                | 2                      |
| УК-4.4                                                        | Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности                                                                       |                                                | 2                      |
| <b>ОПК-5</b>                                                  | <b>Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</b>                                |                                                | 2                      |
| ОПК-5.3                                                       | Имеет опыт анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию                                                         |                                                | 2                      |
| <b>ОПК-6</b>                                                  | <b>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</b>                                                  |                                                | 2                      |
| ОПК-6.1                                                       | Знает современные информационно-коммуникационные технологии                                                                                                                                                       |                                                | 2                      |
| <b>ОПК-8</b>                                                  | <b>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний</b> |                                                | 2                      |
| ОПК-8.1                                                       | Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта                    |                                                | 2                      |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

##### Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                            |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Основы цифровых технологий                                 | 2       | 1                                                                                                                       | -                         | 18                     |          |                                               |
| 2            | Цифровые технологии в области физической культуры и спорта | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 28                     |          |                                               |
| 3            | Информационная безопасность                                | 2       | 1                                                                                                                       | 2                         | 18                     |          |                                               |
| Итого часов: |                                                            |         | 4                                                                                                                       | 4                         | 64                     |          | зачет                                         |

#### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

##### *Перечень примерных контрольных вопросов к зачету*

1. История и тенденции развития цифровых технологий
2. Достижения и открытия в области цифровых технологий
3. Информационные процессы в области физической культуры
4. Цифровая культура специалиста
5. Перспективы развития цифровых технологий
6. Классификация современного программного обеспечения
7. Прикладные программы для анализа статистических данных спортивных



- измерений
8. Возможности обмена данных между программами
  9. Применение статистической обработки в тренерской деятельности
  10. Методика сбора, обработки и анализа экспериментальных данных в области физической культуры
  11. Модульная структура программы статистической обработки. Группы методов анализа данных
  12. Роль и место технологий мультимедиа в физической культуре
  13. Современные тенденции использования мультимедиа технологий в создании интегрированных информационных систем
  14. Терминологические и понятийные основы мультимедиа технологий
  15. Базовые понятия: мультимедиа, мультимедиа приложения, мультимедиа продукт, системы мультимедиа, технология мультимедиа
  16. Системы мультимедиа и их взаимосвязь
  17. Элементы мультимедиа как информационные объекты различного содержания
  18. Цифровые технологии и развитие систем мультимедиа
  19. Понятие гипертекста как способа организации данных
  20. Понятие и структура Web-документа
  21. Web-ресурсы в области физической культуры
  22. Введение в технологию создания Web-документов
  23. Использование средств HTML для создания Web-ресурсы
  24. Создание Web-документа средствами Web-редактора
  25. Дизайн и свойства страницы
  26. Понятие базы данных
  27. Система управления базами данных
  28. Классификация баз данных
  29. Модели базы данных
  30. Понятие транзакции
  31. Реляционные баз данных и их свойства
  32. Проектирование баз данных
  33. Метод нормальных форм
  34. Понятие первичного ключа
  35. Основные объекты реляционных баз данных
  36. Понятия «система», «информационная система»
  37. Система «человек-машина»
  38. Процессы, свойства, возможности информационной системы
  39. Структура информационной системы
  40. Классификация информационных систем
  41. Информационные системы в сфере физической культуры
  42. Теоретические аспекты информационной безопасности
  43. Понятие информационных угроз и их виды
  44. Повышение надежности информационной системы
  45. Методы и средства защиты информации от шпионажа и несанкционированного доступа
  46. Принципы построения системы информационной безопасности

- 47.Классификация удаленных угроз в компьютерных сетях
- 48.Программные и аппаратные средств защиты информации
- 49.Криптография и шифрование

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а)Основная литература:**

1.Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>.

2.Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>.

3. Ищейнов, В.Я. Информационная безопасность и защита информации. Теория и практика : учебное пособие / В.Я. Ищейнов .— Москва: Директ-Медиа, 2020 .— 271 с. <https://lib.rucont.ru/efd/798664>

4. Зенков, А.В. Информационная безопасность и защита информации: учебное пособие для вузов / А.В. Зенков. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 107 с. <https://urait.ru/bcode/530927>

5. Чернова, Е.В. Информационная безопасность человека : учебное пособие для вузов / Е.В. Чернова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 243 с. <https://urait.ru/bcode/518441>

### **б)Дополнительная литература:**

1.Конюхова, Г.П. Информатика [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности, 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.П. Конюхова, Е.Н. Яшкина ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2011 <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/DOC/194955.doc>

### **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

- 1.<http://www.statsoft.ru/home/textbook/glossary/default.htm>
- 2.<http://statsoft.ru>;
- 3.<http://exponenta.ru>;
- 4.<http://www.matburo.ru>
- 5.<http://end.sportedu.ru>;
- 6.<http://lms.sportedu.ru>;
- 7.<http://www.kaspersky.ru>;
- 8.<http://www.microsoft.ru>;

- 9.<http://www.libreoffice.org>;
- 10.<http://www.gimp.org>;
- 11.<http://www.inkscape.org>;
- 12.<http://www.google.ru>;
- 13.<http://www.intuit.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
- Электронные библиотечные системы:*
- Электронно-библиотечная система РУКОНТ
- Образовательная платформа Юрайт
- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

–*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс ([mediasphera.ru](http://mediasphera.ru))
- Библиотека «Куб» ([www.koob.ru](http://www.koob.ru))
- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))
- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов – информационная система ([fgos.ru](http://fgos.ru))
- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (infosport.ru)

- Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

–Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

–Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных (insportexpo.com)

–Холдинг «СБК. Спорт Бизнес Консалтинг» – профессиональная база данных (s-bc.ru)

–Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

–Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

- Олимпийский комитет России – профессиональная база данных (olympic.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- 1.Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
- 2.Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской и техническими средствами обучения (видеопроекторным оборудованием, средствами звуковоспроизведения, экраном и компьютерами, имеющими выход в сеть Интернет).
- 3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Цифровая культура: технологии и информационная безопасность» для обучающихся института Факультета магистерской подготовки 1 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура программы магистратуры Фитнес-инноватика и заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                                       | Максимальное кол-во баллов |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Опрос по теме «Особенности современного программного обеспечения компьютеров»</i>                                                                                                           | 10                         |
| 2 | <i>Выполнение заданий компьютерного практикума по теме «Реляционные базы данных»</i>                                                                                                           | 15                         |
| 3 | <i>Выполнение контрольной работы по теме «Обработка данных спортивных измерений с использованием компьютерных программ (методы описательной статистики и проверка статистических гипотез)»</i> | 15                         |
| 4 | <i>Выполнение заданий компьютерного практикума по теме «Выявление зависимостей и прогнозирование в физической культуре и спорте с использованием компьютерных программ»</i>                    | 15                         |
| 5 | <i>Выступление на занятии</i>                                                                                                                                                                  | 15                         |
| 6 | <i>Рукописные конспекты занятий</i>                                                                                                                                                            | 10                         |
|   | <b>Зачет</b>                                                                                                                                                                                   | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                                   | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                       | Максимально е кол-во баллов |
|---|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 1 | <i>Опрос по теме, пропущенной обучающимся</i>                             | 5                           |
| 2 | <i>Выполнение практического задания по теме, пропущенной обучающимся</i>  | 10                          |
| 3 | <i>Выполнение контрольной работы по разделу, пропущенному обучающимся</i> | 15                          |
| 4 | <i>Написание реферата по теме, пропущенной обучающимся</i>                | 10                          |

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.07 Цифровая культура: технологии и информационная  
безопасность»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование представления о характере и тенденциях в развитии цифровых технологий и знакомство магистрантов с подходами к решению проблем деятельности в области физической культуры с использованием методов математической статистики и современных цифровых технологий.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                    | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                            | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                         | 3                                              | 4                      |
| УК-4                                                          | <i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>                         |                                                | 2                      |
| УК-4.4                                                        | <i>Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности</i>                                        |                                                | 2                      |
| ОПК-5                                                         | <i>Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</i>        |                                                | 2                      |
| ОПК-5.3                                                       | <i>Имеет опыт анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию</i>                          |                                                | 2                      |
| ОПК-6                                                         | <i>Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта</i>                          |                                                | 2                      |
| ОПК-6.1                                                       | <i>Знает современные информационно-коммуникационные технологии</i>                                                                                                                        |                                                | 2                      |
| ОПК-8                                                         | <i>Способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из</i> |                                                | 2                      |



|         |                                                                                                                                                                                                       |  |   |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---|
|         | <i>смежных областей знаний</i>                                                                                                                                                                        |  |   |
| ОПК-8.1 | <i>Знает теоретические основы и технология научно-исследовательской деятельности, суть и логика проведения и проектирования научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта</i> |  | 2 |

## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                            |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Основы цифровых технологий                                 | 2       | 1                                                                                                                       | -                         | 18                     |          |                                               |
| 2            | Цифровые технологии в области физической культуры и спорта | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 28                     |          |                                               |
| 3            | Информационная безопасность                                | 2       | 1                                                                                                                       | 2                         | 18                     |          |                                               |
| Итого часов: |                                                            |         | 4                                                                                                                       | 4                         | 64                     |          | зачет                                         |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.08 Логика научного исследования**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

**49.04.01 «Физическая культура»**

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: **Балаева Ольга Евгеньевна** – кандидат философских наук, доцент  
кафедры истории цивилизации, физической культуры, спорта, философии и  
социологии РГУФКСМиТ

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

### Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Логика научного исследования» является овладение формами и приемами рационального познания, создание у них общего представления о логических методах и подходах, используемых в различных областях человеческой деятельности и научного познания, формирование практических навыков рационального и эффективного мышления.

Курс реализуется на русском языке.

### 1. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

**Б1.О.08 «Логика научного исследования»** относится к обязательной части ОПОП по направлению подготовки **49.04.01 «Физическая культура»** профиль «Фитнес-инноватика».

Программа этой дисциплины формируется на основе тесной связи с другими дисциплинами, формирующими идентичные компетенции – «История и методология науки», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте». В магистратуре данный курс является методологической основой для написания магистерской диссертации.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5                                              | 6                           | 7                      |
| УК-1             | <i>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</i><br><i>УК-1.4. Умеет проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</i>                                                                                                          |                                                |                             | 4-5                    |
| УК-2             | <i>Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</i><br><i>УК-2.2. Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП</i> |                                                |                             | 4-5                    |

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины                                                                                                                                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                   |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
|   | <b>Модуль 1.</b><br>Логика и научный язык.                                                                                                                        |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 1 | <i>Тема 1: Основные формы процесса научного познания.</i>                                                                                                         | 4       | 1                                                                                                                       | -                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 2.</b><br>Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры                      |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 2 | <i>Тема 1: Понятие как форма мышления.</i>                                                                                                                        | 4       | 1                                                                                                                       | 1                         | 5                      |          |                                               |
| 3 | <i>Тема 2: Логические операции с понятием.</i>                                                                                                                    | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 3.</b><br>Суждение, отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы логики |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 3 | <i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>                                                                                                                       | 4       | 1                                                                                                                       | 1                         | 5                      |          |                                               |
| 4 | <i>Тема 2: Сложные суждения, их виды</i>                                                                                                                          | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 5 | <i>Тема 3: Основные формально-логические законы.</i>                                                                                                              | 4-5     | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.                               |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 6 | <i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>                                                                                                       | 5       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 7 | <i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>                                                                                                                                | 5       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 5.</b><br>Использование теории аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры                                                         |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 8 | <i>Тема 1: Понятие доказательства в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>                                                            | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 9 | <i>Тема 2: Опровержение как логическая</i>                                                                                                                        | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |

|  |                                                                 |  |          |           |           |  |              |
|--|-----------------------------------------------------------------|--|----------|-----------|-----------|--|--------------|
|  | <i>операция. Конструктивная и<br/>деконструктивная критика.</i> |  |          |           |           |  |              |
|  | <b>Итого часов</b>                                              |  | <b>6</b> | <b>16</b> | <b>50</b> |  | <b>Зачет</b> |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ:**

1. Понятие правильного мышления в научном исследовании.
2. Понятие логической формы мышления, ее роль в научном исследовании.
3. Основные этапы развития логики.
4. Основные признаки понятия, его объем и содержание, отношения между ними.
5. Специфика основных приемов формирования понятий в научном исследовании.
6. Родовые и видовые понятия, специфика их отношений в научном исследовании.
7. Совместимые несовместимые понятия, их виды.
8. Сущность логических операций обобщения и ограничения понятий в научном исследовании.
9. Логическая операция деления понятий в научном исследовании.
10. Специфика классификации понятий в научном исследовании.
11. Определение понятия, его основные виды в научном исследовании.
12. Условия правильности определения и наиболее распространенные ошибки в определении понятий в научном исследовании.
13. Суждение, виды простых и сложных суждений.
14. Основные условия истинности суждений в научном исследовании.
15. Понятие распространенности терминов в суждении.
16. Роль основных законов мышления в научном исследовании.
17. Умозаключение, его основные виды и основные структурные элементы умозаключения в научном исследовании.
18. Категорический силлогизм, его состав, общие правила и фигуры.
19. Понятие индукция в научном исследовании.
20. Виды аналогии, условия ее состоятельности в научном исследовании.
21. Основные элементы доказательства в научном исследовании.
22. Основные правила при выдвижении тезиса (гипотезы) в научном исследовании.
23. Правила оперирования и возможные ошибки по отношению к аргументам в научном исследовании.
24. Отличие прямое доказательство от косвенного в научном исследовании.
25. Основные виды опровержения, их специфика в научном исследовании.

### **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ:**

1. Предмет логики. Его специфика в научном исследовании.
2. Познание. Чувственная ступень познания в научном исследовании.
3. Познание. Рациональная ступень познания в научном исследовании.
4. Истинность и правильность мышления в научном исследовании.
5. Логика и язык. Понятие научного языка, его специфика.
6. Знак. Его характеристики и виды в научном исследовании.
7. Закон тождества в научном исследовании.
8. Закон противоречия в научном исследовании.
9. Закон исключенного третьего в научном исследовании.
10. Закон достаточного основания в научном исследовании.
11. Понятие как форма научного мышления, его объем и содержание.
12. Закон обратного отношения между объемом и содержанием понятия, его роль в научном исследовании.
13. Виды понятий, отношения совместимости и несовместимости между ними в научном исследовании.
14. Логические операции ограничения и обобщения понятий в научном исследовании.
15. Деление как логическая операция в научном исследовании. Виды деления.
16. Правила и ошибки логической операции деления в научном исследовании.
17. Классификация в научном исследовании. Виды классификаций.
18. Определение как логическая операция в научном исследовании. Виды определений.
19. Правила и ошибки логической операции определения в научном исследовании.
20. Суждение как форма мышления в научном исследовании.
21. Виды простых суждений в научном исследовании.
22. Логический квадрат, его использование в научном исследовании.
23. Сложные суждения. Их виды в научном исследовании.
24. Умозаключение как форма мышления в научном исследовании. Виды умозаключений.
25. Дедуктивные умозаключения. Их виды в научном исследовании.
26. Простой категорический силлогизм как вид дедуктивных умозаключений, его фигуры и модусы.
27. Индуктивные умозаключения. Их виды в научном исследовании.
28. Умозаключения по аналогии. Их виды в научном исследовании.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **А). Основная литература:**

1. Степин, В.С. Философия науки. Общие проблемы : учеб. для системы послевуз. проф. образования: доп. М-вом образования и науки РФ / В.С. Степин. - Москва: Гардарики, 2006. - 383 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/127995.pdf>

2. Дрещинский, В.А. Методология научных исследований : учебник для вузов / В.А. Дрещинский. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 349 с. <https://urait.ru/bcode/532136>

3. Философия, логика и методология научного познания : для магистрантов нефилологических специальностей : учебник / науч. ред. В. Д. Бакулов, А. А.

Кириллов ; Южный федеральный университет, Факультет философии и культурологии. – Ростов-на-Дону : Южный федеральный университет, 2011. – 496 с. <https://urait.ru/bcode/510803>

4.Балаева О.Е. Логика : учеб. пособие для специальности 032101.65 / Балаева О.Е., Башаева М.М. ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 205 с.: ил. [184581](#)

5.Балаева, О.Е. Логика и теория аргументации [Электронный ресурс] : учеб. пособие по логике для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ", обучающихся по направлению 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : утв. и рек. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Балаева О.Е. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. философии и социологии. - М., 2015 [256468](#)

#### *Б) Дополнительная литература*

1.Михайлов, К.А. Логика. Практикум: учебное пособие для вузов / К.А. Михайлов, В.В. Горбатов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2023. — 431 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241036>

2. Ерохина, Л.Д. Логика в профессиональной деятельности: практикум / А.К. Ерохин; Л.Д. Ерохина .— Владивосток : Медицина ДВ, 2020 .— 370 с. <https://lib.rucont.ru/efd/733884>

3.Бочаров В.А. Основы логики : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. и естественнонауч. специальностям : рек. советом по философии, политологии и религиоведению УМО по клас. унив. образованию / В.А. Бочаров, В.И. Маркин ; Моск. гос. ун-т имени М.В. Ломоносова. - М.: Инфра-М: Форум, 2009. - 333 с.: ил. [60985](#)

4.Гетманова А.Д. Логика : учеб. для студентов вузов : рек. Умо М-ва образования РФ по пед. образованию / А.Д. Гетманова. - 13-е изд., стер. - М.: Омега-Л, 2008. - 415 с.: ил. [184507](#)

5.Ивин А.А. Современная логика / А.А. Ивин. - Фрязино: Век 2, 2009. - 381 с.: ил. [178099](#)

6.Ивлев Ю.В. Логика: сб. упражнений : рек. Отд-нием по философии, политологии и религиоведению Умо по клас. унив. образованию : учеб. пособие для студентов вузов / Ю.В. Ивлев ; Акад. нар. хоз-ва при Правительстве РФ. - [3-е изд., испр.]. - М.: Дело, 2004. - 247 с.: ил. [72360](#)

7.Кириллов В.И. Логика : учеб. / В.И. Кириллов, А.А. Старченко ; М-во образования науки Рос. Федерации, Моск. гос. юрид. акад. им. О.Е. Кутафина. - 6-е изд., перераб. и доп. - М.: Проспект, 2010. - 233 с.: ил. [186799](#)

8.Кобзарь В.И. Логика в вопросах и ответах : учеб. пособие / В.И. Кобзарь. - М.: Проспект, 2009. - 160 с.: ил. [182090](#)

9.Ксенофонтов В.Н. Логика : учеб.-метод. пособие / В.Н. Ксенофонтов ; Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ. - Изд. 2-е, стер. - М.: Изд-во Рос. акад. гос. службы, 2008. - 91 с.: ил. [182158](#)

10.Попов Ю.П. Логика : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. 520400 (030100) - философия и специальности 020100 (030101) - философия : рек. Гос. образов. учреждением высш. проф. образования



В) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://intencia.ru> - литература по логике
2. <http://www.pirao.ru> - учебная литература по логике

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины:

–Операционная система – Microsoft Windows 10;

–Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

–Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*–Электронные библиотечные системы:*

Образовательная платформа Юрайт ([urait.ru](http://urait.ru)).

Электронная библиотечная система «Рукопт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

Университетская библиотека ONLINE ([biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)).

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru))

*-Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

- Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

- Институт философии РАН <https://iphras.ru/links.htm>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Учебная аудитория, специально оборудованная для мультимедийных презентаций.
2. Проектор.
3. Компьютер или ноутбук.
4. Интерактивная доска.
5. Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Логика научного исследования для обучающихся Факультета магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» 2-3 курса заочной формы (м) обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии**  
Сроки изучения дисциплины (модуля) **4-5 семестры** на заочной формах обучения  
Форма промежуточной аттестации: **зачет**.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                     | Максимальное кол-во баллов |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу (модулю) «Научное мышление как предмет изучения логики, логика и научный язык» | 10                         |
| 2 | Выступление на семинаре                                                                                      | 10                         |
| 3 | Тест по разделу «Понятие, логические операции с понятием в научном исследовании»                             | 10                         |
| 4 | Тест по разделу «Суждение, отношения между суждениями в научном исследовании. Основные законы логики»        | 10                         |
| 5 | Тест по разделу «Умозаключение, его основные типы»                                                           | 10                         |
| 6 | Выполнение практического задания по разделу «Теория аргументации»                                            | 20                         |
| 7 | Посещение занятий                                                                                            | 10                         |
|   | <b>Зачёт</b>                                                                                                 | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                 | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                          | Максимальное кол-во баллов |
|---|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные формально-логические законы» | 10                         |
| 3 | Выступление на семинаре                                                      | 10                         |
| 4 | Подготовка доклада по одной из тем, пропущенных студентом                    | 5                          |
| 5 | Дополнительное тестирование по теме/модулю «Теория аргументации»             | 5                          |
| 6 | Написание реферата по одной из тем, пропущенных студентом                    | 15                         |
| 7 | Презентация по одной из тем, пропущенных студентом                           | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

|                      |     |       |       |       |       |        |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и  
социологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.08 Логика научного исследования**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4-5 семестры на заочной форме обучения.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** овладение магистрантами логическими формами и приемами научного познания, формирование у них практических навыков логического мышления, которые могут быть использованы в собственном научном исследовании.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                              | 6                           | 7                      |
| УК-1             | Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий<br><b>УК-1.4.</b> Умеет интегрировать разнообразные научные знания (теоретические, методические, физиологические, психологические и другие) в сфере спорта в целостные концепции при решении поставленных задач исследования с использованием системного подхода и его аспектов (генетического, компонентного, структурного, функционального, прогностического). |                                                |                             | 4-5                    |
| УК-2             | Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла<br><b>УК-2.2.</b> Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП                                                                                                       |                                                |                             | 4-5                    |

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**  
**Заочная форма обучения**

| № | Раздел дисциплины                                                                                                                                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                   |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
|   | <b>Модуль 1.</b><br>Логика и научный язык.                                                                                                                        |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 1 | <i>Тема 1: Основные формы процесса научного познания.</i>                                                                                                         | 4       | 1                                                                                                                       | -                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 2.</b><br>Понятие, логические операции с понятием в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры                      |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 2 | <i>Тема 1: Понятие как форма мышления.</i>                                                                                                                        | 4       | 1                                                                                                                       | 1                         | 5                      |          |                                               |
| 3 | <i>Тема 2: Логические операции с понятием.</i>                                                                                                                    | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 3.</b><br>Суждение, отношения между суждениями в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры. Основные законы логики |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 3 | <i>Тема 1: Суждение как форма мышления.</i>                                                                                                                       | 4       | 1                                                                                                                       | 1                         | 5                      |          |                                               |
| 4 | <i>Тема 2: Сложные суждения, их виды</i>                                                                                                                          | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 5 | <i>Тема 3: Основные формально-логические законы.</i>                                                                                                              | 4-5     | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 4.</b> Умозаключение, его основные типы в контексте их использования в научных исследованиях в сфере физической культуры.                               |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 6 | <i>Тема 1: Умозаключение как форма мышления и его виды.</i>                                                                                                       | 5       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 7 | <i>Тема 2: Индукция и аналогия</i>                                                                                                                                | 5       | 1                                                                                                                       | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Модуль 5.</b><br>Использование теории аргументации в научных исследованиях в сфере физической культуры                                                         |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| 8 | <i>Тема 1: Понятие доказательства в логике. Структура аргументации (тезис, доводы и демонстрация).</i>                                                            | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
| 9 | <i>Тема 2: Опровержение как логическая операция. Конструктивная и деконструктивная критика.</i>                                                                   | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 5                      |          |                                               |
|   | <b>Итого часов</b>                                                                                                                                                |         | <b>6</b>                                                                                                                | <b>16</b>                 | <b>50</b>              |          | <b>Зачет</b>                                  |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.01 Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Сиднева Лариса Валентиновна – доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук

Гониянц Степан Александрович – профессор кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук  
(общая редакция)

Рецензент: Левченкова Татьяна Владимировна - Заведующий кафедрой педагогики, доктор педагогических наук, профессор

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» является сформировать у магистров базовые умения и навыки для проведения групповых программ различной направленности современного фитнеса, а также ознакомление с новыми технологиями, применяемыми в фитнес индустрии. Одновременно – сформировать теоретико-методические знания дисциплины «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» и содействовать формированию профессионально-значимых личностных качеств и мотивации на профессиональный рост и развитие в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура» направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины является предшествующей для дисциплины – «Передовые тренажерные технологии в фитнесе»;
- дисциплина «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» реализуется параллельно с дисциплинами «Теория и методика физической рекреации», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии», «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» органично дополняя и расширяя их.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                           | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                   | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| <b>ПК-1</b>                                       | <i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i> |                                                | <b>1</b>               |
| <b>ПК-1.2</b>                                     | <i>Знать:<br/>Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</i>            |                                                | <b>1</b>               |
| <b>ПК-1.3</b>                                     | <i>Уметь:</i>                                                                                                                    |                                                | <b>1</b>               |

|               |                                                                                                                                     |  |          |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|
|               | Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта     |  |          |
| <b>ПК-1.5</b> | Владеть<br>Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта |  | <b>1</b> |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часа.**

##### заочная форма обучения

| №        | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                                   | Семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                                                                                              |          | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| <b>1</b> | Актуальные проблемы и тенденции развития современных направлений фитнес индустрии                                                                                                                            | <b>1</b> | <b>2</b>                                                                                                                |                           | 8                      |          |                                               |
| <b>2</b> | Общая характеристика различных видов фитнес программ                                                                                                                                                         | <b>1</b> |                                                                                                                         | 2                         | 12                     |          |                                               |
| <b>3</b> | Теоретико-методическая конкретизация отдельных направлений фитнес программ                                                                                                                                   | <b>1</b> | <b>2</b>                                                                                                                | 2                         | 16                     |          |                                               |
| <b>4</b> | Характеристика групповых программ кардио направленности в современном фитнесе (классическая аэробика, степ-аэробика, spinning/cycle, martial arts)                                                           | <b>1</b> |                                                                                                                         | 2                         | 34                     |          |                                               |
| <b>5</b> | Современные тенденции развития групповых видов занятий в фитнесе танцевальной направленности (zumba, hip-hop)                                                                                                | <b>1</b> | <b>2</b>                                                                                                                | 2                         | 24                     |          |                                               |
| <b>6</b> | Характеристика групповых программ силовой направленности в современной фитнес-гимнастике с использованием различного оборудования (bodybars, fitball, bosu, pumр, medball, гантели и резиновые амортизаторы) | <b>1</b> |                                                                                                                         | 6                         | 36                     |          |                                               |
| <b>7</b> | Характеристика групповых программ направления mindbody в современной фитнес-гимнастике (yoga, pilates, stretching)                                                                                           | <b>1</b> |                                                                                                                         | 6                         | 36                     |          |                                               |

|              |                                                                                                 |   |   |    |     |                 |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|-----|-----------------|
| 8            | Характеристика основных закономерностей комплексирования различных видов и направлений фитнеса. | 1 | 2 | 22 |     |                 |
| Итого часов: |                                                                                                 |   | 6 | 22 | 188 | Зачет с оценкой |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### ***Перечень примерных контрольных вопросов к зачету.***

1. Раскройте понятие фитнес и опишите наиболее популярные виды современного фитнеса.
2. Опишите содержание и целевую направленность популярных видов фитнес индустрии.
3. Основные методические направления развития фитнес индустрии (по выбору студента или по заданию преподавателя).
4. Опишите основные задачи, решаемые в процессе занятий силовой направленности (тренировки) в групповых программах фитнеса.
5. Дайте характеристику занятий, направленных на развитие максимальной, скоростной и силовой выносливости.
6. Перечислите средства силовой подготовки в фитнесе.
7. Опишите концепцию и принципы групповых занятий силовой направленности.
8. Перечислите принципы силовой тренировки.
9. Перечислите оборудование, которое используется в фитнесе для проведения занятий силовой направленности.
10. Опишите специфику занятий фитболом.
11. Опишите специфику занятий с резиновым амортизатором.
12. Опишите особенности проведения занятий танцевальной направленности в фитнесе.
13. Опишите основные особенности занятий «классической аэробикой» и hip-hop.
14. Продемонстрируйте упражнения групповых программ направления Pilates.

- 15.Продemonстрируйте упражнения, проведите анализ и контроль техники их выполнения на занятиях силовой направленности с оборудованием (fitball, гантели, bosu, pump, body bars и др.).

***Перечень примерных контрольных вопросов к диф.зачету.***

- 16.Продemonстрируйте упражнения групповых программ направления классическая аэробика.
- 17.Продemonстрируйте упражнения групповых программ по направлению степ- аэробика.
- 18.Опишите технику выполнения движений в степ-аэробике.
- 19.Опишите методики разучивания комбинаций в степ-аэробике.
- 20.Классифицируйте базовые шаги в степ-аэробике.
- 21.Опишите правила работы со степ-платформой.
- 22.Составьте комбинацию степ-аэробики на 32 счета (4-восьмерки) музыкальный квадрат.
- 23.Опишите содержание и целевую направленность занятий танцевальной направленности
- 24.Опишите основные методики разучивания танцевальной комбинации на групповом занятии в фитнесе.
- 25.Опишите групповые занятия в фитнесе циклической направленности по типу Spinning.
- 26.Дайте характеристику основных закономерностей комплексирования различных видов и направлений фитнеса.
- 27.Продemonстрируйте упражнения, проанализируйте и проконтролируйте технику их выполнения во время комплексных занятий силовой направленности с различным оборудованием.
- 28.Продemonстрируйте упражнения, проанализируйте и проконтролируйте технику их выполнения во время комплексных занятий кардио и силовой тренировки.
- 29.Продemonстрируйте упражнения, проанализируйте и проконтролируйте технику их выполнения во время комплексных занятий степ-аэробикой и силовой тренировкой с использованием степ-платформы.
- 30.Продemonстрируйте упражнения, проанализируйте и проконтролируйте технику их выполнения во время комплексных занятий Spinning и силовой тренировки с использованием велотренажера.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература**

1. Калинкина, Е.В. Степ-аэробика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.С. Криволапова, И.Ф. Межман, Е.В. Калинкина .— Самара : Изд-во ПГУТИ, 2015 .— 18 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/565044>
2. Сапожникова, О.В. Фитнес [Электронный ресурс] : [учеб. пособие] / Урал. федер. ун-т, О.В. Сапожникова .— 2-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017 .— 143 с. : ил. — ISBN 978-5-9765-3232-8 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/622280>
3. Власова, И. А. Оздоровительный фитнес [Электронный ресурс] : учеб. пособие / О. А. Иваненко, Челяб. гос. ин-т культуры, И. А. Власова .— Челябинск : ЧГИК, 2017 .— 161 с. : ил. — ISBN 978-5-94839-628-6 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/651923>
4. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = Functional Fitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс] : просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка .— М. : Спорт, 2016 .— 177 с. : ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641362>
5. Медицинское обеспечение фитнеса [Электронный ресурс] / Рубаненко, Буторина // Спортивная медицина: наука и практика .— 2015 .— №1 .— С. 68-76 .— doi: 10.17238/ISSN2223-2524.2015.1.68 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/372942>
6. Факторы риска в современном фитнесе [Электронный ресурс] / Г.А. Макарова [и др.] // Спортивная медицина: наука и практика .— 2017 .— №3 .— С. 72-78 .— doi: 10.17238/ISSN2223-2524.2017.3.72 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/638242>
7. Большакова, Т.А. Оздоровительная силовая тренировка [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» / Н.П. Гаськова, В.В. Большаков, Т.А. Большакова .— Иркутск : Издательство "Мегапринт", 2015 .— 78 с. : ил. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/586503>
8. Лисицкая, Т.А. Оздоровительная тренировка по системе Пилатеса [Электронный ресурс] : лекция для студентов / С.А. Кувшинникова, Т.А. Лисицкая .— М. : РГУФКСМиТ, 2015 .— 28 с. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/373513>

б) Дополнительная литература

9. Просветова, О.В. Силовой тренинг в групповых программах по фитнесу [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / О.А. Зеликова, Г.О. Краснова, О.В. Просветова .— Волгоград : ВГАФК, 2010 .— 86 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/229036>
  10. Просветова, О.В. Базовая аэробика в групповых программах [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Г.О. Краснова, О.В. Просветова .— Волгоград : ВГАФК, 2010 .— 117 с. : ил. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/228997>
  11. Анплева, Т.А. Оздоровительная аэробика в практике физического воспитания студенток [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / Коломонова А. П., Т.А. Анплева .— Оренбург : ГОУ ОГУ, 2008 .— 35 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/190283>
  12. Аэробика [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для студентов дневной формы обучения всех специальностей (бакалавриат) по дисциплине «Физ. культура» / Е.В. Калинкина, Н.С. Кривопалова, И.Ф. Межман .— Самара : Изд-во ПГУТИ, 2012 .— 25 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/319595>
- в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
1. [www.cityfit.ru](http://www.cityfit.ru) - Интернет-портал сети спортивных клубов «CityFitness».
  2. [www.goldsgym.ru](http://www.goldsgym.ru) – Интернет-портал сети фитнес клубов «Gold Gym».
  3. [www.fitnessexpert.ru](http://www.fitnessexpert.ru) – сайт компании «Фитнес Эксперт».
  4. [www.fitness-pro.ru](http://www.fitness-pro.ru) - сайт ассоциации профессионалов фитнеса.
  5. [www.fitness-report.ru](http://www.fitness-report.ru) - Интернет журнал на русском языке с 2005г. по н.в.
  6. [www.strata.ru/about.php](http://www.strata.ru/about.php) - сайт компаний «Страта Партнерс»
  7. [worldclass.ru/wc/russian\\_fitness\\_group.php](http://worldclass.ru/wc/russian_fitness_group.php) - сайт русской фитнес группы клубов «World Class».
  8. <http://www.xfit.ru/mission> - Интернет-портал сети фитнес клубов X-Fit.
  9. <http://www.world-gym.com/worldgym> - Интернет-портал международной сети фитнес клубов «World Gym».

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
  - *Электронные библиотечные системы:*  
Электронная библиотечная система «Рукоонт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).
  - *Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*
    - Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).
    - Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))
    - Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))
    - Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))
    - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>



– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Видеоматериал методического кабинета кафедры Методики комплексных форм физической культуры
5. Коврики
6. Body bar
7. Fitball
8. Bosu
9. Pump
10. Step
11. Spinning
12. Гантели
13. Резиновые амортизаторы, резиновые петли

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 1 и 2 курса, направления подготовки 49.04.01 Физической культуры направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации заочной формы обучения: зачет с оценкой – 1 семестр.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Заочная форма обучения

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                              | Максимальное кол-во баллов |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|    | <b>1 семестр</b>                                                                                                      |                            |
| 1  | Тестирование по классификации базовых шагов в классической аэробике                                                   | 5                          |
| 2  | Выполнение практического задания по базовым движениям руками в классической аэробике                                  | 5                          |
| 3  | Выполнение практического задания по методикам разучивания комбинаций в классической аэробике                          | 5                          |
| 4  | Тестирование по классификации базовых шагов в степ-аэробике                                                           | 10                         |
| 5  | Выполнение практического задания по методикам разучивания комбинаций в групповых занятиях танцевальной направленности | 5                          |
| 6  | Тестирование по требованиям к технике выполнения движений на занятиях по spinning                                     | 10                         |
| 7  | Выполнение практического задания по технике выполнения движений на занятиях силовой направленности с bodybars и pump  | 5                          |
| 8  | Выполнение практического задания по технике выполнения движений силовой направленности с fitball и bosu               | 5                          |
| 9  | Тестирование по классификации базовых упражнений в pilates                                                            | 10                         |
| 10 | Тестирование по классификации базовых упражнений в yoga                                                               | 10                         |
| 11 | Выполнение практического задания по комплексированию различных направлений групповых программ в фитнесе               | 20                         |
|    | Посещение занятий                                                                                                     | 10                         |
|    | <b>ИТОГО</b>                                                                                                          | <b>100</b>                 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>                                                                   | <b>Максимальное количество баллов</b> |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 1        | Подготовка презентации «Общая характеристика различных видов групповых фитнес программ»                      | 10                                    |
| 2        | Подготовка презентации «Характеристика групповых программ циклической направленности в современном фитнесе»  | 10                                    |
| 3        | Подготовка презентации «Характеристика групповых программ силовой направленности в фитнесе»                  | 10                                    |
| 4        | Подготовка презентации «Характеристика групповых программ танцевальной направленности в современном фитнесе» | 10                                    |
| 5        | Подготовка презентации «Характеристика групповых программ направления mindbody в фитнесе»                    | 10                                    |
| 6        | Подготовка презентации «Характеристика групповых программ направления martial arts в фитнесе»                | 10                                    |
| 7        | Анализ групповых программ с сайтов ведущих сетей фитнес-индустрии                                            | 10                                    |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.01 Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 6 зачетные единицы, 216 академических часа.

2. **Семестр освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр заочной формы обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** сформировать у магистров базовые умения и навыки для проведения программ различной направленности современного фитнеса, а также ознакомление с новыми технологиями, применяемыми в фитнес индустрии в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                            | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                    | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| <b>ПК-1</b>                                       | <i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>                  |                                                | <b>1</b>               |
| <b>ПК-1.2</b>                                     | <i>Знать:<br/>Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</i>                             |                                                | <b>1</b>               |
| <b>ПК-1.3</b>                                     | <i>Уметь:<br/>Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i> |                                                | <b>1</b>               |
| <b>ПК-1.5</b>                                     | <i>Владеть<br/>Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i>       |                                                | <b>1</b>               |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часа.

## Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                                   | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                                                              |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Актуальные проблемы и тенденции развития современных направлений фитнес индустрии                                                                                                                            | 1       | 2                                                                                                                       |                           | 8                      |          |                                               |
| 2            | Общая характеристика различных видов фитнес программ                                                                                                                                                         | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 12                     |          |                                               |
| 3            | Теоретико-методическая конкретизация отдельных направлений фитнес программ                                                                                                                                   | 1       | 2                                                                                                                       | 2                         | 16                     |          |                                               |
| 4            | Характеристика групповых программ кардио направленности в современном фитнесе (классическая аэробика, степ-аэробика, spinning/cycle, martial arts)                                                           | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 34                     |          |                                               |
| 5            | Современные тенденции развития групповых видов занятий в фитнесе танцевальной направленности (zumba, hip-hop)                                                                                                | 1       | 2                                                                                                                       | 2                         | 24                     |          |                                               |
| 6            | Характеристика групповых программ силовой направленности в современной фитнес-гимнастике с использованием различного оборудования (bodybars, fitball, bosu, pump, medball, гантели и резиновые амортизаторы) | 1       |                                                                                                                         | 6                         | 36                     |          |                                               |
| 7            | Характеристика групповых программ направления mindbody в современной фитнес-гимнастике (yoga, pilates, stretching)                                                                                           | 1       |                                                                                                                         | 6                         | 36                     |          |                                               |
| 8            | Характеристика основных закономерностей комплексирования различных видов и направлений фитнеса.                                                                                                              | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 22                     |          |                                               |
| Итого часов: |                                                                                                                                                                                                              |         | 6                                                                                                                       | 22                        | 188                    |          | Зачет с оценкой                               |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.02 Организационное обеспечение деятельности фитнес  
индустрии»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Сиднева Лариса Валентиновна – доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук

Гониянц Степан Александрович – профессор кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук  
(общая редакция)



### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» сформировать у студентов знания, умения и навыки организации и управления рекреативно-оздоровительной деятельностью занимающихся, лиц различных возрастно-половых групп во всех типах учебных заведений, в организациях и учреждениях сферы физической культуры и спорта, рекреации, туризма и фитнеса.

Дисциплина «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» реализуется на русском языке.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура» по профилю «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» относится к дисциплинам в части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана очной формы обучения:

- опирается на пройденные дисциплины – «Теория и методика физической рекреации», «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса»;
- реализуется параллельно с дисциплинами «Организационно-правовые аспекты физической культуры», органично дополняя и расширяя его, а также параллельно с профессионально-ориентированной практикой.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                 | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                         | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| <b>ПК-1</b>                                                   | <i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>       |                                                | 4-5                    |
| <b>ПК-1.1</b>                                                 | <i>Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</i>                       |                                                | 4-5                    |
| <b>ПК-1.3</b>                                                 | <i>Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i> |                                                | 4-5                    |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часа.**

##### Заочная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины                                                                                                                                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1. | Тема 1. Введение в предмет «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии»                                                                                                  | 4       |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 2. | Нормативно-правовые акты физической культуры и спорта как законодательная база рекреативно-оздоровительной деятельности                                                                 | 4       | 2                                                                                                                       |                           | 12                     |          |                                               |
| 3  | Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии в структуре управления отрасли «Физическая культура и спорт». Особенности управления рекреативно-оздоровительной организацией | 4       | 2                                                                                                                       |                           | 24                     |          |                                               |
| 4  | Сегментирование рынка физкультурно-оздоровительных услуг.                                                                                                                               | 4       | 2                                                                                                                       | 2                         | 24                     |          |                                               |
| 5  | <b>Практическое занятие 1. Деловая ситуация.</b> Внутренняя и внешняя среда организационно-управленческой деятельности (менеджмента) учреждения типа фитнес-клуб                        | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 28                     |          |                                               |
|    | <b>Итого 4 семестр</b>                                                                                                                                                                  |         | <b>6</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>98</b>              |          |                                               |
| 6  | Маркетинг в менеджменте в фитнес индустрии                                                                                                                                              | 5       | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 7  | Особенности маркетинга фитнес услуг                                                                                                                                                     | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 8  | Реклама и ее место в менеджменте фитнес услуг.                                                                                                                                          | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 9  | <b>Практическое занятие 2. Деловая ситуация.</b> Технология маркетинга фитнес услуг.                                                                                                    | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 10 | Коммуникативная политика в менеджменте фитнес организации                                                                                                                               | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 11 | <b>Практическое занятие 3. Деловая игра.</b> Подбор расстановка, управление персоналом и мотивация сотрудников в учреждениях, организациях фитнес индустрии.                            | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 12 | Структура и содержание бизнес-плана фитнес организации.                                                                                                                                 | 5       | 2                                                                                                                       | 2                         | 6                      |          |                                               |

|    |                                                                                                                                                         |   |    |    |     |  |                        |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|-----|--|------------------------|
| 13 | <b>Практическое занятие 4. Деловая игра.</b> Организация контроля за деятельностью сотрудников по обеспечению качества фитнес услуг в клубах и центрах. | 5 |    | 2  | 6   |  |                        |
| 14 | Управление качеством предоставления фитнес услуг                                                                                                        | 5 | 2  | 2  | 6   |  |                        |
| 15 | <b>Практическое занятие 5. Деловая игра.</b> Подготовка бизнес-плана фитнес организации.                                                                | 5 |    | 2  | 6   |  |                        |
| 16 | Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи фитнес услуг                                                                    | 5 | 2  |    | 6   |  |                        |
| 17 | Конкуренция на рынке фитнес услуг.                                                                                                                      | 5 |    | 2  | 6   |  |                        |
| 18 | <b>Практическое занятие 6. Деловая игра.</b> Подготовка проекта деятельности физкультурно-оздоровительного центра или фитнес клуба.                     | 5 |    | 2  | 6   |  |                        |
|    | <b>Итого 5 семестр</b>                                                                                                                                  | 5 | 8  | 22 | 78  |  |                        |
| 19 | <b>Итого</b>                                                                                                                                            |   | 14 | 26 | 176 |  | <b>Зачет с оценкой</b> |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### ***Перечень примерных контрольных вопросов к диф.зачету.***

1. Охарактеризуйте основные понятия и содержание процедуры сегментирования рынка фитнес услуг.
2. Охарактеризуйте основные элементы комплекса маркетинговых коммуникаций.
3. Назовите основные виды услуг фитнес организации.
4. Охарактеризуйте маркетинговые функции фитнес организации.
5. Охарактеризуйте основные отличительные характеристики услуг отрасли «физическая культура и спорт».
6. Охарактеризуйте основные этапы формирования стратегии маркетинга фитнес организации.
7. Проведите анализ мероприятий рекламно-информационного характера фитнес организации.
8. Раскройте виды услуг фитнес организации.

9. Раскройте методику формирования тарифов на основные и дополнительные услуги фитнес организации.
10. Раскройте нормативно-правовые основы управления физической культурой.
11. Раскройте организационный план фитнес организации.
12. Раскройте органы управления физической культуры и спорта.
13. Раскройте основные методы оценки качества фитнес услуг.
14. Раскройте основные управленческие шаги, направленные на поддержание корректных служебных отношений.
15. Раскройте план маркетинга фитнес организации.
16. Раскройте понятие «управление» и «менеджмент» в сфере рекреативно-оздоровительных услуг.
17. Раскройте понятия и аспекты качества фитнес услуг.
18. Раскройте понятия, виды и особенности конкуренции на рынке услуг отрасли «физическая культура»
19. Раскройте принципы формирования тарифной политики фитнес организации.
20. Раскройте структуру и содержание бизнес-плана фитнес организации.
21. Раскройте структуру и содержание маркетинговой стратегии фитнес организации.
22. Раскройте ценовые проблемы рынка услуг отрасли «физическая культура»: основные подходы и стереотипы.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

**Основная:**

1. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А.В. Починкин .— М. : Спорт, 2017 .— 385 с. — ISBN 978-5-906839-55-8 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641213>
2. Шинков, С.О. Особенности и актуальные проблемы менеджмента в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / С.О. Шинков .— М. : РГУФКСМиТ, 2018 .— 40 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682398>
3. Цахаев, Р.К. Маркетинг [Электронный ресурс] : учебник / Т.В. Муртузалиева, Р.К. Цахаев .— 3-е изд. — М. : ИТК "Дашков и К", 2017 .— 550 с. — ISBN 978-5-394-02746-8 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/689036>
4. Алексунин, В.А. Маркетинг [Электронный ресурс] : учебник / В.А. Алексунин .— 6-е изд., стер. — М. : ИТК "Дашков и К", 2019 .— 200 с. — ISBN 978-5-394-03163-2 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/689035>
5. Блеер А.Н., Кузьмичева Е.В., Новиков П.П., Ушакова Н.А. Управление спортивной организацией: учеб.пособие / под ред.А.Н.Блеера.- М.:ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2014.-404с.

### **Дополнительная:**

1. Котлер Ф. Маркетинг менеджмент / Ф. Котлер, К.Л. Келлер ; [пер.с англ. С. Жильцов, М. Жильцов, Д. Раевская] ; Рос. ассоц. маркетинга, Б-ка Рос. ассоц. маркетинга. - 12-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 814 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=71673&DocQuerID=11774644&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Золотов М.И. Экономика массового спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и спец. 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.И. Золотов, Н.А. Платонова, О.И. Вапнярская ; под ред. В.В. Кузина. - М.: Физ. культура, 2005. - 299 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=129365&DocQuerID=11774649&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 033100 : рек. УМО по специальностям пед. образования / [М.И. Золотов [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2004. - 426 с.: таб.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=123905&DocQuerID=11774651&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: Учеб. пособие - М.: «Физическая культура», 2006  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=129712&DocQuerID=11774652&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Социальный менеджмент: учеб. пособие по дисциплине специализации специальности "Менеджмент орг.": рек. Сов. Умо по образованию / под ред. В.Н. Иванова, В.И. Патрушева. - М.: Гардарики, 2009. - 296 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=201589&DocQuerID=11774654&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Табель оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2004. - 303 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=128672&DocQuerID=11774656&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
7. Управление качеством: Учеб. для студентов вузов, обучающихся по экон. спец. / ред. Ильенкова Светлана Дмитриевна. - М.: Юнити, 2001. - 199 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=114333&DocQuerID=11774657&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

#### Интернет-источники

1. [www.md-bplan.ru](http://www.md-bplan.ru) - информационный портал о бизнес-планах
2. [www.fitness-pro.ru](http://www.fitness-pro.ru) - сайт ассоциации профессионального фитнеса
3. <http://www.sportmanagement.ru/> - сайт, посвященный спортивному менеджменту
4. [http://worldclass.ru/wc/russian\\_fitness\\_group.php](http://worldclass.ru/wc/russian_fitness_group.php) - сайт русской группы фитнес клубов Worldclass
5. [http://www.orange-fit.ru/trade\\_mark/concept/](http://www.orange-fit.ru/trade_mark/concept/) - Интернет-портал спортивных клубов Оранжевый фитнес
6. <http://www.x-fit.ru/mission> - Интернет-портал сети фитнес клубов X-Fit
7. <http://www.world-gym.com/worldgym> - Интернет-портал международной сети фитнес клубов World Gym
8. <http://www.goldsgym.ru> – Интернет-портал сети фитнес клубов Gold Gym
9. <http://www.rbc.ru>
10. <http://www.avrora.org-ru>
11. Борисов Б. Правовой режим реализации. / Б.Борисов. <http://www.marketing.spb.ru/>
12. Бугаков В.П. Особенности маркетинга услуг. / В.П. Бугаков. <http://www.marketing.spb.ru/>
13. Мещерякова Ю. Обучение и развитие персонала глазами корпоративного заказчика. / Ю. Мещерякова. <http://iteam.ru/>
14. Миронова Н. Дифференцированный подход к маркетингу услуг. / Н. Миронова. <http://www.marketing.spb.ru/>
15. Стаханов В. Маркетинг сферы услуг. / В. Стаханов. <http://www.ram.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

– *Электронные библиотечные системы:*

1) Электронная библиотечная система «Руко́нт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*-Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» для обучающихся факультета магистерской подготовки 2-3 курсов, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура (профилю «Фитнес-инноватика») заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4-5 семестры заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Заочная форма обучения

| №            | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                     | Максимальное кол-во баллов |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1            | Тестирование по разделу курса тема 1 «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии в структуре управления отрасли «Физическая культура и спорт» | 10                         |
| 2            | Тестирование по разделу II.3 «Маркетинг в менеджменте фитнес организаций»                                                                                    | 15                         |
| 3            | Коллоквиум по разделу «Реклама и ее место в менеджменте фитнес услуг»                                                                                        | 15                         |
| 4            | Участие в дискуссии «Управление качеством предоставления фитнес услуг»                                                                                       | 10                         |
| 5            | Тестирование по теме II.5 «Подготовка бизнес-плана фитнес организации»                                                                                       | 10                         |
| 6            | Участие в разыгрывании ролей (инсценировке) «Организация контроля за деятельностью сотрудников фитнес клуба».                                                | 10                         |
| 8            | Посещение занятий                                                                                                                                            | 10                         |
| <b>ИТОГО</b> |                                                                                                                                                              | <b>100 баллов</b>          |

#### Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                                                                                   | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Подготовка презентации «Виды услуг: название и подробное описание услуг; спрос; цены; реализация услуг; преимущества и недостатки предлагаемых услуг» | 10                         |
| 2 | Подготовка презентации «Анализ мероприятий рекламно-информационного характера»                                                                        | 10                         |
| 3 | Подготовка презентации «Понятие «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте: общее и особенное»                                        | 10                         |
| 4 | Подготовка презентации «Понятия и аспекты качества фитнес услуг»                                                                                      | 10                         |
| 5 | Подготовка презентации «Методика формирования тарифов на основные и дополнительные услуги»                                                            | 10                         |
| 6 | Подготовка презентации «Понятие, содержание и основные процедуры сегментирования рынка фитнес услуг»                                                  | 10                         |

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.02 Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 6 зачетных единиц, 216 академических часа.

2. **Семестр освоения дисциплины (модуля):** 4-5 заочная форма обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» сформировать у студентов знания, умения и навыки организации и управления рекреативно-оздоровительной деятельностью занимающихся, лиц различных возрастно-половых групп во всех типах учебных заведений, в организациях и учреждениях сферы физической культуры и спорта, рекреации, туризма и фитнеса.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                 | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                         | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| <b>ПК-1</b>                                                   | <i>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</i>       |                                                | 4-5                    |
| <b>ПК-1.1</b>                                                 | <i>Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</i>                       |                                                | 4-5                    |
| <b>ПК-1.3</b>                                                 | <i>Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</i> |                                                | 4-5                    |

4. **Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часа.**

## Заочная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины                                                                                                                                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1. | Тема 1. Введение в предмет «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии»                                                                                                  | 4       |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 2. | Нормативно-правовые акты физической культуры и спорта как законодательная база рекреативно-оздоровительной деятельности                                                                 | 4       | 2                                                                                                                       |                           | 12                     |          |                                               |
| 3  | Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии в структуре управления отрасли «Физическая культура и спорт». Особенности управления рекреативно-оздоровительной организацией | 4       | 2                                                                                                                       |                           | 24                     |          |                                               |
| 4  | Сегментирование рынка физкультурно-оздоровительных услуг.                                                                                                                               | 4       | 2                                                                                                                       | 2                         | 24                     |          |                                               |
| 5  | <b>Практическое занятие 1. Деловая ситуация.</b> Внутренняя и внешняя среда организационно-управленческой деятельности (менеджмента) учреждения типа фитнес-клуб                        | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 28                     |          |                                               |
|    | <b>Итого 4 семестр</b>                                                                                                                                                                  |         | 6                                                                                                                       | 4                         | 98                     |          |                                               |
| 6  | Маркетинг в менеджменте в фитнес индустрии                                                                                                                                              | 5       | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 7  | Особенности маркетинга фитнес услуг                                                                                                                                                     | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 8  | Реклама и ее место в менеджменте фитнес услуг.                                                                                                                                          | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 9  | <b>Практическое занятие 2. Деловая ситуация.</b> Технология маркетинга фитнес услуг.                                                                                                    | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 10 | Коммуникативная политика в менеджменте фитнес организации                                                                                                                               | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 11 | <b>Практическое занятие 3. Деловая игра.</b> Подбор расстановки, управление персоналом и мотивация сотрудников в учреждениях, организациях фитнес индустрии.                            | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 12 | Структура и содержание бизнес-плана фитнес организации.                                                                                                                                 | 5       | 2                                                                                                                       | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 13 | <b>Практическое занятие 4. Деловая игра.</b> Организация контроля за деятельностью сотрудников по обеспечению качества фитнес услуг в клубах и центрах.                                 | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 14 | Управление качеством предоставления фитнес услуг                                                                                                                                        | 5       | 2                                                                                                                       | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 15 | <b>Практическое занятие 5. Деловая игра.</b> Подготовка бизнес-плана фитнес организации.                                                                                                | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 16 | Ценообразование и основные шаги по организации непосредственной продажи фитнес услуг                                                                                                    | 5       | 2                                                                                                                       |                           | 6                      |          |                                               |
| 17 | Конкуренция на рынке фитнес услуг.                                                                                                                                                      | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
| 18 | <b>Практическое занятие 6. Деловая игра.</b> Подготовка проекта деятельности физкультурно-оздоровительного центра или фитнес клуба.                                                     | 5       |                                                                                                                         | 2                         | 6                      |          |                                               |
|    | <b>Итого 5 семестр</b>                                                                                                                                                                  | 5       | 8                                                                                                                       | 22                        | 78                     |          |                                               |
| 19 | <b>Итого</b>                                                                                                                                                                            |         | 14                                                                                                                      | 26                        | 176                    |          | Зачет с оценкой                               |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.03 Передовые тренажерные технологии в фитнесе»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Сиднева Лариса Валентиновна – доцент кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук

Гониянц Степан Александрович – профессор кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма, кандидат педагогических наук

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» является сформировать у магистров базовые умения и навыки для проведения программ различной направленности современного фитнеса в тренажерном зале, а также ознакомление с новыми технологиями, применяемыми в фитнес индустрии. Одновременно – сформировать теоретико-методические знания дисциплины «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» и содействовать формированию профессионально-значимых личностных качеств и мотивации на профессиональный рост и развитие в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура», направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на ранее пройденных дисциплинах – «Теория и методика физической рекреации» и «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии» и «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности»;
- дисциплина «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» реализуется параллельно с профессионально-ориентированной практикой.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                              | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                      | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| <b>ПК-2</b>                                       | <i>Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</i> |                                                | <b>2-3</b>             |
| <b>ПК-2.1</b>                                     | <i>Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической</i>                                                                         |                                                | <b>2-3</b>             |



|               |                                                                                                                                 |  |            |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------|
|               | культуры и спорта                                                                                                               |  |            |
| <b>ПК-2.3</b> | Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта                 |  | <b>2-3</b> |
| <b>ПК-2.5</b> | Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта |  | <b>2-3</b> |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часа.**

##### заочная форма обучения

| №        | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                            | Семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                       |          | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| <b>1</b> | Классификация современных видов тренажерных устройств и санитарно-гигиенические и эксплуатационные требования к ним.                  | <b>2</b> | <b>2</b>                                                                                                                |                           | 10                     |          |                                               |
| <b>2</b> | Аэробная тренировка. Выносливость. Мышечная адаптация. Кардиоваскулярная и респираторная адаптация.                                   | <b>2</b> |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| <b>3</b> | Техника выполнения упражнений на интегральных тренажерах.                                                                             | <b>2</b> | <b>2</b>                                                                                                                | 2                         | 24                     |          |                                               |
| <b>4</b> | Планирование прогрессирования нагрузок при аэробной тренировке.                                                                       | <b>2</b> |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| <b>5</b> | Силовая тренировка. Силовые способности. Увеличение мышечной силы. Адаптационные процессы.                                            | <b>2</b> |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
|          | <b>ИТОГО 2 семестр</b>                                                                                                                |          | <b>4</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>64</b>              |          |                                               |
| <b>6</b> | Техника выполнения упражнений на элементарных и универсальных тренажерах.                                                             | <b>3</b> |                                                                                                                         | 2                         | 34                     |          |                                               |
| <b>7</b> | Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах                                                                      | <b>3</b> |                                                                                                                         |                           | 23                     |          |                                               |
| <b>8</b> | Основы персональной тренировки. Методы исследования и контроля. Анкетирование. Интервью. Калиперометрия. Функциональное тестирование. | <b>3</b> |                                                                                                                         | 4                         | 34                     |          |                                               |

|    |                                                                                                                               |   |   |    |     |   |         |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|-----|---|---------|
|    | Питание.                                                                                                                      |   |   |    |     |   |         |
| 9  | Комплексирование занятий персонального тренинга на тренажерных устройствах с outdoor, групповыми и аква тренировками.         | 3 |   | 4  | 16  |   |         |
| 10 | Занятия со специальными группами на тренажерных устройствах. Занимающиеся с избыточным весом. Люди старшей возрастной группы. | 3 | 2 |    | 16  |   |         |
|    |                                                                                                                               |   |   |    |     | 9 | Экзамен |
|    | Итого 3 семестр                                                                                                               |   | 2 | 10 | 123 |   |         |
|    | Итого часов:                                                                                                                  |   | 6 | 14 | 187 | 9 |         |

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### *Перечень примерных контрольных вопросов к экзамену.*

1. Раскройте понятие - тренажерные технологии в фитнесе и спортивно-оздоровительном туризме.
2. Охарактеризуйте категориально-понятийный аппарат профессиональной деятельности в сфере тренажерных технологий.
3. Раскройте понятие выносливость как физическое качество человека.
4. Перечислите виды специальной выносливости.
5. Перечислите виды современных интегральных тренажеров, используемых в условия фитнес клуба для тренировки выносливости.
6. Раскройте понятие сила как физическое качество человека.
7. Опишите основные задачи, решаемые в процессе занятий силовой направленности (тренировки) на тренажерных устройствах.
8. Дайте характеристику занятий, направленных на развитие максимальной, скоростной и силовой выносливости.
9. Перечислите средства силовой подготовки в фитнесе.
10. Опишите концепцию и принципы силовой тренировки на тренажерных устройствах.
11. Перечислите принципы силовой тренировки.
12. Перечислите виды элементарных и универсальных тренажерных устройств, которые используется в фитнесе.

13. Опишите основы персональной тренировки на тренажерных устройствах, используемых в фитнесе.
14. Перечислите методы исследования и контроля, используемые в персональной тренировке в фитнесе.
15. Опишите приемы, способы и технологию комплексирования силовой тренировки на тренажерных устройствах с outdoor, групповыми и аква программами.
16. Опишите особенности проведения занятий на тренажерных устройствах для людей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата и травмах.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература**

1. Сапожникова, О.В. Фитнес [Электронный ресурс] : [учеб. пособие] / Урал. федер. ун-т, О.В. Сапожникова .— 2-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017 .— 143 с. : ил. — ISBN 978-5-9765-3232-8 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/622280>
2. Павлюк, Н.Б. Теория и методика учебно-тренировочного процесса в тренажерном зале [Электронный ресурс] / Н.Б. Павлюк .— Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2016 .— 112 с. — ISBN 978-5-86229-310-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/621331>
3. Власова, И. А. Оздоровительный фитнес [Электронный ресурс] : учеб. пособие / О. А. Иваненко, Челяб. гос. ин-т культуры, И. А. Власова .— Челябинск : ЧГИК, 2017 .— 161 с. : ил. — ISBN 978-5-94839-628-6 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/651923>
4. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт, фитнес = Functional Fitness: einfach, effektiv, zeitsparend [Электронный ресурс] : просто, эффективно, быстро: новое направление фитнеса для начинающих, продвинутых и профессионалов / О. Йеневайн, Б. Кафка .— М. : Спорт, 2016 .— 177 с. : ил. — Пер. с нем. — ISBN 978-5-906839-14-5 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641362>
5. Медицинское обеспечение фитнеса [Электронный ресурс] / Рубаненко, Буторина // Спортивная медицина: наука и практика .— 2015 .— №1 .— С. 68-76 .— doi: 10.17238/ISSN2223-2524.2015.1.68 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/372942>
6. Факторы риска в современном фитнесе [Электронный ресурс] / Г.А. Макарова [и др.] // Спортивная медицина: наука и практика .— 2017 .—

№3 .— С. 72-78 .— doi: 10.17238/ISSN2223-2524.2017.3.72 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/638242>

7. Большакова, Т.А. Оздоровительная силовая тренировка [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» / Н.П. Гаськова, В.В. Большаков, Т.А. Большакова .— Иркутск : Издательство "Мегапринт", 2015 .— 78 с. : ил. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/586503>

б) Дополнительная литература

8. Большакова, Т.А. Оздоровительная силовая тренировка [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» / Н.П. Гаськова, В.В. Большаков, Т.А. Большакова .— Иркутск : Издательство "Мегапринт", 2015 .— 78 с. : ил. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/586503>
9. Вела М. Атлас анатомии для силовых упражнений и фитнеса / Марк Вела. — М.: АСТ: Астрель, 2007. — 144с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=3726&DocQuerID=11774667&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
10. Шенк, М. Активный стретчинг : [пер. с фр.] = Stretching actif / Милен Шенк. — М.: Гранд-фаир, 2008. — 159 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187417&DocQuerID=11774671&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
11. Бодибилдинг для начинающих / под ред. О. Хейденштама. — М.: Гранд-Фаир, 2007. — 185 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=177336&DocQuerID=11774680&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
12. Карпей Э. Энциклопедия фитнеса / Карпей Эллен. — М.: Гранд-Фаир, 2003. — 361 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=115998&DocQuerID=11774681&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [www.cityfit.ru](http://www.cityfit.ru) - Интернет-портал сети спортивных клубов «CityFitness».
2. [www.goldsgym.ru](http://www.goldsgym.ru) – Интернет-портал сети фитнес клубов «Gold Gym».
3. [www.fitnessexpert.ru](http://www.fitnessexpert.ru) – сайт компании «Фитнес Эксперт».
4. [www.fitness-pro.ru](http://www.fitness-pro.ru) - сайт ассоциации профессионалов фитнеса.

5. [www.fitness-report.ru](http://www.fitness-report.ru) - Интернет журнал на русском языке с 2005г. по н.в.
6. [www.strata.ru/about.php](http://www.strata.ru/about.php) - сайт компаний «Страта Партнерс»
7. [worldclass.ru/wc/russian\\_fitness\\_group.php](http://worldclass.ru/wc/russian_fitness_group.php) - сайт русской фитнес группы клубов «World Class».
8. <http://www.xfit.ru/mission> - Интернет-портал сети фитнес клубов X-Fit.
9. <http://www.world-gym.com/worldgym> - Интернет-портал международной сети фитнес клубов «World Gym».

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- *Электронные библиотечные системы:*

1) Электронная библиотечная система «Руко́нт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (infosport.ru)

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)

- Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Видеоматериал методического кабинета кафедры Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
5. Тренажерные устройства кардио-и силовой направленности

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Передовые тренажерные технологии в фитнесе» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 2 курса, направления подготовки 49.04.01 «Физической культуры» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2-3 семестр заочной формы обучения.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Заочная форма обучения

| Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                | Максимальное кол-во баллов |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| <b>2 семестр</b>                                                                                                                                                        |                            |
| Тестирование по разделу: «Методика развития выносливости в тренажерном зале с применением кардио оборудования»                                                          | 10                         |
| Разработать комплекс занятий с применением кардио тренажеров                                                                                                            | 10                         |
| Реферирование (подготовка реферата) по теме: «Новые виды тренажерного оборудования, используемого в современном фитнес клубе».                                          | 20                         |
| <b>3 семестр</b>                                                                                                                                                        |                            |
| Тестирование по разделу: «Методика занятий на оборудовании силовой направленности в тренажерном зале»                                                                   | 10                         |
| Разработать комплекс занятий с применением тренажеров силовой направленности                                                                                            | 10                         |
| Тестирование по разделу: «Методика подготовки программ персональных занятий с людьми различного уровня физической подготовленности, возраста и пола в тренажерном зале» | 10                         |
| Разработать программу персональных занятий в тренажерном зале                                                                                                           | 10                         |
| Разработать программу персональных занятий с людьми, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в тренажерном зале                                                        | 10                         |
| Посещение занятий                                                                                                                                                       | 10                         |
| <b>100 баллов</b>                                                                                                                                                       |                            |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>                                                                                                           | <b>Максимальное количество баллов</b> |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 1        | Подготовка презентации «Тренажерные технологии в фитнесе и спортивно-оздоровительном туризме»                                                        | 10                                    |
| 2        | Подготовка презентации «Виды современных интегральных тренажеров, используемых в условиях фитнес клуба для тренировки выносливости»                  | 10                                    |
| 3        | Подготовка презентации «Виды элементарных и универсальных тренажерных устройств, которые используются в фитнесе и спортивно-оздоровительном туризме» | 10                                    |
| 4        | Подготовка презентации «Методы исследования и контроля, используемые в персональной тренировке в фитнесе и спортивно-оздоровительном туризме»        | 10                                    |
| 5        | Подготовка презентации «Технологии комплексирования силовой тренировки на тренажерных устройствах с outdoor, групповыми и аква программами»          | 10                                    |
| 6        | Подготовка презентации «Особенности проведения занятий с людьми старшей возрастной группы с использованием тренажерных устройств»                    | 10                                    |
| 7        | Анализ оборудования тренажерных залов с сайтов ведущих сетей фитнес-индустрии.                                                                       | 10                                    |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Б1.В.03 Передовые тренажерные технологии в фитнесе»**

Направление подготовки:  
49.04.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 6 зачетные единицы, 216 академических часа.

2. **Семестр освоения дисциплины (модуля):** 2-3 для заочной формы обучения.

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** сформировать у магистров базовые умения и навыки для проведения программ различной направленности современного фитнеса в тренажерном зале, а также ознакомление с новыми технологиями, применяемыми в фитнес индустрии в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                              | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                      | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| <b>ПК-2</b>                                       | <i>Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</i> |                                                | <b>2-3</b>             |
| <b>ПК-2.1</b>                                     | <i>Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта</i>                                                       |                                                | <b>2-3</b>             |
| <b>ПК-2.3</b>                                     | <i>Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта</i>                                                              |                                                | <b>2-3</b>             |
| <b>ПК-2.5</b>                                     | <i>Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта</i>                                              |                                                | <b>2-3</b>             |

**5. Структура и содержание дисциплины (модуля)**  
**Заочная форма обучения**

| №  | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                     | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1  | Классификация современных видов тренажерных устройств и санитарно-гигиенические и эксплуатационные требования к ним.                           | 2       | 2                                                                                                                       |                           | 10                     |          |                                               |
| 2  | Аэробная тренировка. Выносливость. Мышечная адаптация. Кардиоваскулярная и респираторная адаптация.                                            | 2       |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 3  | Техника выполнения упражнений на интегральных тренажерах.                                                                                      | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 24                     |          |                                               |
| 4  | Планирование прогрессирования нагрузок при аэробной тренировке.                                                                                | 2       |                                                                                                                         |                           | 10                     |          |                                               |
| 5  | Силовая тренировка. Силовые способности. Увеличение мышечной силы. Адаптационные процессы.                                                     | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
|    | <b>ИТОГО 2 семестр</b>                                                                                                                         |         | <b>4</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>64</b>              |          |                                               |
| 6  | Техника выполнения упражнений на элементарных и универсальных тренажерах.                                                                      | 3       |                                                                                                                         | 2                         | 34                     |          |                                               |
| 7  | Методика «собственно-силовых» занятий на тренажерных устройствах                                                                               | 3       |                                                                                                                         |                           | 23                     |          |                                               |
| 8  | Основы персональной тренировки. Методы исследования и контроля. Анкетирование. Интервью. Калиперометрия. Функциональное тестирование. Питание. | 3       |                                                                                                                         | 4                         | 34                     |          |                                               |
| 9  | Комплексирование занятий персонального тренинга на тренажерных устройствах с outdoor, групповыми и аква тренировками.                          | 3       |                                                                                                                         | 4                         | 16                     |          |                                               |
| 10 | Занятия со специальными группами на тренажерных устройствах. Занимающиеся с избыточным весом. Люди старшей возрастной группы.                  | 3       | 2                                                                                                                       |                           | 16                     |          |                                               |
|    |                                                                                                                                                |         |                                                                                                                         |                           |                        | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>                                |
|    | <b>Итого 3 семестр</b>                                                                                                                         |         | <b>2</b>                                                                                                                | <b>10</b>                 | <b>123</b>             |          |                                               |
|    | <b>Итого часов:</b>                                                                                                                            |         | <b>6</b>                                                                                                                | <b>14</b>                 | <b>187</b>             |          |                                               |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.04 ЭРГОНОМИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕКРЕАТИВНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Петрачева Ирина Витальевна – кандидат педагогических наук, доцент, доцент  
кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

**1. Цель освоения дисциплины (модуля):** углубление и расширение теоретико-практической и научно-педагогической подготовленности магистрантов в области психолого-педагогических аспектов рекреационно-оздоровительной деятельности с использованием инновационных подходов в образовании, соответствующих требованиям уровня магистерской квалификации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура», специализирующихся по магистерской программе «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Эргономические технологии рекреативно-оздоровительной деятельности» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность магистранта через формирование углубленного понимания магистрантами аспектов обеспечения комфорта, безопасности и эффективности рекреативно-оздоровительной деятельности, изучая антропометрические и биомеханические характеристики и их влияние на деятельность человека, а также конкретизации практических и профессионально-педагогических умений и навыков оптимизации условий и процесса занятий физическими упражнениями.

Указанная дисциплина является важнейшей основой для проведения магистрантами научно-исследовательской работы.

Дисциплина «Эргономические технологии рекреативно-оздоровительной деятельности» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана. Изучение дисциплины основано пройденных дисциплинах (практиках): «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика физической рекреации», «Ознакомительная практика», «Научно-исследовательская практика»;

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                            | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| УК-5             | <b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b> |                                                | <b>2,3</b>             |
| УК-5.1           | Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную           |                                                | 2                      |

|         |                                                                                                                                                                                       |  |   |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---|
|         | интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных;                                               |  |   |
| УК-5.4. | Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований |  | 2 |
| УК-5.5. | Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;                              |  | 3 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетные единицы, 180 академических часов.

#### заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины .                                                                                         | семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации<br>(по семестрам) |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|--------------------------------------------------|
|   |                                                                                                             |         | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                  |
| 1 | <b>Раздел1. Характеристика эргономических технологий и основные понятия эргономики.</b>                     | 2       | 4                                                                                      | 4                         | 100                    |          |                                                  |
| 2 | Тема 1.1 Функционирование системы «человек-внешняя среда» и понятие биологических обратных связей           | 2       | 2                                                                                      | 2                         | 46                     |          |                                                  |
| 3 | Тема 1.2 Характеристика комфортного пребывания человека в процессе рекреативно-оздоровительной деятельности | 2       | 2                                                                                      | 2                         | 54                     |          |                                                  |
| 4 | <b>Итого 2 семестр</b>                                                                                      |         | 4                                                                                      | 4                         | 100                    |          |                                                  |
| 5 | <b>Раздел 2. Технологии совершенствования движений с использованием эргономических требований</b>           | 3       | 2                                                                                      | 8                         | 38                     |          |                                                  |

|   |                                                                                                                                                    |   |   |    |     |  |                                 |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|-----|--|---------------------------------|
| 6 | Тема 2.1. Общие представления о системе управления движениями и характеристика различных видов движений человека                                   | 3 |   | 4  | 34  |  |                                 |
| 7 | Тема 2.2 Биомеханические технологии в рекреативно-оздоровительной деятельности и формирование среды при эргономическом анализе влияния ее факторов | 3 |   | 4  | 28  |  |                                 |
| 8 | <b>Итого 3 семестр</b>                                                                                                                             |   | 2 | 8  | 62  |  | <b>Зачет дифференцированный</b> |
|   | <b>Итого часов:</b>                                                                                                                                |   | 6 | 12 | 162 |  |                                 |

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### Перечень примерных контрольных вопросов к дифференцированному зачету

1. Дайте определение эргономики и охарактеризуйте ее основные разделы.
2. Раскройте проблемы повышения качества и эффективности системы "человек-предметная среда" с позиций эргономики.
3. Как проявляется эргономика с точки зрения оптимального соотношения затрат и состояния здоровья занимающихся?
4. Что является предметом изучения эргономики и каковы ее основные задачи?
5. Эргономические требования и их характеристика.
6. Основные этапы *процесса эргономического сопровождения* проектирования.
7. Дайте определение биологических обратных связей и охарактеризуйте их.
8. Дайте характеристику осуществления взаимодействия человека со средой, в которой он достигает поставленной цели в двигательной деятельности?
9. Охарактеризуйте эргономические свойства, которые проявляются в системе «человек- внешняя среда»
10. Основные направления и перспективы развития современной эргономики.
11. Как проявляются эргономические технологии рекреативно-оздоровительной деятельности.



12. Роль биологических обратных связей в процессе занятий физическими упражнениями.
13. Как обеспечивается безопасность жизнедеятельности занимающихся физической рекреацией и ее эргономические проблемы.
14. Рассмотрите взаимоотношения между эргономикой и другими научными дисциплинами.
15. Охарактеризуйте психофизиологические особенности человека при проектировании и эксплуатации оборудования.
16. Как влияют интенсивные физические нагрузки функционирование жизненных систем организма человека и учет их в психологии занятий физическими упражнениями?
17. Раскройте проблему моторного и сенсорного обеспечения двигательных действий.
18. Дайте рекомендации по организации рекреативно-оздоровительной деятельности с учетом параметров окружающей среды.
19. Как используются информационные обратные связи в практике рекреативно-оздоровительной деятельности?
20. Какова роль эргономических технологий в проведении активного отдыха разных слоев населения.
21. Охарактеризуйте оптимальное сочетание параметров и характеристик рекреативно –оздоровительной деятельности с учетом требований эргономики.
22. Охарактеризовать эргономические технологии в различных видах физической рекреации молодежи
23. Расскажите о обучении движениям и их особенностях выполнения.
24. Биомеханические условия оптимизации свойств спортивного оборудования и инвентаря
25. Проектирование спортивного оборудования учетом требований эргономики.
26. Выбор снарядов для занятий с учетом антропометрических характеристик занимающихся.
27. Принципы и эргономические задачи проектирования в структуре оздоровительных центров.
28. Дать характеристику биологическим обратным связям в практике рекреативно-оздоровительной деятельности.
29. Какие тренажеры применяются в занятиях физической рекреации и приведите примеры.
30. Приведите примеры применения биомеханических подходов к оптимизации спортивного оборудования.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1.Бернштейн, Н.А. Избранные труды по биомеханике и кибернетике [Электронный ресурс] / Н.А. Бернштейн .— 2-е изд. — М. : ТВТ Дивизион, 2019 .— 320 с. : ил. — (Классическое научное наследие. Физическая культура) .— ISBN 978-5-98724-135-6 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/719636>

2.Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / Г.И. Попова, А.В. Самсонова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2017. - 315 с.

3. Солопова, В. А. Лекции по эргономике [Электронный ресурс] : конспект лекций / В. А. Солопова .— Оренбург : ГОУ ОГУ, 2009 .— 115 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/193344>

4.Эргономика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.В. Адамчук, Т.П. Варна, В.В. Воротникова, А.Н. Костин, ред.: В.В. Адамчук .— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015 .— 266 с. — Авт. указ. на обороте тит. листа. - ISBN 5-238-00086-3 .— ISBN 978-5-238-00086-3 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/358542>

б) Дополнительная литература:

1.Аруин, А.С. Эргономическая биомеханика ходьбы и бега : метод. разраб. для слушателей всех форм обучения и студентов ГЦОЛИФКа / А.С. Аруин, В.М. Зациорский ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1983. - 54 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=2766&DocQuerID=11774778&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2.Иванова, Г.П. Эргономика физической активности: учеб. пособие для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 521900, 022300 : доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Г.П. Иванова ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб.: [Изд-во СПб ГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2005. - 60 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=247259&DocQuerID=11774779&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3.Курбанов, М.К. Основы эргономики [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.И. Семикин, М.К. Курбанов .— М. : Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2007 .— 32 с. — ISBN 978-5-7038-2947-9 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/288048>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
4. Бегун П.И., Самсонова А.В. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека: Монография. Серия «Биомеханика». – СПб: Кинетика, 2020. – 179 с. <https://kinetika.spb.ru/product/biomehanika-oporno-dvigatel'nogo-apparata-cheloveka/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Электронные библиотечные системы:*
- 1) Электронная библиотечная система «Рукопонт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).
- 2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*– Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информо» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (infosport.ru)
- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система (elibrary.ru)
- Федеральный портал Российское образование – информационная система (edu.ru)
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
- *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*
  - Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
  - Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Эргономические технологии рекреативно-оздоровительной деятельности» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 1 курса и 2 курса, направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2,3 семестр заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

2,3 семестр

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                         | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное количество баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Опрос по теме «Функционирование системы «человек-внешняя среда» и понятие биологических обратных связей»                                                                         | 20                                                   | 20                             |
| 2 | Выступление с докладом по теме «Характеристика комфортного пребывания человека в процессе рекреативно-оздоровительной деятельности»                                              | 22                                                   | 10                             |
| 3 | Выполнение практического задания по теме «Общие представления о внешней системе управления движениями и характеристика движений».                                                | 24                                                   | 10                             |
| 4 | Подготовка и защита реферата по теме «Биомеханические технологии в рекреативно-оздоровительной деятельности и формирование среды при эргономическом анализе влияния ее факторов» | 26                                                   | 20                             |
| 5 | Посещение занятий                                                                                                                                                                | В течение семестра                                   | 20                             |
|   | Дифференцированный зачет                                                                                                                                                         | В соответствии с расписанием                         | 20                             |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                     |                                                      | <b>100 баллов</b>              |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся  
дифференцированным зачетом**

|                                    |                          |       |                        |             |              |        |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.04 ЭРГОНОМИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ РЕКРЕАТИВНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетные единицы, 180 академических часов.**

**2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 2 и 3 семестры.**

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** углубление и расширение теоретико-практической и научно-педагогической подготовленности магистрантов в области аспектов рекреационно-оздоровительной деятельности с использованием инновационных подходов в образовании, соответствующих требованиям уровня магистерской квалификации.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                          | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| УК-5             | <b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b>                                                                                                                               |                                                | <b>2,3</b>             |
| УК-5.1           | Знает систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных; |                                                | 2                      |
| УК-5.4.          | Умеет анализировать особенности осуществления пропаганды здорового образа жизни, физической культуры и спорта, борьбы с противоправным влиянием на результаты спортивных соревнований                                                 |                                                | 2                      |
| УК-5.5.          | Имеет опыт владения методами прогнозирования социально-культурных взаимодействий и их эффективности в определенных условиях в сфере физической культуры;                                                                              |                                                | 3                      |



## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### заочная форма обучения

| №        | Раздел дисциплины .                                                                                                                                | семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации<br>(по семестрам) |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|--------------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                                    |          | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                  |
| <b>1</b> | <b>Раздел1. Характеристика эргономических технологий и основные понятия эргономики.</b>                                                            | <b>2</b> | <b>4</b>                                                                               | <b>4</b>                  | <b>100</b>             |          |                                                  |
| <b>2</b> | Тема 1.1 Функционирование системы «человек-внешняя среда» и понятие биологических обратных связей                                                  | 2        | 2                                                                                      | 2                         | 46                     |          |                                                  |
| <b>3</b> | Тема 1.2 Характеристика комфортного пребывания человека в процессе рекреативно-оздоровительной деятельности                                        | 2        | 2                                                                                      | 2                         | 54                     |          |                                                  |
| <b>4</b> | <b>Итого 2 семестр</b>                                                                                                                             |          | <b>4</b>                                                                               | <b>4</b>                  | <b>100</b>             |          |                                                  |
| <b>5</b> | <b>Раздел 2. Технологии совершенствования движений с использованием эргономических требований</b>                                                  | <b>3</b> | <b>2</b>                                                                               | <b>8</b>                  | <b>38</b>              |          |                                                  |
| <b>6</b> | Тема 2.1. Общие представления о системе управления движениями и характеристика различных видов движений человека                                   | 3        |                                                                                        | 4                         | 34                     |          |                                                  |
| <b>7</b> | Тема 2.2 Биомеханические технологии в рекреативно-оздоровительной деятельности и формирование среды при эргономическом анализе влияния ее факторов | 3        |                                                                                        | 4                         | 28                     |          |                                                  |
| <b>8</b> | <b>Итого 3 семестр</b>                                                                                                                             |          | <b>2</b>                                                                               | <b>8</b>                  | <b>62</b>              |          | <b>Зачет дифференцированный</b>                  |
|          | <b>Итого часов:</b>                                                                                                                                |          | <b>6</b>                                                                               | <b>12</b>                 | <b>162</b>             |          |                                                  |

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»**



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.05 «Современные технологии физкультурно-оздоровительной  
деятельности»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль):  
«Теория, методика и технологии фитнеса»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Гониянц Степан Александрович – профессор кафедры РиСОТ, кандидат педагогических наук, профессор.

Петрачева Ирина Витальевна – доцент кафедры РиСОТ, кандидат педагогических наук, доцент.

Сиднева Лариса Валентиновна – доцент кафедры РиСОТ, кандидат педагогических наук

**1.Цель освоения дисциплины (модуля):** сформировать у магистрантов системные теоретико-методические знания и аналитические практико-методические умения/навыки планирования, проведения и менеджмента образовательной, педагогической деятельности и научных исследований в области физкультурно-оздоровительных технологий.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура», специализирующихся по магистерской программе «Теория, методика и технологии фитнеса».

Дисциплина «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений. Программа подготовки магистра по СТФОД обеспечивает сопряжение структуры и содержания курса с учебным планом подготовки магистра по ФГОС ВО 49.04.01 - «Физическая культура».

Дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность магистранта через формирование углубленного понимания магистрантами психолого-педагогических аспектов физкультурно-оздоровительной деятельности, а также конкретизации практических и профессионально-педагогических умений и навыков проведения различных видов физкультурно-спортивной деятельности с учетом социально-демографических особенностей населения. Указанная дисциплина является важнейшей основой для проведения магистрантами научно-исследовательской работы.

Дисциплина «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана. Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», «Теория и методика физической рекреации», «Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии», «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса» и др. В этом плане программа «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» является интегрирующей, формирующей полифункциональные компетентности магистра по физической культуре, преимущественная деятельность которого связана с физкультурно-оздоровительной деятельности.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения бакалавров по дисциплине                                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                 | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                                            | 3                                              | 4                      |
| ПК-2             | Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.1.          | Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта                                                       |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.2.          | Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                                          |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.3.          | Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта                                                              |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.4.          | Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта                                    |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.5.          | Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта                                              |                                                | 3,4                    |

**4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

**Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа.**

### заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины .                                                                                                                                     | семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации<br>(по семестрам) |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|--------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                  |
| 1 | <b>Раздел 1. Введение в магистерскую программу СТФОД.</b>                                                                                               | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |
| 2 | Тема 1.1. «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» как учебный предмет магистерской программы                                 | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |
| 3 | <b>Раздел 2. Современные концепции мониторинга физического состояния, как раздел «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности»</b> | 3       | 2                                                                                      | 2                         | 54                     |          |                                                  |
| 4 | Тема 2.1. Современные концепции здоровья и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации                                                         | 3       |                                                                                        | 1                         | 13                     |          |                                                  |
| 5 | Тема 2.2. Современные представления о мониторинге физического состояния различных социально-демографических групп населения                             | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |

|    |                                                                                                                                                                                                                       |          |          |          |           |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|-----------|--|--|
| 6  | Тема 2.3. Современные представления о количественных показателях, критериях и способах оценки (контроля и самоконтроля), физкультурно-оздоровительной деятельности основных социально-демографических групп населения | 3        |          | 1        | 14        |  |  |
| 7  | Тема 2.4. Актуальные проблемы профилактики наиболее распространенных заболеваний и физкультурно-оздоровительной деятельности (технологии) инвалидов                                                                   | 3        |          |          | 15        |  |  |
|    | <b>Итого за 3 семестр</b>                                                                                                                                                                                             | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>2</b> | <b>66</b> |  |  |
| 8  | <b>Раздел 3. Современные представления о возрастных аспектах физкультурно-оздоровительной деятельности</b>                                                                                                            | 4        | 2        | 6        | 55        |  |  |
| 9  | Тема 3.1. Детализированная характеристика физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми дошкольного возраста                                                                                                     | 4        |          | 1        | 8         |  |  |
| 10 | Тема 3.2. Детализированная характеристика ФОД в зависимости от возрастнополовых периодов развития детей и молодежи школьного возраста                                                                                 | 4        |          | 1        | 9         |  |  |
| 11 | Тема 3.3. Перспективы внедрения современных физкультурно-оздоровительных технологий в систему среднего специального образования и в процесс физического совершенствования студенческой молодежи                       | 4        |          | 1        | 6         |  |  |
| 12 | Тема 3.4. Состояние и перспективы развития физкультурно-оздоровительных технологий у различных социально-демографических групп взрослого населения                                                                    | 4        | 2        | 1        | 11        |  |  |

|    |                                                                                                                                                                                                      |   |          |          |            |          |                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------|----------|------------|----------|----------------|
| 13 | Тема 3.5. Аналитическая характеристика и оценка физкультурно-оздоровительных систем (технологии): Н.М. Амосова, К. Купера, П. Иванова, А.А. Микулина, А.М. Стрельниковой, «Контрекс», «Изотон» и др. | 4 |          | 1        | 11         |          |                |
| 14 | Тема 3.6. Проблемы и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями)                                 | 4 |          | 1        | 10         |          |                |
|    | <b>Итого за 4 семестр</b>                                                                                                                                                                            |   | <b>2</b> | <b>6</b> | <b>55</b>  | <b>9</b> | <b>экзамен</b> |
|    | <b>Итого часов:</b>                                                                                                                                                                                  |   | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>121</b> | <b>9</b> |                |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Перечень примерных контрольных вопросов к зачету и экзамену:**

1. Анализ и соотношение основных понятий в области теории и методики физкультурно-оздоровительной деятельности.
2. Аналитическая характеристика профессиональных компетенций магистра по СТФОД.
3. Физкультурно-оздоровительная деятельность – системообразующий фактор ЗОЖ.
4. Цели и задачи мониторинга физического воспитания человека в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.
5. Характеристика понятия «Физическое состояние» и дифференцированный анализ его составляющих.
6. Анализ факторов, определяющих физическое состояние человека.



7. Взаимосвязь физкультурно-спортивной активности с физической рекреацией, состоянием здоровья и работоспособностью.
8. Наиболее характерные тесты, физические упражнения контроля физической подготовленности лиц различных возрастно-половых групп.
9. Технология составления «Паспорта здоровья».
10. Аналитическая характеристика ФОТ, направленных на профилактику заболеваний (коррекция нарушений) в учебных заведениях различного типа.
11. Современное состояние физической культуры и спорта различных слоев населения.
12. Аналитическая оценка роли и значения физической культуры и спорта в социально-психологической реабилитации.
13. Современное представление о мировом культурно-спортивном движении «Spechial Olimpic» и отечественном по типу «SPART».
14. Современные представления о направленности и типичном составе средств в ФОД инвалидов в России и за рубежом.
15. Аналитическая характеристика основных средств, используемых в физкультурно-оздоровительной деятельности инвалидов.
16. Аналитическая характеристика основных форм занятий физическими упражнениями, применяемых в дошкольном возрасте.
17. Аналитическая характеристика содержания и форм занятий в рамках семейного физического воспитания.
18. Теоретико-методическая конкретизация программно-нормативных основ и современных программ физического воспитания детей дошкольного возраста.
19. Детализированная характеристика содержания, форм (способов) построения ФОТ, их структура и типология в зависимости от возрастно-половых и сенситивных (чувствительных) периодов развития детей и молодежи школьного возраста.
20. Современные представления о ФОД в процессе оптимизации физического состояния детей и молодежи школьного возраста на основе методики занятий комплексного типа.
21. Актуальные проблемы планирования основных параметров нагрузок на отдельном занятии и по этапам различной продолжительности в системе среднего общего образования.
22. Актуальные проблемы дополнительного физкультурно-спортивного образования детей и учащейся молодежи школьного возраста.
23. Концептуальные подходы органического сочетания обязательного курса физического воспитания и самодеятельного физкультурно-спортивного движения в средних специальных учебных заведениях и в системе высшего образования.
24. Аналитическая характеристика государственных программ физического воспитания студентов.
25. Аналитическая характеристика содержания и методические особенности физического воспитания в основном отделении ССУЗ и ВУЗа.

26. Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в специальном отделении ССУЗ и ВУЗа.
27. Актуальная характеристика путей приобщения основных социально-демографических групп взрослого населения к физкультурно-оздоровительной деятельности.
28. Современные тенденции использования различных средств, факторов ФК, их комплексирование в процессе физкультурной деятельности взрослого населения.
29. Актуальные теоретико-методические проблемы физкультурно-кондиционной тренировки с лицами взрослого населения.
30. Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической культуры различных социально-демографических групп взрослого населения.
31. Актуальная характеристика организационно-методических условий комплексирования различных видов физкультурной деятельности взрослых с гигиеническими и естественно-средовыми факторами.
32. Аналитическая характеристика и оценка физкультурно-оздоровительных систем (технологии): Н.М. Амосова, К. Купера, П. Иванова, А.А. Микулина, А.М. Стрельниковой, «Контрекс», «Изотон» и др.
33. Проблемы и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями).
34. Анализ содержания физкультурно-оздоровительной работы в условиях туристических походов и путешествий, на базе различных типов физкультурно-оздоровительных центров, на предприятиях, по месту жительства, в местах массового отдыха.
35. Организационно - методические условия комплексирования видов физкультурно-рекреационной деятельности в процессе спортивно-оздоровительного туризма.
36. Актуальные проблемы конструирования рекреационно-оздоровительных циклов обслуживания туристов.
37. Аналитическая характеристика рекреационно-оздоровительной деятельности в учреждениях санаторно-курортного профиля.
38. Технология организации и проведения рекреационно-оздоровительного тура ( на примере туристских маршрутов и туристско-краеведческих поездок).
39. Аналитическая характеристика различных видов физической рекреации и возрастание популярности форм рекреации типа «out door» туризма.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

- 1.Максименко А.М. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2009. - 492 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=172870&DocQuerID=11774786&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 2.Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 и специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163648&DocQuerID=11774788&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 3.Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102, 032103 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 429 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184911&DocQuerID=11774793&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
- 7.Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : доп. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культура / Ю.Н. Федотов, И.Е. Востоков ; [под ред. В.А. Таймазова]. - [2-е изд., испр. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2008. - 463 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182423&DocQuerID=11774795&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) Дополнительная литература:

- 2.Загорская, Л.М. Теория и практика социально-культурного сервиса: учебное пособие / Л.М. Загорская ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Новосибирский государственный технический университет. - Новосибирск : НГТУ, 2013. - 78 с. - ISBN 978-5-7782-2239-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228892> (30.01.2018).
- 3.Сонькин В.Д. Развитие мышечной энергетики и работоспособности в онтогенезе / В.Д. Сонькин, Р.В. Тамбовцева ; Рос. акад. образования, Ин-т

возрастной физиологии. - М.: URSS: [Либроком], [2011]. - 365 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=191553&DocQuerID=11774803&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>  
4. Теория и организация адаптивной физической культуры: [В 2 т.]: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032102 и студентов техникумов и колледжей обучающихся по специальности 050721. Т.1. Введение в специальность. История и общ. характеристика адапт. физ. культуры / ред. Евсеев С.П. - М.: Сов. спорт, 2005. - 291 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=148392&DocQuerID=11774805&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>  
5. Физическая рекреация: учебник для студ. учреждений высш. образования / [Г.П. Виноградов, Е.А. Ивченко, Е.В. Ивченко и др.]; под ред. Г.П. Виноградова, Е.А. Ивченко. - М.: Издательский центр «Академия», 2015. - 238 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=264007&DocQuerID=11774807&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>  
6. Шаруненко, Ю.М. Рекреационный туризм: учебно-методическое пособие / Ю.М. Шаруненко; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел: МАБИБ, 2014. - 102 с. - Библиогр. в кн.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428635>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.russiatourism.ru/> – сайт Федерального агентства по туризму.
2. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
3. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
4. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
5. <http://www.oturbiznese.ru/> – туризм и гостиничное хозяйство.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
  - *Электронные библиотечные системы:*
    - «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
    - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).
  - *Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*
    - Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).
    - Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))
    - Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))
    - Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))
    - Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
  - *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*
    - Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))
    - Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» для обучающихся Факультета магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Теория, методика и технологии фитнеса» 2 курса заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3,4 семестры заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                                                                                      | Максимальное количество баллов |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Опрос по теме «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности как учебный предмет магистерской программы»                                                                                                                   | 5                              |
| 2 | Опрос по теме «Современные концепции здоровья и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации»                                                                                                                                         | 5                              |
| 3 | Опрос по теме «Современные представления о мониторинге физического состояния различных социально-демографических групп населения»                                                                                                             | 5                              |
| 3 | Выступление с докладом по теме: «Современные представления о количественных показателях, критериях и способах оценки (контроля и самоконтроля), физкультурно-оздоровительной деятельности основных социально-демографических групп населения» | 10                             |
| 4 | Написание и защита рефератов на тему: «Актуальные проблемы профилактики наиболее распространенных заболеваний и физкультурно-оздоровительной деятельности (технологии) инвалидов»                                                             | 10                             |
| 5 | Опрос по теме: «Детализированная характеристика физкультурно-оздоровительной деятельности с                                                                                                                                                   | 5                              |

|    |                                                                                                                                                                                                                                               |                       |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
|    | <i>детьми дошкольного возраста»</i>                                                                                                                                                                                                           |                       |
| 6  | <i>Опрос по теме: «Детализированная характеристика ФОД в зависимости от возрастно-половых периодов развития детей и молодежи школьного возраста»</i>                                                                                          | 5                     |
| 7  | <i>Выполнение практического задания по теме «Перспективы внедрения современных физкультурно-оздоровительных технологий в систему среднего специального образования и в процесс физического совершенствования студенческой молодежи»</i>       | 10                    |
| 8  | <i>Выполнение практического задания по теме: «Аналитическая характеристика и оценка физкультурно-оздоровительных систем (технологии): Н.М. Амосова, К. Купера, П. Иванова, А.А. Микулина, А.М. Стрельниковой, «Контрекс», «Изотон» и др.»</i> | 10                    |
| 9  | <i>Подготовка и защита реферата по теме: «Проблемы и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями)»</i>                                     | 10                    |
| 10 | <i>Посещение занятий</i>                                                                                                                                                                                                                      | 5                     |
| 11 | <i>экзамен</i>                                                                                                                                                                                                                                | 20                    |
|    | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                                                                                  | <b>100<br/>баллов</b> |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.05 «Современные технологии физкультурно-оздоровительной  
деятельности»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Теория, методика и технологии фитнеса»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часа.**

**2. Семестр освоения дисциплины (модуля): 3,4 семестры заочная форма обучения.**

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** углубление и расширение теоретико-практической и научно-педагогической подготовленности магистрантов в области психолого-педагогических аспектов рекреационной деятельности с использованием инновационных подходов в образовании, соответствующих требованиям уровня магистерской квалификации.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения бакалавров по дисциплине                                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                 | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                                            | 3                                              | 4                      |
| ПК-2             | Способен к планированию и выполнению прикладных работ теоретического и экспериментального характера по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.1.          | Знает основы планирования и организации теоретических и экспериментальных работ в области физической культуры и спорта                                                       |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.2.          | Знает способы определения проблемных ситуаций в образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                                          |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.3.          | Умеет формулировать проблемы теоретического и экспериментального характера в сфере физической культуры и спорта                                                              |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.4.          | Умеет определять наиболее эффективные способы разрешения теоретических и экспериментальных проблем в области физической культуры и спорта                                    |                                                | 3,4                    |
| ПК-2.5.          | Владеет технологией, планированием, организацией и способами решения проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта                                              |                                                | 3,4                    |

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
заочная форма обучения**

| № | Раздел дисциплины .                                                                                                                                     | семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации<br>(по семестрам) |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|--------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                         |         | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                  |
| 1 | <b>Раздел 1. Введение в магистерскую программу СТФОД.</b>                                                                                               | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |
| 2 | Тема 1.1. «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности» как учебный предмет магистерской программы                                 | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |
| 3 | <b>Раздел 2. Современные концепции мониторинга физического состояния, как раздел «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности»</b> | 3       | 2                                                                                      | 2                         | 54                     |          |                                                  |
| 4 | Тема 2.1. Современные концепции здоровья и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации                                                         | 3       |                                                                                        | 1                         | 13                     |          |                                                  |
| 5 | Тема 2.2. Современные представления о мониторинге физического состояния различных социально-демографических групп населения                             | 3       | 2                                                                                      |                           | 12                     |          |                                                  |

|    |                                                                                                                                                                                                                       |          |          |          |           |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|-----------|--|--|
| 6  | Тема 2.3. Современные представления о количественных показателях, критериях и способах оценки (контроля и самоконтроля), физкультурно-оздоровительной деятельности основных социально-демографических групп населения | 3        |          | 1        | 14        |  |  |
| 7  | Тема 2.4. Актуальные проблемы профилактики наиболее распространенных заболеваний и физкультурно-оздоровительной деятельности (технологии) инвалидов                                                                   | 3        |          |          | 15        |  |  |
|    | <b>Итого за 3 семестр</b>                                                                                                                                                                                             | <b>3</b> | <b>4</b> | <b>2</b> | <b>66</b> |  |  |
| 8  | <b>Раздел 3. Современные представления о возрастных аспектах физкультурно-оздоровительной деятельности</b>                                                                                                            | 4        | 2        | 6        | 55        |  |  |
| 9  | Тема 3.1. Детализированная характеристика физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми дошкольного возраста                                                                                                     | 4        |          | 1        | 8         |  |  |
| 10 | Тема 3.2. Детализированная характеристика ФОД в зависимости от возрастнополовых периодов развития детей и молодежи школьного возраста                                                                                 | 4        |          | 1        | 9         |  |  |
| 11 | Тема 3.3. Перспективы внедрения современных физкультурно-оздоровительных технологий в систему среднего специального образования и в процесс физического совершенствования студенческой молодежи                       | 4        |          | 1        | 6         |  |  |
| 12 | Тема 3.4. Состояние и перспективы развития физкультурно-оздоровительных технологий у различных социально-демографических групп взрослого населения                                                                    | 4        | 2        | 1        | 11        |  |  |

|    |                                                                                                                                                                                                      |   |          |          |            |          |                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------|----------|------------|----------|----------------|
| 13 | Тема 3.5. Аналитическая характеристика и оценка физкультурно-оздоровительных систем (технологии): Н.М. Амосова, К. Купера, П. Иванова, А.А. Микулина, А.М. Стрельниковой, «Контрекс», «Изотон» и др. | 4 |          | 1        | 11         |          |                |
| 14 | Тема 3.6. Проблемы и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями)                                 | 4 |          | 1        | 10         |          |                |
|    | <b>Итого за 4 семестр</b>                                                                                                                                                                            |   | <b>2</b> | <b>6</b> | <b>55</b>  | <b>9</b> | <b>экзамен</b> |
|    | <b>Итого часов:</b>                                                                                                                                                                                  |   | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>121</b> | <b>9</b> |                |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра физиологии**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.06 Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, доктор биологических наук, профессор,  
Ио зав. кафедрой физиологии РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины**

**Цель** освоения дисциплины «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки» - дать магистрантам научное представление о физиологических механизмах сохранения и укрепления здоровья средствами физической тренировки, ее сходствах и отличиях от спортивной тренировки, способах дозирования, учета, контроля и оптимизации физической нагрузки в процессе оздоровительной тренировки различного характера с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1) сформировать у магистрантов базовое представление о физиологических основах сохранения здоровья с учетом возрастных особенностей;
- 2) изучить особенности развития физиологических функций на разных этапах онтогенеза
- 3) изучить оздоровительные механизмы физической культуры для противодействия сердечно-сосудистым заболеваниям;
- 4) сформировать ясное представление о влиянии физической тренировки на респираторные заболевания человека;
- 5) сформировать у магистрантов ясное представление о возрастных особенностях оздоровительной физической культуры.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки» относится к дисциплинам части блока 1, формируемой участниками образовательного процесса, магистерской программы «Фитнес-инноватика».

Полученные в процессе освоения данной дисциплины знания помогут формированию естественно-научного мировоззрения и основ медико-биологического мышления выпускника, повышению его профессиональной компетентности. Изучение данного курса тесно связано с такими ранее изученными базовыми дисциплинами как «Физиология человека», «Физиология спорта», «Анатомия», «Психология», «Биомеханика», «Педагогика» и исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к практической и научной деятельности в современных условиях.



### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции                                                                      | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                               | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                                                                                       | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                                                                                     | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                              | 6                           | 7                      |
| <b>УК-2</b><br><i>Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</i> | УК-2.1. Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующего деятельность в области физической культуры и спорта;                                                                                                                                                                                 |                                                |                             | 3                      |
|                                                                                       | УК-2.2. Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП |                                                |                             | 4                      |
|                                                                                       | УК-2.3. Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.                                                                                                                                                                                                                       |                                                |                             | 4                      |

### 4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часов.

Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                   |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
|   |                   |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |   |   |    |  |  |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|----|--|--|
| 1 | <b>Раздел 1. Введение. Понятия физиологии здоровья</b><br>Тема 1.1. Понятия: здоровье, физическая активность, здоровый образ жизни, продолжительность жизни, заболеваемость. Факторы здоровья. Адаптация к физической активности.<br>Тема 1.2. Основные причины смертности в мире и в России, связь с двигательной активностью.                                                  | 3 | 2 |   | 30 |  |  |
| 2 | <b>Раздел 2. Развитие физиологических функций на разных этапах онтогенеза</b><br>Тема 2.1. Этапы роста и развитие организма.<br>Тема 2.2. Возрастное развитие центральной нервной системы<br>Тема 2.3. Возрастное развитие нервно-мышечной системы<br>Тема 2.4. Возрастное развитие сердечно сосудистой системы<br>Тема 2.5. Возрастные особенности метаболизма и обмена веществ | 3 | 2 | 2 | 36 |  |  |
|   | <b>Итого 3 семестр: 72</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   | 4 | 2 | 66 |  |  |
| 3 | <b>Раздел 3. Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях</b><br>Тема 3.1. Строение и функции системы кровообращения. Заболевания системы кровообращения<br>Тема 3.2. Стресс, физиология стресса. Антистрессовые механизмы физической тренировки<br>Тема 3.3. Антиатерогенные механизмы регулярных физических нагрузок                     | 4 |   | 2 | 20 |  |  |
| 4 | <b>Раздел 4. Механизмы влияния физической тренировки на респираторные заболевания</b><br>Тема 4.1. Связь респираторных заболеваний с величиной физической нагрузки.<br>Тема 4.2. Механизмы иммунодепрессии у спортсменов.<br>Тема 4.3. Рекомендации по предупреждению респираторных заболеваний у спортсменов                                                                    | 4 |   | 2 | 20 |  |  |
| 5 | <b>Раздел 5. Возрастные особенности оздоровительной</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4 |   | 4 | 15 |  |  |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |          |           |            |          |                |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|-----------|------------|----------|----------------|
|          | <b>физической культуры</b><br>Тема 5.1. Физиологические основы, цели и средства оздоровительной физкультуры в детском и юношеском возрасте<br>Тема 5.2. Физиологические основы, цели и средства оздоровительной физкультуры в пожилом возрасте.<br>Тема 5.3. Половые и конституциональные особенности организма человека. Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки. |  |          |           |            |          |                |
|          | <b>Итого 4 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |          | <b>8</b>  | <b>55</b>  | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |
| <b>6</b> | <b>Итого часов: 144 часа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | <b>4</b> | <b>10</b> | <b>121</b> | <b>9</b> |                |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине для студентов очной и заочной формы обучения

1. Понятия: здоровье, физическая активность, здоровый образ жизни, продолжительность жизни, заболеваемость.
2. Факторы внешней внутренней среды, влияющие на здоровье.
3. Адаптация к физической активности.
4. Основные причины смертности в высокоразвитых странах
5. Заболеваемость и смертность у физически активных лиц
6. Этапы роста и развитие организма.
7. Возрастное развитие центральной нервной системы
8. Возрастное развитие нервно-мышечной системы
9. Возрастное развитие сердечно сосудистой системы
10. Возрастные особенности метаболизма и обмена веществ
11. Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях
12. Строение и функции системы кровообращения. Заболевания системы кровообращения
13. Стресс, физиология стресса.

14. Антистрессовые механизмы физической тренировки
15. Антиатерогенные механизмы регулярных физических нагрузок
16. Механизмы влияния физической тренировки на респираторные заболевания
17. Связь респираторных заболеваний с величиной физической нагрузки.
18. Механизмы иммунодепрессии у спортсменов.
19. Рекомендации по предупреждению респираторных заболеваний у спортсменов
20. Возрастные особенности оздоровительной физической культуры
21. Противовоспалительные эффекты оздоровительной физкультуры.
22. Особенности нарушения метаболизма при ожирении.
23. Нормы оздоровительной физкультуры при ожирении.
24. Стресс в механизме развития иммунодепрессии.
25. Рекомендации к личной гигиене и режиму дня для предупреждения заболеваний спортсменов
26. Цели и средства физкультуры в детском и юношеском возрасте
27. Цели и средства оздоровительной физкультуры в пожилом возрасте.
28. Влияние половых и конституциональных особенностей организма человека на выбор физической тренировки
29. Влияние возрастных особенностей на виды и режимы физической тренировки
30. Особенности индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### **а) Основная литература:**

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 9-е изд. — М. : Спорт, 2020 .— 624 с. : ил. — ISBN 978-5-907225-17-6 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641356>
2. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль : учеб. для студентов мед. вузов : рек. УМО по мед. и фармацевт. образованию вузов России / В.И. Дубровский. - М.: Мед. информ. агентство, 2006. - 597 с.  
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=10617&DocQuerID=11774827&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11774827](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=10617&DocQuerID=11774827&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11774827&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11774827)
3. Захарьева, Н.Н. Спортивная физиология : курс лекций : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101, 032102 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Н.Н. Захарьева. - М.: Физ. культура, 2012. - 282 с.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=228843&DocQuerID=11774829&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

б) *Дополнительная литература:*

1. Уилмор, Д. Физиология спорта : пер. с англ. / Уилмор Джек, Костиц Дзвид. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=109280&DocQuerID=11774833&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Завьялов, А.И. Новые теории деятельности сердца и мышечного сокращения : монография / А.И. Завьялов ; М-во образования и науки РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева". - Красноярск, 2015. - 386 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=252181&DocQuerID=11774834&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Апанасенко, Г.Л. Книга о здоровье: прогресс или тупик? : [размышления по поводу кн. Булич Э.Г. и Муравова И.В. "Здоровье человека"] / Г.Л. Апанасенко // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2007. - № 3. - С. 66-68  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186354&DocQuerID=11774841&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Сонькин, В.Д. Принцип природосообразности в физическом воспитании детей и подростков / В.Д. Сонькин, С.П. Левушкин // Фундаментальные и прикладные исследования физической культуры, спорта, олимпизма: традиции и инновации : (ГЦОЛИФК, 1918-2017) / [под общ. ред. В.И. Столярова] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2017. - Т. 1. - С. 155-167  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=264732&DocQuerID=11774842&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- *Электронные библиотечные системы:*

- 1) Электронная библиотечная система «Руконт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

- 2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*-Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- [Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных \(minsport.gov.ru\)](http://minsport.gov.ru)

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

Освоение дисциплины предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.
2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

*Приложения к рабочей программе дисциплины*

**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**по дисциплине «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки» для обучающихся Факультета магистерской подготовки, направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура», направленности (профилю): «Фитнес-инноватика» 2 курса заочной формы обучения**

**I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: физиологии

Сроки изучения дисциплины: 3, 4 семестры для заочная формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ  
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

**Заочная форма обучения**

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля</b>                                                                                      | <b>Сроки<br/>провед-я</b> | <b>Макс.<br/>кол-во<br/>баллов</b> |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------|
| 1        | Рукописный реферат по разделу «Понятия физиологии здоровья»                                                        |                           | 20                                 |
| 2        | Контрольная работа по разделу «Развитие физиологических функций на разных этапах онтогенеза»                       |                           | 20                                 |
| 3        | Рукописный реферат по разделу «Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях» |                           | 20                                 |
| 4        | Контрольная работа по разделу «Механизмы влияния физической тренировки на респираторные заболевания»               |                           | 20                                 |
| 5        | Рукописный реферат по разделу «Возрастные особенности оздоровительной физической культуры»                         |                           | 10                                 |
| 6        | Посещение занятий                                                                                                  |                           | 10                                 |
|          | <b>ИТОГО</b>                                                                                                       |                           | <b>100</b>                         |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия для очной и заочной формы*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля</b>                                                                                      | <b>Сроки<br/>провед-я</b> | <b>Макс.<br/>кол-во<br/>балло<br/>в</b> |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|
| 1        | Рукописный реферат «Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях»            |                           | 20                                      |
| 2        | Рукописный реферат по разделу «Развитие физиологических функций на разных этапах онтогенеза»                       |                           | 20                                      |
| 3        | Рукописный реферат по разделу «Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях» |                           | 20                                      |
| 4        | Рукописный реферат по разделу «Механизмы влияния физической тренировки на респираторные заболевания»               |                           | 20                                      |
| 5        | Конспект лекций по пропущенной теме                                                                                |                           | 10                                      |

**III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**



Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

##### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»»



**Факультет магистерской подготовки**  
**Кафедра Физиологии**

**АННОТАЦИЯ**  
**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.06 Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки»**

Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"

Направленность: Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024

**1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц**

## 2. Семестр(ы) освоения дисциплины: и 3,4 семестр для заочной формы

### 3. Цель освоения дисциплины:

Цель освоения дисциплины «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки» - дать магистрантам научное представление о физиологических механизмах сохранения и укрепления здоровья средствами физической тренировки, ее сходствах и отличиях от спортивной тренировки, способах дозирования, учета, контроля и оптимизации физической нагрузки в процессе оздоровительной тренировки различного характера с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

| Шифр компетенции                                                                      | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                               | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                                                                                       | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                                                                                     | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                              | 6                           | 7                      |
| <b>УК-2</b><br><i>Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла</i> | УК-2.1. Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующего деятельность в области физической культуры и спорта;                                                                                                                                                                                 |                                                |                             | 3                      |
|                                                                                       | УК-2.2. Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП |                                                |                             | 4                      |
|                                                                                       | УК-2.3. Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.                                                                                                                                                                                                                       |                                                |                             | 4                      |

### 5. Краткое содержание дисциплины:

## Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | <b>Раздел 1. Введение. Понятия физиологии здоровья</b><br>Тема 1.1. Понятия: здоровье, физическая активность, здоровый образ жизни, продолжительность жизни, заболеваемость. Факторы здоровья. Адаптация к физической активности.<br>Тема 1.2. Основные причины смертности в мире и в России, связь с двигательной активностью.                                                  | 3       | 2                                                                                                                       |                           | 30                     |          |                                               |
| 2 | <b>Раздел 2. Развитие физиологических функций на разных этапах онтогенеза</b><br>Тема 2.1. Этапы роста и развитие организма.<br>Тема 2.2. Возрастное развитие центральной нервной системы<br>Тема 2.3. Возрастное развитие нервно-мышечной системы<br>Тема 2.4. Возрастное развитие сердечно сосудистой системы<br>Тема 2.5. Возрастные особенности метаболизма и обмена веществ | 3       | 2                                                                                                                       | 2                         | 36                     |          |                                               |
|   | <b>Итого 3 семестр: 72</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |         | <b>4</b>                                                                                                                | <b>2</b>                  | <b>66</b>              |          |                                               |
| 3 | <b>Раздел 3. Оздоровительные механизмы физической культуры при сердечно-сосудистых заболеваниях</b><br>Тема 3.1. Строение и функции системы кровообращения. Заболевания системы кровообращения<br>Тема 3.2. Стресс, физиология стресса. Антистрессовые механизмы физической тренировки<br>Тема 3.3. Антиатерогенные механизмы регулярных физических                              | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 20                     |          |                                               |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |   |    |     |   |                |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|-----|---|----------------|
|   | нагрузок                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |   |    |     |   |                |
| 4 | <b>Раздел 4. Механизмы влияния физической тренировки на респираторные заболевания</b><br>Тема 4.1. Связь респираторных заболеваний с величиной физической нагрузки.<br>Тема 4.2. Механизмы иммунодепрессии у спортсменов.<br>Тема 4.3. Рекомендации по предупреждению респираторных заболеваний у спортсменов                                                                                                                                  | 4 |   | 2  | 20  |   |                |
| 5 | <b>Раздел 5. Возрастные особенности оздоровительной физической культуры</b><br>Тема 5.1. Физиологические основы, цели и средства оздоровительной физкультуры в детском и юношеском возрасте<br>Тема 5.2. Физиологические основы, цели и средства оздоровительной физкультуры в пожилом возрасте.<br>Тема 5.3. Половые и конституциональные особенности организма человека. Выбор индивидуально-оптимального режима оздоровительной тренировки. | 4 |   | 4  | 15  |   |                |
|   | <b>Итого 4 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |   | 8  | 55  | 9 | <b>Экзамен</b> |
| 6 | <b>Итого часов: 144 часа</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   | 4 | 10 | 121 | 9 |                |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки  
Кафедра физиологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.07 Теория и технология медико-биологических измерений в  
физкультурно-оздоровительной деятельности»**

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность: Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Мельников Андрей Александрович, доктор биологических наук, профессор,  
и.о. заведующего кафедрой физиологии.

**1. Цель** освоения дисциплины «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности» - формирование теоретических основ и практических навыков медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1) сформировать у магистрантов базовые представления об основных принципах и методах измерений свойств и функций человека;
- 2) изучить технологии измерения общей и специальной работоспособности в лабораторных и полевых условиях;
- 3) сформировать ясные представления о принципах и методах биохимических измерений в области физкультуре и спорте;
- 4) ознакомить магистрантов с измерением функционального состояния сердечно-сосудистой системы и сердечного ритма;
- 5) сформировать у магистрантов адекватное представление об основных теоретических концепциях синдрома перетренировки и методических подходах его диагностики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Б1.В.07 Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1 магистерской программы по направлению подготовки: 49.04.01 «Физическая культура», направленности: «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности» закладывает теоретические естественно-научные знания и формирует базовые практические умения и навыки необходимые проведения медико-биологических измерений в области физкультурно-оздоровительной деятельности и способствует повышению их профессиональных компетенций. Полученные знания и навыки могут быть использованы при выполнении научно-исследовательской, учебно-практической, физкультурно-оздоровительной практической деятельности.

Данная дисциплина естественным образом связана в единую систему знания с такими ранее изученными дисциплинами, как «Физиология», «Спортивная физиология», «Спортивная медицина», «Биохимия», «Анатомия», «Технология научных исследований в физической культуре», «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки», что исключительно важно для подготовки специалистов высокого профессионального уровня, готовых к педагогической и научной деятельности на современном уровне в сфере физической культуры и спорта. В свою данная дисциплина помогает освоению на последующих этапах обучения таких дисциплин и модулей, как «Логика научного исследования», «Теория и методика эмпирического исследования», а



также с «Научно-педагогической практикой, «Преддипломная практика», «Профессионально-ориентированная практика» и «Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                      | Этап формирования компетенции (№ семестра) |                             |                        |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                       | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                          | 6                           | 7                      |
| УК-2             | Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.                                                                                                                                                                                                                                            |                                            |                             |                        |
|                  | УК-2.1. Знает законодательство Российской Федерации, регламентирующего деятельность в области физической культуры и спорта;                                                                                                                                                                                 |                                            |                             | 1                      |
|                  | УК-2.2. Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП |                                            |                             | 2                      |
|                  | УК-2.3. Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.                                                                                                                                                                                                                       |                                            |                             | 2                      |

### 4. Структура и содержание дисциплины «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единицы, 288 академических часов.

## Заочная форма обучения

| Наименование<br>тем и разделов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Курс | Виды учебной работы,<br>вкл. самостоятельную<br>работу, обучаясь в<br>соответствии с учебным планом |                                 |                           |          | Форма<br>промежуточной<br>аттестации (по<br>семестрам) |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------|--------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |      | Занятия<br>лекционного<br>типа                                                                      | Занятия<br>семинарского<br>типа | Самостоятельная<br>работа | Контроль |                                                        |
| <b>Раздел 1. Теоретические основы медико-биологических измерений</b><br>Тема 1.1. Организм человека как объекта измерений<br>Тема 1.2. Понятие нормы и патологии функционирования организма. Основные понятия в метрологии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      | 2                                                                                                   |                                 | 62                        |          |                                                        |
| <b>Раздел 2. Технологии измерения физических способностей в физкультурно-оздоровительной деятельности</b><br>Тема 2.1. Биоимпедансные методы анализа состава тела.<br>Тема 2.2. Методы определения общей и специальной работоспособности.<br>Тема 2.2. Лабораторное тестирование работоспособности: МПК, ПАНО, PWC170, Гарвардский степ-тест.<br>Тема 2.3. Полевое тестирование специальной работоспособности<br>Тема 2.4. Методы определения скоростно-силовых способностей: тест на максимальную анаэробную мощность, тестирование скорости бега, тестирование силовых способностей с помощью динамометрии, прыжковые тесты<br>Тема 2.5. Диагностика двигательного-координационных способностей: тестирование динамического и статического равновесия позы, тестирование скорости двигательной реакции, диагностика точности движений<br>Тема 2.6. Методика дозирования физической нагрузки с помощью мониторов ЧСС | 1    | 4                                                                                                   | 2                               | 110                       |          |                                                        |
| Итого 1 семестр                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |      | 6                                                                                                   | 2                               | 172                       |          |                                                        |
| <b>Раздел 3. Биохимические методы в физкультуре и спорте.</b><br>Тема 3.1. Методы оценки показателей красной крови<br>Тема 3.2. Биохимическая диагностика в физкультуре и спорте (лактат, ионный состав, фибриноген, ферритин, глюкоза, гормоны)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2    |                                                                                                     | 4                               | 30                        |          |                                                        |
| <b>Раздел 4. Методы определения состояния сердечно-сосудистой системы и регуляции сердечного ритма</b><br>Тема 4.1. Диагностика спортивной гипертрофии миокарда с помощью эхокардиограммы<br>Тема 4.2. Диагностика предпатологических состояний                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2    |                                                                                                     | 4                               | 30                        |          |                                                        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |    |     |    |         |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|-----|----|---------|--|
| сердца с помощью системы «Кардиовизор»<br>Тема 4.3. Диагностика автономной системы с помощью<br>вариабельности артериального давления и ритма сердца                                                                                                                                                                                          |   |    |     |    |         |  |
| <b>Раздел 5. Диагностика синдрома перетренировки</b><br>Тема 5.1. Диагностика перетренировки на основе<br>биохимических показателей крови<br>Тема 5.2. Диагностика перетренировки на основе<br>вариабельности ритма сердца и вариабельности<br>артериального давления<br>Тема 5.3. Диагностика перетренировки на основе<br>нагрузочных тестов | 2 |    | 2   | 29 |         |  |
| <b>Итого 2 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |    | 10  | 89 |         |  |
| <b>Итого 288 часов</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 6 | 12 | 261 | 9  | экзамен |  |

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности»

### Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине для студентов очной формы обучения на 1 курсе.

1. Раскройте особенности организм человека как объекта измерений
2. Опишите понятие нормы и патологии функционирования систем организма
3. Раскройте основные понятия в метрологии: методы измерения, погрешность измерения, воспроизводимость, валидность метода.
4. Опишите биоимпедансные методы анализа состава тела.
5. Опишите методы определения общей и специальной работоспособности.
6. Опишите тестирование работоспособности: определение МПК, ПАНО, PWC170, Гарвардский степ-тест.
7. Раскройте особенности полевого тестирования специальной работоспособности
8. Методы определения скоростно-силовых способностей: тест на максимальную анаэробную мощность, тестирование скорости бега, тестирование силовых способностей с помощью динамометрии, прыжковые тесты
9. Диагностика двигательного-координационных способностей: тестирование динамического и статического равновесия позы, тестирование скорости двигательной реакции, диагностика точности движений

- 10.Опишите технологию дозирования физической нагрузки с помощью мониторов ЧСС.
- 11.Раскройте значение биохимических методов исследования в физкультуре и спорте (лактат, ионный состав, фибриноген, ферритин, глюкоза, гормоны)
- 12.Методы оценки показателей красной крови: гемоглобин, эритроциты, гематокрит, ферритин,
- 13.Опишите эффективные методы определения состояние сердечно-сосудистой системы и регуляции сердечного ритма.
- 14.Диагностика спортивной гипертрофии миокарда с помощью эхокардиограммы
- 15.Назначение диагностической системы «Кардиовизор».
- 16.Назначение методов оценки автономной системы с помощью вариабельности артериального давления и ритма сердца у спортсменов.
- 17.Сущность синдрома перетренировки.
- 18.Диагностика перетренировки на основе биохимических показателей кров
- 19.Диагностика перетренировки на основе вариабельности ритма сердца и вариабельности артериального давления.
- 20.Диагностика перетренировки на основе нагрузочных тестов

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) основная литература:**

1. Мак-Дугалл Дж. Д., Уэнгер Г.Э., Грин Г. Дж. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса // Киев: Олимпийская литература, 1998. — 431 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=101228&DocQuerID=11774859&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Белоцерковский З. Б. Эргометрические и кардиологические критерии физической работоспособности у спортсменов / З. Б. Белоцерковский. - [2-е изд., доп.]. - Москва: Изд-во Советский спорт, 2009. - 348 с .  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=316783&DocQuerID=11774860&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Занковец, В. Э. Энциклопедия тестирований [Электронный ресурс] : монография / В. Э. Занковец .— М. : Спорт, 2016 .— 457 с. : ил. — Библиогр.: с. 443-453 .— ISBN 978-5-906839-49-7 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641381>

### **б) дополнительная литература:**

1. Фудин Н.А., Хадарцев А.А., Орлов В.А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте. Монография / Под ред. академика РАН

- А.И. Григорьева.– М.: Спорт, Человек, 2018.– 319 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=291951&DocQuerID=11774863&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Зациорский, В.М. Задачи по спортивной метрологии. Надежность тестов : метод. разраб. для ин-тов физ. культуры / В.М. Зациорский, З.М. Баранова, Б.А. Суслаков ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. - М., 1980. - 29 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=22638&DocQuerID=11774864&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  3. Физиология человека : в 3 т. / под. ред. Р. Шмидта, Г. Тевса, П.Г. Костюка. - 3-е изд. - М.: Мир, 2010. Т. 1. - 323 с. - ISBN 978-5-03-003832-2  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195736&DocQuerID=11774867&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  4. Физиология человека : в 3 т. / под. ред. Р. Шмидта, Г. Тевса, П.Г. Костюка. - 3-е изд. - М.: Мир, 2010. Т. 2. - 324-642 с. - ISBN 978-5-03-003833-9  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195740&DocQuerID=11774867&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  5. Физиология человека : в 3 т. / под. ред. Р. Шмидта, Г. Тевса, П.Г. Костюка. - 3-е изд. - М.: Мир, 2010. Т. 3. - 643-876 с. - ISBN 978-5-03-003834-6  
Уилмор Д., Костилл Д. Физиология спорта: пер. с англ. /. - Киев: Олимп. лит., 2001. - 503 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=195744&DocQuerID=11774867&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  6. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2013. - 216 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=215692&DocQuerID=11774869&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Рекомендуемые ресурсы Интернет для изучения курса:

<http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке.

<http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке

<http://www.edu.ru> – Российское образование – Федеральный портал

<http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам

<http://www.krugosvet.ru> - сетевая энциклопедия «Кругосвет»

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

– *Электронные библиотечные системы:*

1) Электронная библиотечная система «Рукопонт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

– *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

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

Освоение дисциплины предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**По дисциплине «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности» для обучающихся Факультета магистерской подготовки, 1 курса, направления подготовки 49.04.01 "Физическая культура", направленности (профилю): "Фитнес-инноватика" заочной форм обучения.**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физиологии

Сроки изучения дисциплины: 1 и 2 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ Заочная форма

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                                                                        | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максим. кол-во баллов |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------|
| 1 | Рукописный реферат по разделу «Теоретические основы медико-биологических измерений»                                                                                                                                             |                                                      | 10                    |
| 2 | Контрольная работа по теме «Методы определения общей и специальной работоспособности»                                                                                                                                           |                                                      | 15                    |
| 3 | Рукописный реферат по теме «Методы определения скоростно-силовых способностей: тест на максимальную анаэробную мощность, тестирование скорости бега, тестирование силовых способностей с помощью динамометрии, прыжковые тесты» |                                                      | 10                    |
| 4 | Контрольная работа по теме «Диагностика двигательных способностей: тестирование динамического и статического равновесия позы, тестирование скорости двигательной реакции, диагностика точности движений»                        |                                                      | 10                    |
| 5 | Рукописный реферат по разделу «Биохимические методы в физкультуре и спорте»                                                                                                                                                     |                                                      | 10                    |
| 6 | Контрольная работа по разделу «Методы определения состояния сердечно-сосудистой системы и регуляции сердечного ритма»                                                                                                           |                                                      | 15                    |
| 7 | Рукописный реферат по разделу «Диагностика синдрома перетренировки»                                                                                                                                                             |                                                      | 20                    |
| 8 | Конспект по пропущенной лекции                                                                                                                                                                                                  | В течение семестра                                   | 10                    |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                                                                    |                                                      | <b>100</b>            |



**Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия**

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>Сроки проведения</b> | <b>Макс. кол-во баллов</b> |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 1        | Рукописный реферат по разделу<br>«Теоретические основы медико-биологических измерений»                                                                                                                                                |                         | 10                         |
| 2        | Рукописный реферат по разделу<br>«Методы определения общей и специальной работоспособности»                                                                                                                                           |                         | 10                         |
| 3        | Рукописный реферат по разделу<br>«Методы определения скоростно-силовых способностей: тест на максимальную анаэробную мощность, тестирование скорости бега, тестирование силовых способностей с помощью динамометрии, прыжковые тесты» |                         | 10                         |
| 4        | Рукописный реферат по разделу<br>«Диагностика двигательного-координационных способностей: тестирование динамического и статического равновесия позы, тестирование скорости двигательной реакции, диагностика точности движений»       |                         | 10                         |
| 5        | Рукописный реферат по разделу<br>«Биохимические методы в физкультуре и спорте»                                                                                                                                                        |                         | 10                         |
| 6        | Конспект по пропущенной лекции                                                                                                                                                                                                        |                         | 10                         |
|          |                                                                                                                                                                                                                                       |                         |                            |

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

– По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом**

| Набранные баллы                    | <51                 | 51-60 | 61-67             | 68-84  | 85-93   | 94-100 |
|------------------------------------|---------------------|-------|-------------------|--------|---------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2                   |       | 3                 | 4      | 5       |        |
|                                    | Неудовлетворительно |       | Удовлетворительно | Хорошо | Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                   | E     | D                 | C      | B       | A      |

#### **Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости**

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

В процессе изучения курса предусмотрена подготовка рефератов с краткими научными сообщениями по актуальным проблемам физиологии регуляции движения, которые заслушиваются и обсуждаются на занятиях и являются одной из форм контроля самостоятельной работы студентов, а также выполнение письменных контрольных работ по разделам дисциплины.

Итоговая форма контроля – экзамен.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки  
Кафедра физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.07 Теория и технология медико-биологических измерений в  
физкультурно-оздоровительной деятельности»**

Направление подготовки: 49.04.01 «Физическая культура»

Направленность: Фитнес-инноватика

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 8 зачетные единицы (288 часов).

**2.Курс освоения дисциплины:** 1 курс, 1-2 семестр на заочной форме обучения.

**3. Цель освоения дисциплины** «Теория и технология медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности» - формирование теоретических основ и практических навыков медико-биологических измерений в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Для достижения указанной цели программа предусматривает решение следующих основных задач:

- 1) сформировать у магистрантов базовые представление об основных принципах и методах измерений свойств и функций человека;
- 2) изучить технологии измерения общей и специальной работоспособности в лабораторных и полевых условиях;
- 3) сформировать ясные представление о принципах и методах биохимических измерений в области физкультуре и спорте;
- 4) ознакомить магистрантов с измерением функционального состояния сердечно-сосудистой системы и сердечного ритма;
- 5) сформировать у магистрантов адекватное представление об основных теоретических концепциях синдрома перетренировки и методических подходах его диагностики.

#### **4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла.

#### **5.Краткое содержание дисциплины**

##### **Заочная форма обучения**

| Наименование тем и разделов                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Курс | Виды учебной работы, вкл. самостоятельную работу, обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м |                           |                        |          | Форма промежуточной атт-и (по семестрам) |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      | Занятия лекционного типа                                                          | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                          |
| <b>Раздел 1. Теоретические основы медико-биологических измерений</b><br>Тема 1.1. Организм человека как объекта измерений<br>Тема 1.2. Понятие нормы и патологии функционирования организма. Основные понятия в метрологии                                                                                                |      | 2                                                                                 |                           | 62                     |          |                                          |
| <b>Раздел 2. Технологии измерения физических способностей в физкультурно-оздоровительной деятельности</b><br>Тема. 2.1. Биоимпедансные методы анализа состава тела.<br>Тема. 2.2. Методы определения общей и специальной работоспособности.<br>Тема. 2.2. Лабораторное тестирование работоспособности: МПК, ПАНО, PWC170, | 1    | 4                                                                                 | 2                         | 110                    |          |                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |   |    |     |   |         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|-----|---|---------|
| Гарвардский степ-тест.<br>Тема. 2.3. Полевое тестирование специальной работоспособности<br>Тема. 2.4. Методы определения скоростно-силовых способностей: тест на максимальную анаэробную мощность, тестирование скорости бега, тестирование силовых способностей с помощью динамометрии, прыжковые тесты<br>Тема. 2.5. Диагностика двигательного-координационных способностей: тестирование динамического и статического равновесия позы, тестирование скорости двигательной реакции, диагностика точности движений<br>Тема. 2.6. Методика дозирования физической нагрузки с помощью мониторов ЧСС |   |   |    |     |   |         |
| <b>Итого 1 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   | 6 | 2  | 172 |   |         |
| <b>Раздел 3. Биохимические методы в физкультуре и спорте.</b><br>Тема 3.1. Методы оценки показателей красной крови<br>Тема 3.2. Биохимическая диагностика в физкультуре и спорте (лактат, ионный состав, фибриноген, ферритин, глюкоза, гормоны)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2 |   | 4  | 30  |   |         |
| <b>Раздел 4. Методы определения состояния сердечно-сосудистой системы и регуляции сердечного ритма</b><br>Тема 4.1. Диагностика спортивной гипертрофии миокарда с помощью эхокардиограммы<br>Тема 4.2. Диагностика предпатологических состояний сердца с помощью системы «Кардиовизор»<br>Тема 4.3. Диагностика автономной системы с помощью вариабельности артериального давления и ритма сердца                                                                                                                                                                                                  | 2 |   | 4  | 30  |   |         |
| <b>Раздел 5. Диагностика синдрома перетренировки</b><br>Тема 5.1. Диагностика перетренировки на основе биохимических показателей крови<br>Тема 5.2. Диагностика перетренировки на основе вариабельности ритма сердца и вариабельности артериального давления<br>Тема 5.3. Диагностика перетренировки на основе нагрузочных тестов                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 |   | 2  | 29  |   |         |
| <b>Итого 2 семестр</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   |   | 10 | 89  |   |         |
| <b>Итого 288 часов</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   | 6 | 12 | 261 | 9 | экзамен |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.08 Теория и методика физической рекреации**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

**49.04.01 «Физическая культура»**

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Петрачева Ирина Витальевна – кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры рекреации и спортивно-оздоровительного туризма РГУФКСМиТ

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля): помочь магистрантам усвоить и осмыслить основы теории и методики физической рекреации; сформировать общее и целостное представление о характере, содержании, особенностях организации и проведения мероприятий рекреативно-оздоровительной направленности; способствовать формированию у магистрантов правильного общего и целостного представления о сущности физической рекреации и влиянии рекреационной деятельности на профессиональные и личностные достижения; показать роль физической рекреации в жизни всех слоев населения и взаимосвязь с культурой, образованием, политикой, экономикой и другими социальными явлениями в жизни современного человека.

Курс реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Теория и методика физической рекреации» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений ОПОП по направлению подготовки 49.04.01 «**Физическая культура**» (профиль «Фитнесс-инноватика»).

Программа этой дисциплины формируется на основе дисциплин (практиках): «Теория и методика физической культуры», «Ознакомительная практика», «Научно-исследовательская практика»;



### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                              | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| УК-2             | УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла                                                                                                                                                                                                                                |                                                | 1                      |
| УК-2.2.          | Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП |                                                | 1                      |
| УК-2.3.          | Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.                                                                                                                                                                                                                       |                                                | 1                      |

### 4.Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетные единицы, 180 академических часа.

#### Заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                                                   | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|   |                                                                              |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1 | Раздел 1.Общие основы теории и методики физической рекреации                 | 1       | 4                                                                                                                       | 4                         | 28                     |          |                                               |
| 2 | Раздел 2. Организационные основы рекреативно-оздоровительной деятельности    | 1       | 2                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 3 | Раздел 3. Теоретико-методические основы использования физической рекреации в | 1       |                                                                                                                         | 4                         | 48                     |          |                                               |

|                         |                                                                 |          |          |           |            |  |                                 |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------|----------|-----------|------------|--|---------------------------------|
|                         | жизни различных слоев населения                                 |          |          |           |            |  |                                 |
| <b>4</b>                | <b>Раздел 4. Физическая рекреация и туристская деятельность</b> | <b>1</b> |          | <b>2</b>  | <b>56</b>  |  |                                 |
| <b>Итого часов: 180</b> |                                                                 |          | <b>6</b> | <b>12</b> | <b>162</b> |  | <b>Дифференцированный зачет</b> |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к дифференцированному зачету**

1. Охарактеризуйте физическую рекреацию как социальное явление.
2. Дайте характеристику компонентов физической рекреации. Какие средства физической рекреации вы знаете?
3. Дайте характеристику особенностей средств физической рекреации. индустрии досуга.
4. Какие мотивы занятий физической рекреацией? Охарактеризуйте физиологические, социальные и культурные потребности.
5. Как используются физические упражнения в создании новых форм физической рекреации?
6. Каковы проблемы внедрение физической культуры в повседневную жизнь школьников?
7. Дайте характеристику основных функций физической рекреации.
8. Охарактеризуйте организацию физической рекреации как части социально-культурного сервиса.
9. Охарактеризуйте инфраструктуру физической рекреации.
10. Дайте характеристику учреждения, производящие спортивно-оздоровительные услуги, перспективы предприятий рекреации и расширение их деятельности.
11. Какие новые формы физической рекреации школьников вы знаете?
12. Каковы особенности организации мероприятий рекреативно-оздоровительной направленности?
13. Охарактеризуйте социально-экономические и природно-климатические факторы физической рекреации.
14. Дайте характеристику туристско-рекреационных зон и водных ресурсов.
15. Какие новые виды культурно-исторического туризма вы знаете? Роль туроператоров в организации тематических туров.

16. Какие специализированные фирмы, предоставляющие услуги физической рекреации, вы знаете?
17. Какова роль общественных и политических организаций в организации мероприятий физической рекреации для школьников?
18. Дайте характеристику форм физической рекреации школьников.
19. Охарактеризуйте процедуры восстановительного характера и естественно средовые факторы рекреации.
20. Охарактеризуйте формы физической рекреации школьников в учебное время и не учебное время.
21. Мониторинг и охарактеризуйте изменения нормативных показателей физического и психосоматического развития общества, изменение социальной политики в области охраны здоровья.
22. Каковы организационные и управленческие аспекты деятельности в физической рекреации школьников?
23. Дайте характеристику процесса формирования здоровья ребенка в дошкольных учреждениях.
24. Каковы особенности проведения физкультурных праздников в дошкольных учреждениях?
25. Каковы особенности организации совместных занятий родителей с детьми и для ослабленных детей?
26. Дайте характеристику разработки и реализации специальных двигательных режимов у школьников.
27. Каковы основные аспекты содержания физической рекреации школьников?
28. Дайте характеристику самостоятельных физкультурных инициатив школьников.
29. Как осуществляется введение в режим учебного дня занятий гимнастикой и подвижными играми?
30. Как осуществляется организация деятельности оздоровительных лагерей, детских санаториев и курортов?

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Физическая рекреация : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" : доп. УМО высш. учеб. заведений РФ / под ред.: Г.П. Виноградова, Е.А. Ивченко. - М.: Academia, 2015. - 238 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=264007&DocQuerID=11774875&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmlID=>
2. Макеева, В.С. Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.В. Бойко, В.С. Макеева. — М. : Советский спорт, 2014. — 152 с. — ISBN 978-5-9718-0710-0. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279286>

б) Дополнительная литература:

1. Аванесова, Г.А. Культурно-досуговая деятельность : теория и практика орг. : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 100103 "Соц.-культур. сервис и туризм" : рек. УМО учеб. заведений РФ по образованию в обл. сервиса и туризма Минобрнауки России / Г.А. Аванесова. - М.: Аспект Пресс, 2006. - 236 с.: ил.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=162921&DocQuerID=11774878&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

3. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов .— М. : Советский спорт, 2014 .— 424 с. Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/271139>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.russiatourism.ru/> – сайт Федерального агентства по туризму.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
5. <http://www.oturbiznese.ru/> - туризм и гостиничное хозяйство.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

– Операционная система – Microsoft Windows 10;

– Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

– Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

– Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

– *Электронные библиотечные системы:*

1) Электронная библиотечная система «Рукоонт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*-Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- 1) Учебная аудитория, специально оборудованная для мультимедийных презентаций.
- 2) Проектор.
- 3) Компьютер или ноутбук.
- 4) Интерактивная доска.
- 5) Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Теория и методика физической рекреации» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 1 курса заочной формы обучения направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Теория, методика и технологии фитнеса»**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма

Сроки изучения дисциплины (модуля) 1 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                            | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Опрос по теме «Основные понятия физической рекреации»                                                               | 23 неделя                                            | 5                          |
| 2 | Выступление с докладом по теме «Оздоровительные системы физической рекреации»                                       | 24 неделя                                            | 5                          |
| 3 | Опрос по теме «Организация физической рекреации как составная часть социально-культурного сервиса»                  | 25 неделя                                            | 5                          |
| 4 | Выполнение практического задания по теме «Физическая рекреация в системе воспитания раннего и дошкольного возраста» | 26 неделя                                            | 10                         |
| 5 | Выполнение практического задания по теме «Физическая рекреация студенческой молодежи»                               | 31 неделя                                            | 15                         |
| 6 | Опрос по теме «Особенности физической рекреации взрослого населения»                                                | 26-31 неделя                                         | 15                         |
| 7 | Подготовка и защита реферата по теме «Физическая рекреация и туристская деятельность»                               | В течение семестра                                   | 15                         |
| 8 | Посещение занятий                                                                                                   | В течение семестра                                   | 10                         |
|   | <b>Зачет</b>                                                                                                        |                                                      | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                        |                                                      | <b>100 баллов</b>          |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                                                                      | Максимально<br>е кол-во<br>баллов |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1 | <i>Написание реферата по теме, согласованной с преподавателем</i>                                                                        | 10                                |
| 2 | <i>Перевод работы зарубежных авторов, посвященной проблемам физической рекреации, и собственные комментарии по поводу данной работы.</i> | 10                                |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), дифференцированным зачётом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.08 Теория и методика физической рекреации**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 **«Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Фитнес-инноватика»**  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.



**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 5 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля): 1 семестр заочная формы обучения.**

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** помочь магистрантам усвоить и осмыслить основы теории и методики физической рекреации; сформировать общее и целостное представление о характере, содержании, особенностях физической рекреации; способствовать формированию у магистрантов правильного общего и целостного представления о сущности физической рекреации, о влиянии рекреационной деятельности на профессиональные и личностные достижения; показать роль физической рекреации в жизни разных слоев населения и взаимосвязь с культурой, образованием, политикой, экономикой и другими социальными явлениями современного человека.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| 5.Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                              | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                    | наименование                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| УК-2               | <b>УК-2</b> Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла                                                                                                                                                                                                                         |                                                | 1                      |
| УК-2.2.            | Умеет изучать тенденции развития соответствующей области научного знания, требования рынка труда, образовательные потребности и возможности, обучающихся с целью определения актуальной тематики исследовательской, проектной и иной деятельности обучающихся по программам бакалавриата и(или) ДПП |                                                | 1                      |
| УК-2.3.            | Имеет опыт разработки комплексных целевых программ по различным видам спорта.                                                                                                                                                                                                                       |                                                | 1                      |

## 6.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №                | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                   | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                  |                                                                                                              |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                | Раздел 1. Общие основы теории и методики физической рекреации                                                | 1       | 4                                                                                                                       | 4                         | 28                     |          |                                               |
| 2                | Раздел 2. Организационные основы рекреативно-оздоровительной деятельности                                    | 1       | 2                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          |                                               |
| 3                | Раздел 3. Теоретико-методические основы использования физической рекреации в жизни различных слоев населения | 1       |                                                                                                                         | 4                         | 48                     |          |                                               |
| 4                | Раздел 4. Физическая рекреация и туристская деятельность                                                     | 1       |                                                                                                                         | 2                         | 56                     |          |                                               |
| Итого часов: 180 |                                                                                                              |         | 6                                                                                                                       | 12                        | 162                    |          | Дифференцированный зачет                      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.10 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
СОЦИАЛЬНОГО И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

**Павлов Евгений Александрович** – зав. кафедрой РиСОТ, кандидат педагогических наук, доцент.

## **1. Цель освоения дисциплины.**

Целью освоения дисциплины «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма» является углубление и расширение теоретико-практической и научно-педагогической подготовленности студентов в области теории и методики физкультурно-оздоровительных технологий с использованием потенциала социального и оздоровительного туризма с учётом инновационных подходов в образовании, соответствующих требованиям уровня магистерской квалификации.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП).**

Данная программа предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура», специализирующихся по магистерской программе «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма» относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа определяет преимущественно профессиональную компетентность выпускника через детализированную характеристику нормативно-правовых аспектов социального и оздоровительного туризма; классификационных основ туризма и перспектив развития туризма на современном этапе; особенности классификации туристских маршрутов и объективных препятствий в различных видах туризма.

Предусматривается углубленное изучение технологий организации, подготовки и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма с учётом обеспечения безопасности этих мероприятий и потенциальными негативными последствиями нарушения технологии организации и проведения туристских мероприятий, а также определяются причины и следствия несчастных случаев в туризме.

Дисциплина «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма» органично связана с другими дисциплинами учебного плана: «Организационно-правовые аспекты физической культуры», «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Теория и методика физической рекреации», «Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса». Знания, полученные в процессе изучения дисциплины, должны быть проявлены магистрантом в процессе научно-методического семинара, который проводится в соответствии с рабочим учебным планом подготовки магистра по направлению 49.04.01 «Физическая культура».

При необходимости допускается возможная детализация и конкретизация отдельных ее разделов и тем.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения бакалавров по дисциплине                                                                                                                   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                               | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                                          | 3                                              | 4                      |
| УК-3             | <b>Способен организовать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</b>                                                |                                                | 4,5                    |
| УК-3.1.          | Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП |                                                | 4,5                    |
| УК-3.2.          | Умеет использовать групповые формы принятия решений;                                                                                                                       |                                                | 4,5                    |
| УК-3.3.          | Умеет оценивать профессиональные и личностные качества участников образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования                                       |                                                | 4,5                    |
| УК-3.4.          | Имеет опыт разработки методик эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации                                             |                                                | 4,5                    |

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма».

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачётных единиц 216 академических часов.

##### заочная форма обучения.

| № | Раздел дисциплины                                                                                                                              | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)<br>Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                |         | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                                                                             |
| 1 | 2                                                                                                                                              | 3       | 4                                                                                      | 5                         | 6                      | 7        | 8                                                                                                           |
| 1 | Нормативно-правовые аспекты социального и оздоровительного туризма.                                                                            | 4       | 2                                                                                      | 3                         | 32                     |          |                                                                                                             |
| 2 | Классификационные основы туризма. Перспективы развития туризма.                                                                                | 4       | 2                                                                                      | 3                         | 30                     |          |                                                                                                             |
|   | <b>Итого в 4 семестре:</b>                                                                                                                     |         | <b>4</b>                                                                               | <b>6</b>                  | <b>62</b>              |          |                                                                                                             |
| 3 | Особенности классификации туристских маршрутов и объективных препятствий в различных видах туризма.                                            | 5       | 2                                                                                      | 6                         | 28                     |          |                                                                                                             |
| 4 | Технология организации, подготовки и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма.                                            | 5       | 2                                                                                      | 8                         | 29                     |          |                                                                                                             |
| 5 | Обеспечение безопасности мероприятий социального и оздоровительного туризма.                                                                   | 5       | 2                                                                                      | 2                         | 28                     |          |                                                                                                             |
| 6 | Негативные последствия нарушения технологии организации и проведения туристских мероприятий. Причины и следствия несчастных случаев в туризме. | 5       | 2                                                                                      | 4                         | 22                     |          |                                                                                                             |
|   | <b>Итого в 5 семестре:</b>                                                                                                                     |         | <b>8</b>                                                                               | <b>20</b>                 | <b>107</b>             | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                                                                              |
|   | <b>Итого</b>                                                                                                                                   |         | <b>12</b>                                                                              | <b>26</b>                 | <b>169</b>             | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>                                                                                              |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Перечень примерных вопросов к экзамену.**

1. Туризм как часть системы физической культуры и спорта.
2. Социальный и оздоровительный туризм, как часть туристской отрасли России.
3. Основные направления профессиональной деятельности в сфере социального и оздоровительного туризма.
4. Основные направления подготовки, переподготовки и повышения квалификации в сфере социального и оздоровительного туризма.
5. Основные положения правил проведения соревнований туристских спортивных походов.
6. Структура и содержание кодекса путешественника.
7. Деятельность туристско-спортивных маршрутно-квалификационных комиссий.
8. Место и роль туризма во Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).
9. Современные походы к проблемам определения туризма и туриста.
10. Характеристика средств, типов, видов и форм туризма.
11. Особенности видов туризма включенных в Единую Всероссийскую спортивную классификацию.
12. Климатогеографические особенности районы походов по видам спортивного туризма.
13. Организационно-методические особенности проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма в различных климатогеографических условиях.
14. Характер естественных препятствий на маршруте и объективная оценка трудности препятствий.
15. Основные принципы, требования и технология классификации маршрутов в соответствии с Единой Всероссийской спортивной классификацией туристских маршрутов (ЕВСКТМ).
16. Пути определения категорий сложностей маршрутов по качественным и количественным характеристикам.
17. Основные показатели, определяющие категорию сложности похода и



- требования к категорийным походам в зависимости от вида туризма.
18. Особенности и характеристика мероприятий социального и оздоровительного туризма.
  19. Особенности и характеристика мероприятий, проводимых с использованием технологий и средств спортивно-оздоровительного туризма.
  20. Допустимость и ограничения при проведении мероприятий социального и оздоровительного туризма для лиц различных возрастно-половых групп. Нормативно-правовые ограничения и проблемы.
  21. Технология формирования туристской группы, требования к участникам группы и руководителю мероприятия социального и оздоровительного туризма.
  22. Цель и технология присуждения спортивных разрядов, званий, отличительных поощрительных знаков.
  23. Определение целей мероприятия; технология выбора района, времени и маршрута в зависимости от состава группы.
  24. Технология разработки маршрута, тактики, материально-технического обеспечения и сметы мероприятия туризма.
  25. Особенности организации и проведения различных видов outdoor туров.
  26. Особенности организации, проведения и судейства слётов, соревнований, программ «teambuilding», соревнований по фрироупу.
  27. Классификационные основы безопасности.
  28. Технология функционирования системы «Человек – Снаряжение – Окружающая среда» с точки зрения безопасности.
  29. Роль неблагоприятных факторов во взаимосвязи с увеличением сложности туристского мероприятия.
  30. Статистический анализ и характеристика причин травматизма в туризме на основе анализа несчастных случаев.

## **Б. Темы контрольных работ и рефератов.**

1. Характеристика региональных законодательных и нормативно-правовых актов, регламентирующих функционирование и развитие социального и оздоровительного туризма в вашем регионе.
2. Перспективы развития социального и оздоровительного туризма по направлениям (по выбору студента):
  - Развитие спортивно-оздоровительного туризма, как вида спорта «спортивный туризм»;
  - Увеличение массовости спортивно-оздоровительного туризма;
  - Совершенствование нормативно-правового обеспечения функционирования спортивно-оздоровительного туризма;
  - Развитие инфраструктуры спортивно-оздоровительного туризма в городской и природной среде;

- Совершенствование материально-технического обеспечения мероприятий спортивно-оздоровительного туризма;
  - Совершенствование системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации кадров спортивно-оздоровительного туризма;
  - Развитие спортивно-оздоровительного туризма на международном уровне;
  - Взаимодействие с органами государственной и исполнительной власти на федеральном и региональном уровне;
  - Повышение безопасности проводимых мероприятий спортивно-оздоровительного туризма;
  - Реализация потенциала спортивно-оздоровительного туризма, как объекта научных исследований;
  - Популяризация спортивно-оздоровительного туризма.
3. Особенности организации и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма в различных типах учебных заведений и в сфере дополнительного образования с лицами различных возрастно-половых групп (мероприятие туризма, тип учебного заведения, состав и характеристика группы определяется преподавателем).
  4. Профилактика туристского травматизма в различных типах учебных заведений и в сфере дополнительного образования с лицами различных возрастно-половых групп (мероприятие туризма, тип учебного заведения, состав и характеристика группы определяется преподавателем).

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма».**

### **а) основная литература:**

1. Биржаков М.Б. Введение в туризм / Биржаков Михаил Борисович ; Карел. ин-т туризма, Ленинград. обл. ун-т им. А.С. Пушкина. - Изд. 9-е, перераб. и доп. - М.; СПб.: Нев. Фонд: Герда, 2008. - 576 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=168314&DocQuerID=11774942&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Дембо А.Г. Врачебный контроль в спорте / Дембо Александр Григорьевич. - М.: Медицина, 1988. - 283 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=18133&DocQuerID=11774945&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Квартальнов В.А. Туризм : учеб. для образоват. учреждений турист. профиля : доп. М-вом РФ по физ. культуре, спорту и туризму / В.А. Квартальнов. - изд. 2-е, перераб. - М.: Финансы и статистика, 2006. -

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=145772&DocQuerID=11774954&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

4. Менеджмент туризма. Туризм как вид деятельности : учеб. для студентов вузов турист. профиля : рек. М-вом РФ по физ. культуре и туризму / РМАТ; Междунар. каф. ЮНЕСКО по культ. туризму в целях мира и развития. - М.: Финансы и статистика, 2002. - 287 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=13596&DocQuerID=11774955&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. Сенин В.С. Организация международного туризма : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. "Менеджмент" : рек. М-вом образования РФ / Сенин Виль Савельевич. - М.: Финансы и статистика, 2001. - 399 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=6769&DocQuerID=11774958&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
6. Теория и методика спортивного туризма [Электронный ресурс] : учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов .— М. : Советский спорт, 2014 .— 424 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0647-9 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/271139>

#### **б) дополнительная литература:**

1. Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме : учеб.пособие : утв. науч.-метод.советом РМАТ / А.И. Аппенянский, Рос. междунар. акад. туризма. - М.: Сов. спорт, 2006. - 195 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=149249&DocQuerID=11774957&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Байковский Ю.В. Классификация и особенности формирования горных неолимпийских видов спорта : альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горн. туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйсклаймбинг, фрирайд: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 032101 - Физ. культура и спорт: рек. Умо / Ю.В. Байковский ; Рос.гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики прикл. и экстрем. видов спорта, Ассоц. горн. гидов, спасателей и пром. альпинистов. - М.: Вертикаль: Анита-пресс, 2005. - 252 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=129122&DocQuerID=11774959&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Байковский, Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горный

- туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйсклаймбинг, фрирайд) [Электронный ресурс] : монография / Ю.В. Байковский .— М. : ТВТ Дивизион, 2019 .— 304 с. : ил. — Библиогр.: с. 290-303 .— ISBN 978-5-98724-073-1 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/304390>
4. Биржаков М.Б. Безопасность в туризме : [учеб.-метод. пособие] / Биржаков Михаил Борисович, Казаков Николай Петрович ; Междунар. Турист. Акад. - СПб.: Нев. Фонд; М.: Герда, 2008. - 208 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=169302&DocQuerID=11774961&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  5. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" : рек. Умо по специальностям пед. образования / Л.А. Вяткин, Е.Н. Сидорчук. - 3-е изд., стер. - М.: ACADEMIA, 2008. - 208 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=65520&DocQuerID=11774962&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  6. Кусков А.С. Курортология и оздоровительный туризм : учеб. пособие / А.С. Кусков, О.В. Лысикова. - Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 317 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=123984&DocQuerID=11774963&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  7. Линчевский, Э.Э. Типология и психология туризма [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ю.Н. Федотов, Э.Э. Линчевский .— М. : Советский спорт, 2008 .— 138 с. — ISBN 978-5-9718-0204-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/271127>
  8. Павлов Е.А. Методика активизации самостоятельной работы студентов ВУЗов в условиях реализации положений Болонской декларации : метод. рек. : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / Е.А. Павлов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 28 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=45738&DocQuerID=11774965&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
  9. Спортивно-оздоровительный туризм : метод. рекомендации для студентов всех форм обучения, педагогов дополнит. образования, инструкторов по спортивно-оздоровит. туризму / авт.-сост. И.А. Зданович ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, Каф. теории и методики туризма и соц.-культур. сервиса. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2005. - 52 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=134973&DocQuerID=11774966&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.russiatourism.ru/> – сайт Федерального агентства по туризму.
2. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
5. <http://www.oturbiznese.ru/> -туризм и гостиничное хозяйство.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- Операционная система – Microsoft Windows 10;
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

– Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

– *Электронные библиотечные системы:*

1) Электронная библиотечная система «Рукоонт» (lib.rucont.ru).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (lib.gtsolifk.ru).

-*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

- [Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система \(infosport.ru\)](http://infosport.ru)
- [Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система \(elibrary.ru\)](http://elibrary.ru)
- [Федеральный портал Российское образование – информационная система \(edu.ru\)](http://edu.ru)
- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
- *Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*
  - Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
  - [Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных \(minsport.gov.ru\)](http://minsport.gov.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма».**

Для проведения практических занятий необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Групповое обще- и специально-туристское снаряжение.
2. Индивидуальное обще- и специально-туристское снаряжение.
3. Мультимедийный класс.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Теоретико-методические аспекты социального и оздоровительного туризма» для обучающихся Факультета магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» 2,3 курсов заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекреации и спортивно-оздоровительного туризма  
Сроки изучения дисциплины : 4,5 семестры заочной формы обучения.  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| №  | Виды текущего контроля в первом семестре                                                                               | Количество баллов |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1* | Графическая работа. Нормативно-правовые аспекты социального и оздоровительного туризма                                 | 10                |
| 2  | Контрольная работа. Классификационные основы туризма.                                                                  | 15                |
| 3  | Составление матриц. Особенности классификации туристских маршрутов и объективных препятствий в различных видах туризма | 10                |
| 4* | Тестирование. Технология организации, подготовки и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма.      | 15                |
| 5  | Контрольная работа. Обеспечение безопасности мероприятий социального и оздоровительного туризма.                       | 10                |
| 6* | Составление матриц. Причины и следствия несчастных случаев в туризме.                                                  | 10                |
| 7  | Посещение занятий                                                                                                      | 10                |
| 8  | экзамен                                                                                                                | 20                |
|    | ИТОГО                                                                                                                  | 100 баллов        |

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

| № | Виды текущего контроля                                                                                                          | Количество баллов |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1 | Презентация. Перспективы развития туризма                                                                                       |                   |
| 2 | Презентация. Проблемы классификации туристских маршрутов и объективных препятствий в различных видах туризма.                   |                   |
|   | Решение ситуационных задач. Технология организации, подготовки и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма. |                   |
|   | Реферат. Технологии обеспечения безопасности мероприятий социального и оздоровительного туризма.                                |                   |
|   | Доклад. Негативные последствия нарушения технологии организации и проведения туристских мероприятий.                            |                   |
|   | Обязательное выполнение заданий, помеченных «*»                                                                                 |                   |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся экзаменом, дифференцированным зачетом

|                              |          |            |        |        |            |         |
|------------------------------|----------|------------|--------|--------|------------|---------|
| Набранные баллы              | <61      | 61-67      | 68-74  | 75-85  | 86-93      | 94-100  |
| Оценка по 5-ти бальной шкале | 2        | 3          |        | 4      | 5          |         |
| Оценка по шкале ECTS         | F        | E          | D      | C      | B          | A       |
|                              | неудовл. | посредств. | удовл. | хорошо | оч. хорошо | отлично |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

|                      |     |       |       |       |       |        |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.10 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
СОЦИАЛЬНОГО И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА»**

Направление подготовки:  
49.04.01 – «Физическая культура»

Направленность (профиль):  
Теория, методика и технологии фитнеса

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц.
2. Семестр освоения дисциплины: 4,5 семестры заочная форма обучения.
3. Целью освоения дисциплины является углубление и расширение теоретико-практической и научно-педагогической подготовленности студентов в области теории и методики физкультурно-оздоровительных технологий с использованием потенциала социального и оздоровительного туризма с учётом инновационных подходов в образовании, соответствующих требованиям уровня магистерской квалификации.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения бакалавров по дисциплине                                                                                                                   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                               | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                                          | 3                                              | 4                      |
| УК-3             | <b>Способен организовать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели</b>                                                |                                                | 4,5                    |
| УК-3.1.          | Знает методы оказания профессиональной поддержки специалистов, участвующих в организации исследовательской, проектной деятельности обучающихся по программам ВО и(или) ДПП |                                                | 4,5                    |
| УК-3.2.          | Умеет использовать групповые формы принятия решений;                                                                                                                       |                                                | 4,5                    |
| УК-3.3.          | Умеет оценивать профессиональные и личностные качества участников образовательного процесса по результатам аттестации, собеседования                                       |                                                | 4,5                    |
| УК-3.4.          | Имеет опыт разработки методик эффективного управления участников образовательного процесса физкультурно-спортивной организации                                             |                                                | 4,5                    |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### заочная форма обучения

| № | Раздел дисциплины                                                                                                                              | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)<br>Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                |         | Занятия лекционного типа                                                               | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | контроль |                                                                                                             |
| 1 | 2                                                                                                                                              | 3       | 4                                                                                      | 5                         | 6                      | 7        | 8                                                                                                           |
| 1 | Нормативно-правовые аспекты социального и оздоровительного туризма.                                                                            | 4       | 2                                                                                      | 3                         | 32                     |          |                                                                                                             |
| 2 | Классификационные основы туризма. Перспективы развития туризма.                                                                                | 4       | 2                                                                                      | 3                         | 30                     |          |                                                                                                             |
|   | <b>Итого в 4 семестре:</b>                                                                                                                     |         | <b>4</b>                                                                               | <b>6</b>                  | <b>62</b>              |          |                                                                                                             |
| 3 | Особенности классификации туристских маршрутов и объективных препятствий в различных видах туризма.                                            | 5       | 2                                                                                      | 6                         | 28                     |          |                                                                                                             |
| 4 | Технология организации, подготовки и проведения мероприятий социального и оздоровительного туризма.                                            | 5       | 2                                                                                      | 8                         | 29                     |          |                                                                                                             |
| 5 | Обеспечение безопасности мероприятий социального и оздоровительного туризма.                                                                   | 5       | 2                                                                                      | 2                         | 28                     |          |                                                                                                             |
| 6 | Негативные последствия нарушения технологии организации и проведения туристских мероприятий. Причины и следствия несчастных случаев в туризме. | 5       | 2                                                                                      | 4                         | 22                     |          |                                                                                                             |
|   | <b>Итого в 5 семестре:</b>                                                                                                                     |         | <b>8</b>                                                                               | <b>20</b>                 | <b>107</b>             | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                                                                              |
|   | <b>Итого</b>                                                                                                                                   |         | <b>12</b>                                                                              | <b>26</b>                 | <b>169</b>             | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>                                                                                              |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки  
Кафедра педагогики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.11 «Способы педагогического общения»**

Направление подготовки

**49.04.01 Физическая культура**

Направленность (профиль)

**Фитнес-инноватика**

Уровень образования: **магистратура**

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Аронова Татьяна Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики РГУФКСМиТ

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины *Способы педагогического общения* является формирование у магистрантов компетенций, необходимых для их профессиональной деятельности, а также освоение способов, механизмов и методов общения, технологий самопрезентации, навыков и умений их эффективного использования в процессе профессиональной деятельности. Дисциплина (модуль) реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений. Программа дисциплины *Способы педагогического общения* составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 49.04.01 «Физическая культура».

Данный курс читается магистрантам как расширяющий блок знаний по одной из актуальных проблем педагогики в рамках ФГОС ВО. Он относится к инновационному направлению педагогики высшего образования и является логическим продолжением изучения таких дисциплин как Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса, Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                             | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                          | 3                                              | 4                      |
| УК-4                                                          | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия |                                                |                        |
| УК-4.4.                                                       | Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности                |                                                | 4                      |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

##### Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                          | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|---------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                                     |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Раздел 1. Теоретико-методологические основы педагогического общения | 4       |                                                                                                                         |                           | 30                     |          |                                               |
| 2            | Раздел 2. Этические принципы педагогического общения                | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 20                     |          |                                               |
| 3            | Раздел 3. Технологии организации коммуникативной деятельности       | 4       | 2                                                                                                                       | 4                         | 14                     |          |                                               |
| Итого часов: |                                                                     |         | 2                                                                                                                       | 6                         | 64                     |          | Зачет                                         |

#### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

##### Примерный перечень вопросов к зачету

- 1.Закономерности педагогического общения.
- 2.Значение индивидуального восприятия, безоценочность в общении.

Выявление закономерностей, помогающих в общении.

- 3.Коммуникативные барьеры педагогического общения.
- 4.Компоненты педагогической культуры
- 5.Межпредметная характеристика общения.

6. Методы исследования педагогического общения.
7. Назначение учебной дисциплины «Способы педагогического общения».
8. Основные компоненты общения.
9. Педагогическая этика субъектов образовательного процесса.
10. Педагогическое общение как творчество.
11. Понятие коммуникации. Виды коммуникации.
12. Понятие педагогического общения.
13. Роль профессионального общения в педагогической деятельности.
14. Специфика и стили педагогического общения.
15. Средства коммуникации в педагогическом процессе.
16. Стили педагогического общения.
17. Этапы педагогического общения.
18. Этические принципы педагогического общения.
19. Эффективность педагогического общения педагога.
20. Показатели культуры педагогического общения педагога.
21. Основные черты, характеризующие педагогическую культуру педагога.
22. Педагогический такт в профессиональной деятельности педагога.
23. Способы формирования культуры педагогического общения.
24. Основные нормы поведения и внешнего вида педагога.
25. Роль педагогического общения в учебно-воспитательном процессе.
26. Особенности поведения и речевой культуры педагога в учебно-воспитательном процессе.
27. Вербальные и невербальные средства педагогического общения.
28. Роль мимики, жестов, позы учителя в педагогическом общении.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Ермакова, Ж. Профессиональная этика и этикет: практикум / Ж. Ермакова, О. Тетерятник, Ю. Холодилина; Оренбургский



государственный университет, Кафедра управления персоналом, сервиса и туризма. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2013. – 104 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259114>

2. Загорская, Л.М. Профессиональная этика и этикет : учебное пособие / Л.М. Загорская; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2012. – 292 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228860>
3. Кагермазова, Л.Ц. Теоретические и методологические основы профессионально-педагогического общения: учебное пособие : [16+] / Л.Ц. Кагермазова, И.В. Абакумова; Чеченский государственный педагогический университет. – Нальчик: Чеченский государственный педагогический университет, 2021. – 150 с. – Режим доступа: по подписке. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=610851>
4. Мишаткина, Т.В. Педагогическая этика : учеб. пособие для студентов ВУЗов : подгот. в соответствии с Гос. образоват. стандартом высш. образования РФ и прогр. учеб. курса / Т.В. Мишаткина. - Ростов н/Д.: Феникс; М.: ТетраСистемс, 2004. - 303 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=146832&DocQuerID=11774892&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11774892&tmID=>
5. Панфилова А.П. Тренинг педагогического общения : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 031000 (050706) : рек. УМО по специальностям пед. образования / А.П. Панфилова. - 2-е изд., испр. - М.: Academia, 2008. - 336 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=26153&DocQuerID=11774893&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerID=11774893&tmID=>



–Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

–Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*–Электронные библиотечные системы:*

1) Университетская библиотека ONLINE ([biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)).

2) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*-Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система ([infosport.ru](http://infosport.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

*–Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru))

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Способы педагогического общения* для обучающихся  
Факультета магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01  
*Физическая культура профиль Фитнес-инноватика*  
2 курса заочной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Педагогики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр заочной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

**Заочная форма обучения**

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                    | Максимальное кол-во баллов |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1. | Выступление с докладом по разделу (модулю) <i>Теоретико-методологические основы педагогического общения</i> | 4                          |
| 2. | Творческое задание по разделу (модулю) <i>Теоретико-методологические основы педагогического общения</i>     | 11                         |
| 3. | Выступление с докладом по разделу (модулю) <i>Этические принципы педагогического общения</i>                | 4                          |
| 4. | Творческое задание по разделу (модулю) <i>Этические принципы педагогического общения</i>                    | 11                         |
| 5. | Эссе по разделу (модулю) <i>Этические принципы педагогического общения</i>                                  | 9                          |
| 6. | Выступление с докладом по разделу (модулю) <i>Технологии организации коммуникативной деятельности</i>       | 4                          |
| 7. | Творческое задание по разделу (модулю) <i>Технологии организации коммуникативной деятельности</i>           | 11                         |
| 8. | Эссе по разделу (модулю) <i>Технологии организации коммуникативной деятельности</i>                         | 9                          |
| 9  | <i>Посещение занятий</i>                                                                                    | 12                         |
| 10 | <i>Зачёт</i>                                                                                                | 25                         |
|    | <b>ИТОГО</b>                                                                                                | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                          | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Реферат по разделу (модулю) Теоретико-методологические основы педагогического общения</i> | 12                         |
| 2 | <i>Реферат по разделу (модулю) Этические принципы педагогического общения</i>                | 12                         |
| 3 | <i>Реферат по разделу (модулю) Технологии организации коммуникативной деятельности</i>       | 12                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

|                      |     |       |       |       |       |        |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки  
Кафедра педагогики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.11 «Способы педагогического общения»**

Направление подготовки

**49.04.01 Физическая культура**

Направленность (профиль)

**Фитнес-инноватика**

Уровень образования: **магистратура**

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр заочной форм обучения.

**3.Целью освоения дисциплины** является формирование у магистрантов компетенций, необходимых для их профессиональной деятельности, а также освоение способов, механизмов и методов общения, технологий самопрезентации, навыков и умений их эффективного использования в процессе профессиональной деятельности. Дисциплина (модуль) реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| <b>Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции</b> | <b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>                                                                                              | <b>Этап формирования компетенции (номер семестра)</b> |                               |
|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------|
|                                                                      | <b>Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции</b>                                                                      | <b>Очная форма обучения</b>                           | <b>Заочная форма обучения</b> |
| <b>1</b>                                                             | <b>2</b>                                                                                                                                                   | <b>3</b>                                              | <b>4</b>                      |
| <b>УК-4</b>                                                          | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия |                                                       |                               |
| УК-4.4.                                                              | Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности                |                                                       | 4                             |



## 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                          | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|---------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                                     |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Раздел 1. Теоретико-методологические основы педагогического общения | 4       |                                                                                                                         |                           | 30                     |          |                                               |
| 2            | Раздел 2. Этические принципы педагогического общения                | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 20                     |          |                                               |
| 3            | Раздел 3. Технологии организации коммуникативной деятельности       | 4       | 2                                                                                                                       | 4                         | 14                     |          |                                               |
| Итого часов: |                                                                     |         | 2                                                                                                                       | 6                         | 64                     |          | Зачет                                         |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с  
иностранными источниками»**

***Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура***

***Направленность: Фитнес-инноватика***

**Уровень образования: *магистратура***

**Форма обучения: заочная**

**Год набора 2025, 2026 г.**

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Удалова Марина Юрьевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры  
иностраных языков и лингвистики

## Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины является языковая подготовка магистров в системе многоуровневого образования и формирование у обучающихся умений и навыков по основным аспектам иностранных языков специальности и видам коммуникативной деятельности в рамках профессионального общения, повышение общекультурного и общеинтеллектуального уровня обучаемых, развитие их самосознания и осмысления своего места в профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

### 1. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками» является дисциплиной по выбору Блока 1 части, формируемой участниками образовательных отношений по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура.

Владение иностранным языком является обязательным для современного специалиста с высшим образованием, выпускника магистратуры. Курс обучения по данной программе реализуется как продолжение курса профессионального иностранного языка и предполагает обучение иностранному языку на заключительном этапе в качестве дисциплины по выбору. Дисциплина «Б1.В.ДВ.01.01. «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками»» связана с дисциплинами Б1.О.02 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте, Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                             | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                     | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                  | 3                                              | 4                           | 5                      |
| УК4                                                           | <i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального</i> |                                                |                             |                        |

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |   |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|
|            | <b>взаимодействия</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |  |   |
|            | <p><b>Знать</b> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности</p> <p>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;</p> <p>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;</p>                     |  |  | 4 |
|            | <p><b>Уметь</b> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности</p> <p>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p>                                                                                                                                                                                              |  |  | 4 |
|            | <p><b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p> <p>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</p> <p>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</p> |  |  | 4 |
| <b>ПК1</b> | <b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |   |
|            | <p><b>Знать:</b> ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  | 4 |
|            | <p><b>Уметь:</b> ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>                                                                                                                                                                                                                                               |  |  | 4 |
|            | <b>Владеть:</b> ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | 4 |

### 3. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### Заочная форма обучения

| №                      | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                            | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                                                                                       |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                      | Работа с иноязычными источниками информации. Чтение профессиональной литературы. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов | 4       |                                                                                                                         | 1                         | 30                     |          |                                               |
| 2                      | Специальная и терминологическая лексика делового общения                                                                                                                                              | 4       |                                                                                                                         | 1                         | 10                     |          |                                               |
| 3                      | Работа с профессиональными информационными ресурсами:<br>А) зарубежные специальные периодические издания<br>Б) специальные интернет ресурсы<br>В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки       | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 22                     |          |                                               |
| 4                      | Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий<br>1. Структура научной статьи<br>2. Особенности научно-популярной статьи                                                                      | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 40                     |          |                                               |
| Итого часов: 108 3 ед. |                                                                                                                                                                                                       |         |                                                                                                                         | 6                         | 102                    |          | Зачет                                         |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

После изучения тем семестра проводится контроль лексико-грамматических знаний по изученному материалу (виды контроля представлены в таблице).

1. Составление списка источников
2. Статья по теме магистерской диссертации
3. Терминологический словарь

### **ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**

3 семестр

А. Письменная зачетная работа (письменный перевод на иностранный язык) статьи по теме научного исследования, составление терминологического словаря, библиография.

Б. Беседа с преподавателем по предоставленным материалам.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

Английский язык

1. Бреус Е.В. Курс перевода с английского языка на русский : учеб. пособие / Е.В. Бреус. - М.: Р.Валент, 2007. - 317 с.  
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163909&DocQuerID=11774906&DocTypeID=N](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=163909&DocQuerID=11774906&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
2. Udalova M. Essential Grammar for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по грамматике английского языка для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки, «РГУФКСМиТ», 2014 г. 57 с.  
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235675&DocQuerID=9526619&DocTypeID=N](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235675&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
3. Udalova M. Reader for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное пособие по чтению на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2013 г. 40 с.  
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235679&DocQuerID=9526619&DocTypeID=N](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=235679&DocQuerID=9526619&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)
4. Udalova M. Essential Writing for Master Students –Удалова Марина Юрьевна. Учебное

пособие по письму на английском языке для магистров ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям подготовки «РГУФКСМиТ», 2014 г. 53 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=241504&DocQuerID=9526619&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

5. Муравейская, М.С. Английский язык для медиков [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, аспирантов, врачей и науч. сотрудников / Л.К. Орлова, М.С. Муравейская. — 14-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2017. — 384 с. — ISBN 978-5-89349-069-5. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/244461>
6. Губина, Г.Г. Английский язык в магистратуре и аспирантуре : учебное пособие : [16+] / Г.Г. Губина. — Ярославль : Ярославский государственный педагогический университет, 2010. — 128 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=135306> ). — ISBN 978-5-87555-608-1. — Текст : электронный.

#### Немецкий язык

1. Товстых В.П. Немецкий язык в правилах, упражнениях и текстах: учеб.-метод. пособие / В.П. Товстых, О.П. Корнеева; С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. — СПб.: {Изд-во СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта}, 2005. — 84 с.: табл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=200852&DocQuerID=11774907&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Попряник, Л.В. Практикум по переводу с немецкого языка на русский текстов экономического содержания : грамMAT. конструкции в текстах экон. содерж. : учеб. пособие / Попряник Лидия Васильевна. — М.: НВИ-ТЕЗАУРУС, 2000. — 135 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=101792&DocQuerID=11774908&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Юрина, М.В. Deutsch für den Beruf: (немецкий язык в сфере профессиональной коммуникации) : [16+] / М.В. Юрина ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Самарский государственный архитектурно-строительный университет». — Самара : Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2014. — 94 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256158> ). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-9585-0561-6. — Текст : электронный.

#### Французский язык

1. Грамматика французского языка = Le Francais : практ. курс / И.Н. Попова, Ж.А. Казакова. — 12-е изд., стер. — Москва: Nestor, 2003. — 475 с. — ISBN 5-901074-24-6: 137.50. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117436&DocQuerID=11774909&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Рыжанская, Н.А. Nouvelles Choiesies pour la Conversation : пособие по развитию уст. речи : [текст для чтения на фр. яз.] / Н. А. Рыжанская. — Москва: Междунар. отношения, 1972. — 141 с. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=56833&DocQuerID=11774910&DocTypID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Воронкова, И.С. Французский язык (Магистратура)=LA LANGUE FRANÇAISE (MAGISTRATURE) : учебное пособие : [16+] / И.С. Воронкова, Я.А. Ковалевская ; науч. ред. Е.А. Чигирин ; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИНЖЕНЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ». — Воронеж : Воронежский государственный университет инженерных технологий, 2018. — 138 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. —



URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=561785> Библиогр.: с. 135. – ISBN 978-5-00032-367-0. – Текст : электронный.

**б) Дополнительная литература**

1. Голикова Ж.А. Перевод с английского на русский : учеб. пособие = Learn to Translate by Translating from English into Russian / Ж.А. Голикова. - 5-е изд., стер. - Минск: Нов. знание, 2008. - 286 с.: ил. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=669&DocQuerID=11774911&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Архипкина Г.Д. Немецкий язык для журналистов: учеб.пособие для студентов и аспирантов фак.журналистики / Г.Д.Архипкина, К.А.Петросян.-М.;Ростов н.Дон:Март, 2004 – 255 <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=124750&DocQuerID=11774912&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Раевская, О.В. Французско-русский русско-французский словарь : ок. 100000 слов и словосочетаний / О.В. Раевская. - Москва: АСТ: Астрель; Владимир: ВКТ, [2010]. - 638 с. - (Карманная библиотека словарей). - ISBN 978-5-17-057322-6. - ISBN 978-5-271-22774-5: 180.00: беспл. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=200965&DocQuerID=11774913&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://wikipedia.com/>

<http://wikipedia.de/>

<http://wikipedia.fr/>

<http://BBC.com/>

<http://CNN.com/>

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

Операционная система – Microsoft Windows 10;

Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*Электронные библиотечные системы:*

Электронная библиотечная система «Рукопт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).

Университетская библиотека ONLINE ([biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)).

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

– Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

– Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

– Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

- Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс ([mediasphera.ru](http://mediasphera.ru))

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.r/>.

- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru>.

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками» для магистров, обучающихся Факультета магистерской подготовки 2 курса, направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» Направленность: Фитнес-инноватика заочной формы обучения**

### I ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: иностранных языков и лингвистики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **4 семестр –заочная форма**

Форма промежуточной аттестации: **зачёт**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Стилистический анализ текстов                            | 20                         |
| 2 | Составление терминологического словаря                   | 10                         |
| 3 | Составление библиографии по теме исследования            | 20                         |
| 4 | Статья по теме исследования                              | 30                         |
|   | Зачет                                                    | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                             | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Стилистический анализ текстов                            | 3                                                    | 20                         |
| 2 | Составление терминологического словаря                   | 5                                                    | 10                         |
| 3 | Составление библиографии по теме исследования            | 7                                                    | 20                         |
| 4 | Статья по теме исследования                              | 9                                                    | 30                         |
|   | Зачет                                                    |                                                      | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                             |                                                      | <b>100 баллов</b>          |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

|                                       |            |       |         |       |       |        |
|---------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                       | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое<br>выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале<br>ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

### **Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

|                         |     |       |       |       |       |        |
|-------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы         | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале<br>ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.01. Профессиональное деловое общение и работа с  
иностранными источниками»**

**Направление подготовки: 49.04.01 "Физическая культура"**

***Направленность: Фитнес-инноватика***

**Уровень образования: *магистратура***

**Форма обучения: заочная**

**Год набора 2025, 2026 г.**

**Москва – 2024 г.**

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** 3 зачетных единицы, 108 часов
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр заочная форма обучения
3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** языковая подготовка магистров в системе многоуровневого образования и формирование у обучающихся умений и навыков по основным аспектам иностранных языков специальности и видам коммуникативной деятельности в рамках профессионального общения, повышение общекультурного и общеинтеллектуального уровня обучаемых, развитие их самосознания и осмысления своего места в профессиональной деятельности.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                             |                        |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Очная форма обучения                           | Очно-заочная форма обучения | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 3                                              | 4                           | 5                      |
| УК4                                                           | <i>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                |                             |                        |
|                                                               | <i>Знать</i> УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности<br>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;<br>УК-4.3. Знает пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке; |                                                |                             | 4                      |
|                                                               | <i>Уметь</i> УК-4.4. Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности<br>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;                                                                                                                                                                      |                                                |                             | 4                      |

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |   |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---|
|            | <p><b>Владеть</b> УК-4.6. Имеет опыт использования иностранного языка как способности к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;</p> <p>УК-4.7. Имеет опыт логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;</p> <p>УК-4.8. Имеет опыт поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке</p> |  |  | 4 |
| <b>ПК1</b> | <b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |   |
|            | <p><b>Знать:</b> ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  | 4 |
|            | <p><b>Уметь:</b> ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.4. Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p>                                                                                                                                                                                                                                               |  |  | 4 |
|            | <b>Владеть:</b> ПК-1.5. Владеет технологией оценки эффективности образовательной деятельности организаций в области физической культуры и спорта                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | 4 |



## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №                      | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                            | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                        |                                                                                                                                                                                                       |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                      | Работа с иноязычными источниками информации. Чтение профессиональной литературы. Стилистические особенности научных и научно-популярных текстовых материалов. Основы реферирования иноязычных текстов | 4       |                                                                                                                         | 1                         | 30                     |          |                                               |
| 2                      | Специальная и терминологическая лексика делового общения                                                                                                                                              | 4       |                                                                                                                         | 1                         | 10                     |          |                                               |
| 3                      | Работа с профессиональными информационными ресурсами:<br>А) зарубежные специальные периодические издания<br>Б) специальные интернет ресурсы<br>В) on-line лекции, семинары, интерактивные уроки       | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 22                     |          |                                               |
| 4                      | Подготовка научных публикаций для англоязычных изданий<br>1. Структура научной статьи<br>2. Особенности научно-популярной статьи                                                                      | 4       |                                                                                                                         | 2                         | 40                     |          |                                               |
| Итого часов: 108 3 ед. |                                                                                                                                                                                                       |         |                                                                                                                         | 6                         | 102                    |          | Зачет                                         |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Рекламы, связей с общественностью и социально-  
гуманитарных проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных  
источников»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Кузнецова Н.А

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) **«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников»** является: формирование у магистра совокупности знаний, умений, навыков, обеспечивающих оптимальное осуществление индивидуальной информационной деятельности, направленной на удовлетворение как профессиональных, так и непрофессиональных потребностей в информации, как на государственном так и на иностранном языке.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 физическая культура, направленность (профиль) «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Культура библиографического поиска информационных источников» относится к дисциплинам по выбору Блока 1 части, формируемой участниками образовательных отношений.

Прохождения данной дисциплины является одним из элементов подготовки и написанию научно-исследовательской работы обучающегося.

Итогом изучения данной дисциплины является оценка сформированности компетенций, указанных в пункте 3.

Основными требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин являются:

- владение функциональными навыками, необходимыми для выполнения научно-исследовательских работ;
- владение основными способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе связанными с работой на компьютере и в глобальной информационной сети.

Для освоения Дисциплина **«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников»** необходимы предшествующие ей дисциплины:

Иностранный язык (профессиональный);

Цифровая культура: технологии и информационная безопасность;

Актуальные проблемы и тенденции развития фитнеса;

Организационное обеспечение деятельности фитнес индустрии;

Способы педагогического общения;

Профессиональное деловое общение и работа с иностранными источниками;

и последующие после нее дисциплины:

Теория и методика эмпирического исследования;

Научно-педагогическая практика;

Научно-исследовательская работа;

Профессионально-ориентированная практика.

Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к защите и процедуру защиты, в соответствии с этапами формирования компетенций.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

### **3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                        | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                                     | 3                                              | 4                      |
| <b>УК-4</b>                                                   | <b>Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.</b>                                    |                                                | <b>4</b>               |
|                                                               | УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности;                                                                                                       |                                                | <b>4</b>               |
|                                                               | УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке; |                                                |                        |
|                                                               | УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной                                                                                                     |                                                |                        |

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |          |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|
|             | формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |          |
| <b>ПК-1</b> | <b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |  |          |
|             | <p>ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта;</p> <p>ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта;</p> |  | <b>4</b> |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### Заочная форма обучения

| №        | Раздел дисциплины (модуля)                                                                 | семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|          |                                                                                            |          | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| <b>1</b> | Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками          | <b>4</b> |                                                                                                                         | <b>2</b>                  | <b>10</b>              |          |                                               |
| <b>2</b> | Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС, Базы данных (отечественные и зарубежные). | <b>4</b> |                                                                                                                         |                           | <b>22</b>              |          |                                               |
| <b>3</b> | Работа над печатными информационными источниками                                           | <b>4</b> |                                                                                                                         |                           | <b>12</b>              |          |                                               |
| <b>4</b> | Информационная культура в научной и профессиональной                                       | <b>4</b> |                                                                                                                         | <b>2</b>                  | <b>20</b>              |          |                                               |

|                         |                                                                                                  |   |  |          |            |              |  |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------|------------|--------------|--|
|                         | деятельности.                                                                                    |   |  |          |            |              |  |
| 5                       | Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.                                                   | 4 |  | 2        | 14         |              |  |
| 6                       | Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов (отечественных и зарубежных). | 4 |  |          | 24         |              |  |
| <b>Итого часов: 108</b> |                                                                                                  |   |  | <b>6</b> | <b>102</b> | <b>зачет</b> |  |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Вопросы к зачету по курсу**

#### **Примерный перечень вопросов к контролю по дисциплине для студентов.**

1. Понятие информационная культура.
2. Информационная культура в научной деятельности.
3. Библиотеки – информационный ресурс общества.
4. Какие информационные источники необходимо использовать для получения представлений об истории и современном состоянии той области знаний, которая определена вами как предмет исследования?
5. Какие формы используются исследователем при изучении анализе литературных источников, их характеристика?
6. Какие требования предъявляются к исследователю при библиографическом описании информационных источников?
7. Виды Информационных ресурсов.
8. Поисковые информационные ресурсы и базы данных.
9. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу.

#### **Темы докладов.**

1. Составление библиографических списков по темам.
2. Поиск информации в зарубежных профессиональных базах данных.
3. Стандарты оформления научных работ.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Аббакумов, И.С. Методы и средства работы с информационными ресурсами при проведении диссертационного исследования : метод. материалы / И.С. Аббакумов ; Рос. акад. гос. службы при президенте РФ. - Москва: Изд-во РАГС, 2007. - 101 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=212305&DocQuerID=11774921&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Ануфриев, А.Ф. Научное исследование : курсовые, диплом. и дис. работы / А.Ф. Ануфриев ; Моск. гос. открытый пед. ун-т им. М.А. Шолохова, Фак. психологии. - [3-е изд., стер.]. - Москва: Ось-89, 2007. - 112 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=162321&DocQuerID=11774922&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
3. Волков, Ю.Г. Диссертация : подгот., защита, оформление : практ. пособие / Ю.Г. Волков ; под ред. Н.И. Загузова. - Изд. 3-е / [стереотип.]. - Москва: Гардарики, 2005. - 185 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=156651&DocQuerID=11774923&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
4. Дрешер, Ю.Н. Информационное обеспечение ученых и специалистов : учеб.-метод. пособие / Ю.Н. Дрешер. – Санкт-Петербург: профессия, 2008. - 463 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=50305&DocQuerID=11774924&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
5. О плагиате в диссертациях на соискание ученой степени : рек. Президиумом Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ для использования в работе эксперт. советами Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ и советами по защите дис. на соискание ученой степени канд. наук, д-ра наук / Высш. аттестац. комис. при М-ве образования и науки РФ. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Изд-во МИИ, 2015.- 10 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=265287&DocQuerID=11774929&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

### **б)Дополнительная литература:**

1. Брофи, П. Современная библиотека учебного заведения / Питер Брофи ; пер. с англ. А.Б. Лисица, Е.В. Малявской, науч. ред. пер. д-р техн. наук, проф. Я.Л. Шрайберг. - Москва: Омега-Л, 2009. - 307 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=202146&DocQuerID=11774930&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>



2. Гиляревский, Р.С. Рубрикатор как инструмент информационной навигации / Р.С. Гиляревский, А.В. Шапкин, В.Н. Белоозеров. – Санкт-Петербург: профессия, 2008. – 352 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=186470&DocQuerID=11774931&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>  
4. Грекова, О.К. Обсуждаем, пишем диссертацию и автореферат : учебное пособие : [для иностранцев изучающих рус. яз.] / О.К. Грекова, Е.А. Кузьминова. - 2-е изд., испр. - Москва: Флинта: Наука, 2005. - 294 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=3986&DocQuerID=11774933&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- а. Электронная библиотека диссертаций РГБ [www.diss.rsl.ru](http://www.diss.rsl.ru);
- б. Национальная электронная библиотека НЭБ <http://НЭБ.РФ>
- с. Публичная интернет-библиотека СМИ (мониторинг СМИ, обзор прессы): <http://public.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Операционная система – Microsoft Windows 10;  
Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;  
Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;  
Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*Электронные библиотечные системы:*

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

- Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс ([mediasphera.ru](http://mediasphera.ru))

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.r/>.

- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru>.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных источников для обучающихся Факультета магистерской подготовки, 2 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» заочная форма обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
Сроки изучения дисциплины (модуля): заочная форма обучения 4 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                                                                                                                                                                           | Максимальное кол-во баллов                 |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу»:<br>Оформление библиографического списка.<br>Библиографическое описание книг.<br>Библиографическое описание статей.<br>Библиографическое описание иностранных источников.<br>Библиографическое описание электронных ресурсов. | 5 за 1 контрольную (25 за все контрольные) |
| 2 | Выполнение практического задания №1 по разделу «Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов».                                                                                                                                                                                                               | 5                                          |
| 3 | Выполнение практического задания №2 по разделу «Информационная культура в научной и профессиональной деятельности».                                                                                                                                                                                                                | 5                                          |
| 4 | Тест по теме «Оформление научных работ».                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5                                          |
| 5 | Подготовка докладов по теме:<br>1. Составление библиографических списков по темам.<br>2. Поиск информации в зарубежных профессиональных базах данных.                                                                                                                                                                              | 15 за 1 доклад (30 за все доклады)         |
| 6 | Посещение занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 10                                         |
|   | Зачёт                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 20                                         |
|   | ИТОГО                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 100 баллов                                 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

|    |                                                                                 |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Подготовить список литературы по ГОСТУ 7.0.100-2018 из 15 источников информации | 61 | Книги 1-3 авторов – 5 баллов.<br>Книги 4 и более авторов – 8 баллов.<br>Научный сборник – 8 баллов.<br>Книга на иностранном языке – 8 баллов<br>Статья из журнала – 6 баллов.<br>Статья из научного сборника – 6 баллов.<br>Статья из иностранного журнала на иностранном языке – 6 баллов.<br>Электронный ресурс – 8 баллов.<br>Автореферат диссертации – 6 баллов. |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ДВ.01.02 Культура библиографического поиска информационных  
источников»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** заочная форма 4 семестр.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** «Культура библиографического поиска информационных источников» является: формирование у магистра совокупности знаний, умений, навыков, обеспечивающих оптимальное осуществление индивидуальной информационной деятельности, направленной на удовлетворение как профессиональных, так и непрофессиональных потребностей в информации, как на государственном так и на иностранном языке.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                                                             | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 3                                              | 4                      |
| УК-4                                                          | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                | 4                      |
|                                                               | УК-4.1. Знает иностранный язык для решения задач академической и профессиональной деятельности;<br><br>УК-4.2. Знает способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;<br><br>УК-4.5. Умеет использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности; |                                                | 4                      |

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |          |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------|
| <b>ПК-1</b> | <b>Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта.</b>                                                                                                                                                                                                                                                           |  |          |
|             | <p>ПК-1.1 Знает основные показатели деятельности организаций различного вида в области физической культуры и спорта;</p> <p>ПК-1.2. Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта</p> <p>ПК-1.3. Умеет подбирать средства контроля для определения эффективности деятельности организаций в области физической культуры и спорта;</p> |  | <b>4</b> |

### 5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

#### Заочная форма обучения

| №                       | Раздел дисциплины (модуля)                                                                       | семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |              | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|--------------|-----------------------------------------------|
|                         |                                                                                                  |          | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль     |                                               |
| <b>1</b>                | Предмет, методы и задачи технологии поиска и работы с информационными источниками                | <b>4</b> |                                                                                                                         | <b>2</b>                  | <b>10</b>              |              |                                               |
| <b>2</b>                | Виды информационных источников (Библиотека, ЭБС, Базы данных (отечественные и зарубежные).       | <b>4</b> |                                                                                                                         |                           | <b>22</b>              |              |                                               |
| <b>3</b>                | Работа над печатными информационными источниками                                                 | <b>4</b> |                                                                                                                         |                           | <b>12</b>              |              |                                               |
| <b>4</b>                | Информационная культура в научной и профессиональной деятельности.                               | <b>4</b> |                                                                                                                         | <b>2</b>                  | <b>20</b>              |              |                                               |
| <b>5</b>                | Работа с ГОСТАМИ при оформлении научных работ.                                                   | <b>4</b> |                                                                                                                         | <b>2</b>                  | <b>14</b>              |              |                                               |
| <b>6</b>                | Автоматизированный поиск, сбор и обработка информационных ресурсов (отечественных и зарубежных). | <b>4</b> |                                                                                                                         |                           | <b>24</b>              |              |                                               |
| <b>Итого часов: 108</b> |                                                                                                  |          |                                                                                                                         | <b>6</b>                  | <b>102</b>             | <b>зачет</b> |                                               |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта,  
философии и социологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.01.03 Технология и методика эмпирического исследования**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:  
**49.04.01 «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.



Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель: Гржебина Людмила Михайловна– кандидат социологических наук,  
доцент кафедры истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии  
и социологии РГУФКСМиТ

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Технология и методика эмпирического исследования»: помочь магистрантам усвоить основные методы эмпирического исследования; сформировать навыки проведения и представления результатов эмпирического исследования в сфере будущей профессиональной деятельности. Курс реализуется на русском языке.

## 2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина **Технология и методика эмпирического исследования** относится к части ОПОП по направлению подготовки **49.04.01 «Физическая культура»** (профиль *«Фитнес-инноватика»*), которая формируется участниками образовательных отношений, к дисциплинам (модулям) по выбору 1 (ДВ.1). Программа этой дисциплины формируется на основе тесной связи с другими дисциплинами, формирующими идентичные компетенции – «История и методология науки», «Современные проблемы наук о физической культуре и спорте», «Философские и социальные проблемы физической культуры», «Логика научного исследования». В магистратуре данный курс служит основой для прохождения преддипломной практики и написания магистерской диссертации.

## 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                               | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                          | 3                                              | 4                      |
| УК-4             | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия |                                                | 4                      |
| УК-4.4.          | Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности                |                                                | 4                      |
| ПК-1             | Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта                                  |                                                | 4                      |
| ПК-1.2.          | Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                                        |                                                | 4                      |
| ПК-1.4.          | Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                |                                                | 4                      |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часа.

##### Заочная форма обучения

| №                | Раздел дисциплины (модуля)                                                             | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                  |                                                                                        |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                | Место дисциплины «Технология и методика эмпирического исследования» в системе наук     | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 10                     |          |                                               |
| 2                | Количественные и качественные методы в эмпирическом исследовании                       | 3       |                                                                                                                         | 2                         | 40                     |          |                                               |
| 3                | Методика и организация эмпирических исследований в сфере профессиональной деятельности | 3       |                                                                                                                         | 3                         | 40                     |          |                                               |
|                  |                                                                                        |         |                                                                                                                         |                           |                        |          |                                               |
| Итого часов: 108 |                                                                                        |         |                                                                                                                         | 6                         | 102                    |          | зачет                                         |

#### 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

#### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ:

1. Методология как система принципов научного исследования.
2. Критерии научного знания.
3. Понятие эмпирического социологического исследования – технология, виды, этапы.
4. Эмпирическая социология, ее специфика и разновидности.
5. Понятие и особенности прикладной социологии.
6. Конкретное социологическое исследование и его виды.
7. Программа социологического исследования и ее функции.
8. Элементы программы исследования.
9. Объект и предмет социологического исследования.
10. Цель, задачи и гипотезы исследования.
11. Генеральная и выборочная совокупности исследуемых объектов.
12. Понятие «репрезентативность».
13. Основные методы сбора информации: качественные и количественные.
14. Достоинства и недостатки качественных и количественных методов исследования.
15. Метод традиционного анализа документов, виды документов
16. Сущность метода контент-анализа, основные этапы контент-анализа.
17. Метод опроса и его основные виды.
18. Основные элементы структуры анкеты и их функции.
19. Классификация вопросов в анкете.
20. Правила разработки гайда для интервьюирования
21. Сущность метода социометрии.
22. Сущность метода социального эксперимента.
23. Метод наблюдения и классификация его видов
24. Отчёт о проведении социологического исследования.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **А). Основная литература:**

Социология и социология спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 034500 : рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под. общ. ред. А.А. Передельского]. - М.: Физ. культура, 2013. - 362 с.: табл.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=212370&DocQuerID=11774935&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmlID=>

### **Б) Дополнительная литература**

1.Бабосов Е.М. Социология: энцикл. слов. / Е.М. Бабосов; предисл. Г.В. Осипова. - М.: URSS: Либроком, 2009. - 474 с. [182610](#)

2.Добренев В.И. Социология: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 040200: рек. УМО по клас. унив. образованию / В.И. Добренев, А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Социолог. фак. - М.: Акад. Проект: Alma mater, 2009. - 605 с.: ил. [188452](#)

3. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура": рек. УМО

по специальностям пед. образования / Лубышева Людмила Ивановна. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Academia, 2010. - 270 с.: табл. 186156

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.isras.ru/socis.html> Журнал «Социологические исследования»
2. <http://ecsocman.hse.ru/> Федеральный образовательный портал ЭСМ: экономика, социология, менеджмент
3. <http://www.actualresearch.ru/index.html> Электронное научное издание «Актуальные инновационные исследования: наука и практика»
4. Электронная библиотека диссертаций РГБ [www.diss.rsl.ru](http://www.diss.rsl.ru);
5. Национальная электронная библиотека НЭБ <http://НЭБ.РФ>
6. Публичная интернет-библиотека СМИ (мониторинг СМИ, обзор прессы): <http://public.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Операционная система – Microsoft Windows 10;  
Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;  
Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;  
Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

*Электронные библиотечные системы:*

[Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту \(lib.gtsolifk.ru\).](http://lib.gtsolifk.ru)

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>

- Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс ([mediasphera.ru](http://mediasphera.ru))

*Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система (informio.ru)
- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.r/>.
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru>.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Учебная аудитория, специально оборудованная для мультимедийных презентаций.
2. Проектор.
3. Компьютер или ноутбук.
4. Интерактивная доска.
5. Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) *Технология и методика эмпирического исследования для обучающихся Факультета магистерской подготовки направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика» 2 курса заочной формы (м) обучения***

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии  
Сроки изучения дисциплины (модуля) **4 семестр** на заочной формах обучения  
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                    | Максимальное кол-во баллов |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Презентация по теме «Количественные методы эмпирического исследования»»                                                                     | 5                          |
| 2 | Презентация по теме «Качественные методы эмпирического исследования»»                                                                       | 5                          |
| 3 | Выполнение расчетно-графической работы по теме: «Организация и программа эмпирического исследования в сфере профессиональной деятельности»; | 20                         |
| 4 | Выполнение расчетно-графической работы по теме «Методика и техника составления анкеты (гайда)»                                              | 15                         |
| 5 | Итоговое тестирование по всем темам                                                                                                         | 10                         |
| 6 | Написание реферата (тема согласуется с преподавателем)                                                                                      | 15                         |
| 7 | Посещение занятий                                                                                                                           | 10                         |
|   | <b>Зачет</b>                                                                                                                                | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                              | Максимальное кол-во баллов |
|---|------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | <i>Написание реферата по одной из тем, пропущенных студентом</i> | 15                         |
| 2 | <i>Презентация по одной из тем, пропущенных студентом</i>        | 10                         |
|   |                                                                  |                            |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

|                      |     |       |       |       |       |        |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы      | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале ECTS | F   | E     | D     | C     | B     | A      |



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.01.03 Технология и методика эмпирического исследования**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.04.01 «Физическая культура»**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): **«Фитнес-инноватика»**  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр на заочной форме обучения.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** помочь магистрантам усвоить основные методы эмпирического исследования; сформировать навыки проведения и представления результатов эмпирического исследования в сфере будущей профессиональной деятельности.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                     | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                               | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения |
| 1                | 2                                                                                                                                                          | 3                                              | 4                      |
| <b>УК-4</b>      | Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия |                                                | 4                      |
| УК-4.4.          | Умеет использовать информационные технологии, в том числе текстовые редакторы, электронные таблицы, электронную почту, в своей деятельности                |                                                | 4                      |
| <b>ПК-1</b>      | Способен к обобщению и систематизации данных, выявлению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта                                  |                                                | 4                      |
| ПК-1.2.          | Знает особенности осуществления образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                                        |                                                | 4                      |
| ПК-1.4.          | Умеет обобщать и анализировать показатели эффективности образовательной деятельности в области физической культуры и спорта                                |                                                | 4                      |

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №                | Раздел дисциплины (модуля)                                                             | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                  |                                                                                        |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                | Место дисциплины «Технология и методика эмпирического исследования» в системе наук     | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 10                     |          |                                               |
| 2                | Количественные и качественные методы в эмпирическом исследовании                       | 3       |                                                                                                                         | 2                         | 40                     |          |                                               |
| 3                | Методика и организация эмпирических исследований в сфере профессиональной деятельности | 3       |                                                                                                                         | 3                         | 40                     |          |                                               |
| Итого часов: 108 |                                                                                        |         |                                                                                                                         | 6                         | 102                    |          | зачет                                         |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных  
компьютерных технологий**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.01 Использование электронной информационно-  
образовательной среды РУС ГЦОЛИФК»**

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

Направленность: *Фитнесс-инноватика*

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

Проректор по учебно-методической работе Павлов Е.А., кандидат  
педагогических наук, доцент

Начальник Учебно-методического управления Романенко А.Ю., кандидат  
педагогических наук

### 1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС ГЦОЛИФК»** является включение обучающихся в информационно-образовательную среду РУС ГЦОЛИФК, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участие в содержании своего профессионального образования.

Дисциплина реализуется на русском языке и не проводится в форме практической подготовки.

### 2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС ГЦОЛИФК»** относится к Блоку факультативных дисциплин и реализуется вне объема основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС ГЦОЛИФК»** реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей), практик 1-го и последующих семестров.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РУС ГЦОЛИФК»** проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                      | Этапы формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                              | Очная форма обучения                            | Заочная форма обучения |
| УК-6                                                          | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |                                                 | 1                      |
| УК-6.1.                                                       | Знает технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда                         |                                                 | 1                      |
| УК-6.2.                                                       | Умеет оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы                              |                                                 | 1                      |
| УК-6.3.                                                       | Имеет опыт разработки собственных методических решений при реализации программ профессионального обучения                   |                                                 | 1                      |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов.

##### Заочная форма обучения

| №            | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                                                                            |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1            | Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РУС ГЦОЛИФК                                                                                                 | 1       | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 10                     |          |                                               |
| 2            | Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РУС ГЦОЛИФК                             | 1       | 1                                                                                                                       |                           | 8                      |          |                                               |
| 3            | Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РУС ГЦОЛИФК. Ведение личного кабинета обучающегося | 1       | 0,5                                                                                                                     | 1                         | 6                      |          |                                               |
| 4            | Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РУС ГЦОЛИФК                                         | 1       | 1,5                                                                                                                     | 0,5                       | 6                      |          |                                               |
| Итого часов: |                                                                                                                                                                                            |         | 4                                                                                                                       | 2                         | 30                     |          | зачет                                         |

## **5. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

### **Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:**

1. Основные правила внутреннего порядка обучающихся РУС ГЦОЛИФК.
2. Содержание основных локальных нормативных актов РУС ГЦОЛИФК, регламентирующих образовательный процесс.
3. Возможности материально-технической, электронно-информационной и исследовательской баз РУС ГЦОЛИФК.
4. Основные компоненты образовательной программы, которую предстоит освоить в процессе обучения в РУС ГЦОЛИФК.
5. Ведение личного кабинета обучающегося. Портфолио обучающегося.
6. Построение индивидуальной образовательной (образовательно-исследовательской) траектории обучающегося (на собственном примере).
7. Перспективы развития обучающегося в рамках мероприятий и деятельности, осуществляемых в РУС ГЦОЛИФК.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Попов, А.Н. Научно-методическое обеспечение формирования психоэмоциональной готовности студентов к саморазвитию в условиях образовательного пространства ВУЗа [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / И.Г. Струков, А.А. Архипов, А.Н. Попов. — : [Б.и.], 2018. — 120 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/647007>.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=289327&DocQuerID=11761071&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. Искусство, наука, образование: траектории творчества современной России: сб. научных статей и материалов заседаний круглых столов / А.С. Макурина. — 2019. — 341 с. — ISBN 978-5-94934-084-4. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/713358>.

3. Куприянов, Д. В. Информационное и технологическое обеспечение профессиональной деятельности : учебник и практикум для вузов / Д. В. Куприянов. — Москва : Юрайт, 2023. — 255 с. <https://urait.ru/bcode/511976>.

4. Киселев, Г. М. Информационные технологии в педагогическом образовании : учебник / Г. М. Киселев, Р. В. Бочкова. — 4-е изд., стер. — Москва : Дашков и К°, 2021. — 304 с. : ил. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684291>.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Шамис, В.А. Основные направления совершенствования электронной информационно-образовательной среды университета // Дистанционное и виртуальное обучение. - 2018. - № 1



(121). - С. 54-60 [Электронный ресурс] : [статья] / Г.Г. Левкин, Е.А. Панова, В.А. Шамис. — : [Б.и.], 2018. — 10 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/683435>.

2. Технологии электронного обучения в высшей школе [Электронный ресурс] / С.Ф. Шляпина // Сибирский учитель. — 2016. — №3. — С. 12-15. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/501494>.

3. Состояние проблемы реализации индивидуальных образовательных траекторий студентов в высшей школе [Электронный ресурс] / Н.Ю. Шапошникова // Наука о человеке: гуманитарные исследования. — 2016. — №2(24). — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/452298>.

4. Сущность дефиниции «индивидуальная образовательная траектория» обучающегося [Электронный ресурс] / Кудрина, Шефер // Педагогическая диагностика. — 2017. — №1. — С. 62-66. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/613039>

#### **в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://lib.sportedu.ru/> - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

- ***программное обеспечение дисциплины (модуля):***

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

***Электронные библиотечные системы:***

- 1) Электронная библиотечная система «Рукопт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).
- 2) Университетская библиотека ONLINE ([biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)).
- 3) ЭБС "ЮРАЙТ". ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <https://urait.ru/>

**Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:**

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru)).

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов – информационная система ([fgos.ru](http://fgos.ru))

Реестр примерных основных образовательных программ СПО – информационная система ([reestrspo.firpo.ru](http://reestrspo.firpo.ru))

Реестр профстандартов Минтруда РФ – информационная система ([profstandart.rosmintrud.ru](http://profstandart.rosmintrud.ru))

Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru))

Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия – информационно-справочная система ([garant.ru](http://garant.ru))

Министерство Спорта РФ. Новости <https://www.minsport.gov.ru/press-center/news/?category=news>

Министерство науки и высшего образования РФ. Новости. <https://minobrnauki.gov.ru/press-center/news/novosti-ministerstva/>

Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» <https://gtsolifk.ru/>

ЭИОС «ГЦОЛИФК» <https://lms.sportedu.ru/>

Личный кабинет студента <https://webpr.sportedu.ru/user/sign-in/login?referrer=%2Fsite%2Findex>

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – информационная справочная и поисковая система (informio.ru).

Мульти-платформа In Sport – профессиональная база данных (insportexpo.com)

Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

Антидопинговое обеспечение – профессиональная база данных (minsport.gov.ru)

Государственная информационная система «Спорт» – профессиональная база данных (sportrf.gov.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Интернет для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Использование электронной информационно-образовательной среды РУС ГЦОЛИФК» для обучающихся Факультета магистерской подготовки РУС ГЦОЛИФК 1 курса, направления подготовки 49.04.01 *Физическая культура* направленность: *Фитнесс-инноватика* заочной форм обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                       | Максимальное кол-во баллов |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Выполнение практического задания № 1 по теме: «Ведение личного кабинета»                                                                       | 40                         |
| 2 | Выполнение практического задания № 2 по теме: «Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем» | 40                         |
| 3 | Выполнение практического задания № 3 по теме: «Функционирование современных профессиональных баз данных»                                       | 10                         |
|   | <i>Зачёт</i>                                                                                                                                   | 10                         |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                   | <b>100 баллов</b>          |

*Вид дополнительного задания для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                                                            | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Выполнение практического задания по теме: «Ведение личного кабинета» в части заполнения Портфолио обучающегося | 20                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, определяются преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

#### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

##### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

|                                       |            |       |         |       |       |        |
|---------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                       | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое<br>выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале<br>ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра** Теории и методики компьютерного спорта и прикладных  
компьютерных технологий

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

Направленность: *Фитнесс-инноватика*

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1 зачетную единицу.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 семестр.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** включение обучающихся в информационно-образовательную среду РУС ГЦОЛИФК, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участию в содержании своего профессионального образования.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Код компетенции | Наименование компетенции                                                                                                    |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-6            | Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки |

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

**Заочная форма обучения**

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                 | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                                                                            |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                   | Тема 1. Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РУС ГЦОЛИФК                                                                                                 | 1       | 1                                                                                                                       | 0,5                       | 10                     |          |                                               |
| 2                   | Тема 2. Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РУС ГЦОЛИФК                             | 1       | 1                                                                                                                       |                           | 8                      |          |                                               |
| 3                   | Тема 3. Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РУС ГЦОЛИФК. Ведение личного кабинета обучающегося | 1       | 0,5                                                                                                                     | 1                         | 6                      |          |                                               |
| 4                   | Тема 4. Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РУС ГЦОЛИФК                                         | 1       | 1,5                                                                                                                     | 0,5                       | 6                      |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                                                                            |         | <b>4</b>                                                                                                                | <b>2</b>                  | <b>30</b>              |          | <b>зачет</b>                                  |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра Теории и методики адаптивной физической культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными  
возможностями здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Фитнесс-инноватика  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составитель:

Кичигина О.Ю., ст преподаватель каф. ТиМ АФК

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) к особенностям учебно-педагогического процесса в РУС ГЦОЛИФК.

Данная дисциплина в первую очередь направлена на социально-педагогическую адаптацию инвалидов и лиц с ОВЗ, поступивших на обучение в РУС ГЦОЛИФК, к особенностям учебно-педагогического процесса. Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует освоению инвалидами материально-технических средств, для их использования в учебном процессе.

Кроме того, данная дисциплина позволяет обучить студентов без ОВЗ способам эффективного социального взаимодействия с лицами с ОВЗ, что способствует как совершенствованию инклюзивного образования в ВУЗе, так и совершенствованию процесса взаимодействия с людьми с ОВЗ в дальнейшей профессиональной деятельности выпускников. Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к факультативным дисциплинам, необязательным для изучения. Фиксация выбора студентами данной факультативной дисциплины для освоения проводится на основании их заявлений.

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует как ускорению адаптации студентов с ОВЗ в процесс обучения в ВУЗе, так и формированию первичных понятий об особенностях и потребностях людей с ОВЗ и способах эффективного взаимодействия с ними у всех обучающихся.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                 | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |                                                   |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                         | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения | форма обучения (ускоренное обучение) <sup>1</sup> |
| УК-3.                                                         | Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.1.1                                                      | – знать основы организации командной работы                                                                            |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.1.2                                                      | – знать процедуру выработки командной стратегии                                                                        |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.2.1                                                      | – уметь организовывать и руководить работой команды                                                                    |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.2.2                                                      | – уметь вырабатывать командную стратегию для достижения поставленных целей                                             |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.3.1                                                      | – владеть навыками организации и руководства работой команды                                                           |                                                | 2                      |                                                   |
| УК-3.3.2                                                      | – владеть навыками выработки командной стратегии                                                                       |                                                | 2                      |                                                   |

<sup>1</sup> Заполняется при наличии ускоренного обучения.

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

заочная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                               | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                      |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                          |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                   | <b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>                                                                | 2       | 2                                                                                                                       | 2                    | 20                     |          |                                               |
| 2                   | Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков. | 2       | 2                                                                                                                       |                      | 10                     |          |                                               |
| 3                   | Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ         | 2       |                                                                                                                         | 2                    | 10                     |          |                                               |
| 4                   | <b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>                                                        | 2       |                                                                                                                         |                      | 36                     |          |                                               |
| 5                   | Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения                                     | 2       |                                                                                                                         |                      | 12                     |          |                                               |
| 6                   | Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха                                      | 2       |                                                                                                                         |                      | 12                     |          |                                               |
| 7                   | Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата              | 2       |                                                                                                                         |                      | 12                     |          |                                               |
| 8                   | <b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>                                 | 2       |                                                                                                                         | 2                    | 10                     |          |                                               |
| 9                   | Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.                                                       | 2       |                                                                                                                         | 2                    | 10                     |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                          |         | <b>2</b>                                                                                                                | <b>4</b>             | <b>66</b>              |          | <b>Зачёт</b>                                  |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет проводится в форме собеседования по следующим вопросам:

1. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями зрения.
2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями слуха.
3. Психолого-педагогическая характеристика лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.
4. Психолого-педагогическая характеристика лиц с детским церебральным параличом.
5. Психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой речевого развития.
6. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ранним детским аутизмом.
7. Методики оценки психологических особенностей у лиц с ОВЗ.
8. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением слуха, планирование и осуществление учебной и профессиональной деятельности.
9. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением зрения, планирование учебной и профессиональной деятельности.
10. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, планирование учебной и профессиональной деятельности.
11. Основные принципы построения и проведения физкультурных занятий для различных нозологических групп.
12. Методика анализа коммуникативных навыков различных нозологических групп.
13. Основы социальной адаптации. Критерии реализации процесса социальной адаптации для разных нозологий.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Козьяков, Р.В. Организация и содержание специальной психологической помощи : учебник и практикум / Р.В. Козьяков, И.И. Поташова, М.А. Басин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. – 357 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469116> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9081-9. – DOI 10.23681/469116. – Текст : электронный.
2. Евтушенко, И.В. Правоведение с основами семейного права и прав инвалидов : учебник : [16+] / И.В. Евтушенко, В.В. Надвикова, В.И. Шкатулла ; под общ. ред. В.И. Шкатуллы. – Москва : Прометей, 2017. – 578 с. : табл. – (Бакалавриат). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483188> (дата обра-

щения: 23.11.2019). – Библиогр.: с. 535-541. – ISBN 978-5-906879-51-6. – Текст : электронный.

3.Телина, И.А. Социально-педагогическая реабилитация детей-инвалидов : учебно-методическое пособие / И.А. Телина ; науч. ред. В. Синенко. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2014. – 156 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363654> . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-1952-7. – Текст : электронный.

4.Фуряева, Т. В. Социализация и социальная адаптация лиц с инвалидностью : учебное пособие для вузов / Т. В. Фуряева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2023. — 189 с. <https://urait.ru/bcode/515520>

5.Социокультурные основы реабилитации инвалидов / С.К. Хаидов .— Тула : Издательство ТГПУ им.Л.Н.Толстого, 2014 .— 133 с. <https://lib.rucont.ru/lti/tool?goto=279671>

6.Социальная реабилитация : учебник для вузов / М. В. Воронцова, В. Е. Макаров, Т. В. Бюндюгова, Ю. С. Моздокова. — Москва : Юрайт, 2023. — 317 с. <https://urait.ru/bcode/510098>

7.Адаптация и реабилитация в социальной работе : учебное пособие / под общ. ред. Н. Ш. Валеевой ; Казанский государственный технологический университет. – 2-е изд., доп. и испр. – Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет (КНИТУ), 2011. – 587 с. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=258376>

8.Жигарева, Н.П. Комплексная реабилитация инвалидов в учреждениях социальной защиты : учеб.-практ. пособие / Н.П. Жигарева .— 2-е изд. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2017 .— 216 с. : ил. <https://lib.rucont.ru/efd/689394>

9.Технология социальной работы : учеб. пособие для студентов вузов : рек. М-вом образования РФ / под ред. И.Г. Зайнышева. - М.: Владос: Изд-во Моск. гос. соц. ун-та, 2002. - 237 с. <http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/162906.pdf>

10.Громова, О.В. Комплексная реабилитация больных и инвалидов : [учеб. пособие] / О.В. Громова .— Москва : Колос-с, 2018 .— 182 с. <https://lib.rucont.ru/efd/664335>

11.Социальная работа : учеб. пособие / ред. Н.Ф. Басов .— 6-е изд., стер. — Москва : ИТК "Дашков и К", 2023 .— 352 с. <https://lib.rucont.ru/efd/689452>

#### б)Дополнительная литература:

1.Неретина, Т. Г. Специальная педагогика и коррекционная психология : учебно-методический комплекс / Т. Г. Неретина. – 5-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2024. – 376 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83393>

2.Астафьева, О. П. Коррекционная психология : шпаргалка : учебное пособие : [16+] / О. П. Астафьева, Е. Г. Имашева ; Научная книга. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2020. – 32 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=578370>

3.Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования: монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет,

2014. – 248 с. : табл, схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435603> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7638-3133-7. – Текст : электронный.

4.Борякова, Н.Ю. Педагогические системы обучения и воспитания детей с отклонениями в развитии : учеб. пособие для студентов педвузов / Н.Ю, Борякова. - М.: АСТ: Астрель, 2008. - 223 с.  
[http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=N](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=)  
[ULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=184559&DocQuerID=11714239&DocTypeID=N)

5.Теория и организация адаптивной физической культуры : [в 2 т.] : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 032102 и студентов техникумов и колледжей, обучающихся по специальности 050721 : доп. Федер. агенством по физ. культуре и спорту. Т. 1: Введение в специальность. История и общ. характеристика адапт. физ. культуры / под. ред. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2007. - 291 с.: табл.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182070&DocQuerID=11714241&DocTypeID=N>  
[ULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=182070&DocQuerID=11714241&DocTypeID=N)

6.Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский ; под ред. В.В. Давыдова. - М.: Педагогика, 1991. - 480 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=12472&DocQuerID=11714243&DocTypeID=NU>  
[LL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=12472&DocQuerID=11714243&DocTypeID=NU)

7.Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура : Психолог.-пед. характеристика детей с нарушениями в развитии: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Литош Нина Леонидовна. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 136 с.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107148&DocQuerID=11714245&DocTypeID=N>  
[ULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=107148&DocQuerID=11714245&DocTypeID=N)

8.Частные методики адаптивной физической культуры : учеб. пособие для студентов высш. и сред. проф. учеб. заведений по спец. 022500 и 0323 - Адапт. физ. культура : рек. Гос. Ком. РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Сов. спорт, 2003. - 463 с.: ил.  
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117440&DocQuerID=11714246&DocTypeID=N>  
[ULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=](http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=117440&DocQuerID=11714246&DocTypeID=N)

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://lms.sportedu.ru/>.
2. <http://rumc.sportedu.ru/>
3. <https://elibrary.ru/>.
4. Инклюзивное образование.рф <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>.

5. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»  
[https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ.:4.](https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О%20социальной%20защите%20инвалидов%20в%20Российской%20Федерации%20от%2024%20ноября%201995%20г.%20N%20181-ФЗ.%3A4)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- 1) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- 3) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;
- 4) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

*Электронные библиотечные системы:*

- 1) Электронная библиотечная система «Руко́нт» ([lib.rucont.ru](http://lib.rucont.ru)).
- 2) ЭБС "ЮРАЙТ". ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <https://urait.ru/>
- 3) Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту ([lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru)).
- 4) Университетская библиотека ONLINE ([biblioclub.ru](http://biblioclub.ru)).

Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru))

Медицинская информационная платформа "МедЭлемент" – информационная система ([medelement.com](http://medelement.com))

Медицинская информационная сеть – информационная система ([medicinform.net](http://medicinform.net))

Спортивная медицина – электронный образовательный ресурс ([sportmedicine.ru](http://sportmedicine.ru))

Независимая Национальная антидопинговая организация РУСАДА – электронный образовательный ресурс ([rusada.ru](http://rusada.ru))

Издательский дом «Медиа Сфера» - электронный образовательный ресурс ([mediasphera.ru](http://mediasphera.ru))

Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

Всемирная организация здравоохранения – профессиональная база данных ([who.int.ru](http://who.int.ru))

Web-медицина - профессиональная база данных ([webmed.irkutsk.ru](http://webmed.irkutsk.ru))

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Интернет для проведения занятий лекционного и семинарского типов.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья** для обучающихся Факультета магистерской подготовки РУС ГЦОЛИФК 1 курса, направления подготовки 49.04.01 Физическая культура профиль Фитнес-инноватика

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для заочной формы обучения

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                                     | Максимальное кол-во баллов |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Проектное моделирование ситуационной задачи на взаимодействие с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность                                                          | 25                         |
| 2 | Проектное моделирование ситуационной задачи по использованию специального материально-технического оборудования для обучения лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья или инвалидность | 25                         |
| 3 | Написание реферата по одной из предлагаемых тем                                                                                                                                              | 30                         |
|   | <b>Зачёт</b>                                                                                                                                                                                 | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                                 | <b>100 баллов</b>          |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Реферат по пропущенной(ым) теме(ам) | 20                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, определяются преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра** Теория и методика адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями  
здоровья»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.04.01 Физическая культура  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Фитнес-инноватика  
(наименование)

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачётные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2 семестр.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ к особенностям учебно-педагогического процесса в РУС ГЦОЛИФК.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                 | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |                                      |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------|
|                                                               | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции                                         | Очная форма обучения                           | Заочная форма обучения | форма обучения (ускоренное обучение) |
| УК-3.                                                         | Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.1.1                                                      | – знать основы организации командной работы                                                                            |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.1.2                                                      | – знать процедуру выработки командной стратегии                                                                        |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.2.1                                                      | – уметь организовывать и руководить работой команды                                                                    |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.2.2                                                      | – уметь вырабатывать командную стратегию для достижения поставленных целей                                             |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.3.1                                                      | – владеть навыками организации и руководства работой команды                                                           |                                                | 2                      |                                      |
| УК-3.3.2                                                      | – владеть навыками выработки командной стратегии                                                                       |                                                | 2                      |                                      |

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

**заочная форма обучения**

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                               | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                          |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                   | <b>РАЗДЕЛ 1. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ</b>                                                                | 2       | 2                                                                                                                       | 2                         | 20                     |          |                                               |
| 2                   | Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков. | 2       | 2                                                                                                                       |                           | 10                     |          |                                               |
| 3                   | Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ         | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 4                   | <b>РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе</b>                                                        | 2       |                                                                                                                         |                           | 36                     |          |                                               |
| 5                   | Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения                                     | 2       |                                                                                                                         |                           | 12                     |          |                                               |
| 6                   | Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха                                      | 2       |                                                                                                                         |                           | 12                     |          |                                               |
| 7                   | Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата              | 2       |                                                                                                                         |                           | 12                     |          |                                               |
| 8                   | <b>РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.</b>                                 | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| 9                   | Тема 6. Принципы построения физкультурных пауз для различных нозологических групп.                                                       | 2       |                                                                                                                         | 2                         | 10                     |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                          |         | <b>2</b>                                                                                                                | <b>4</b>                  | <b>66</b>              |          | <b>Зачёт</b>                                  |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.03 НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ СЕМИНАР»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.

Рабочая программа дисциплины  
утверждена и рекомендована  
Межинститутским советом  
Протокол № 03-11-24 от «21» ноября 2024 г.

Составители:

**Гониянц Степан Александрович** – к.п.н., профессор кафедры Рекреации и  
спортивно-оздоровительного туризма РУС ГЦОЛИФК.

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Проблема подготовки высококвалифицированных научно-педагогических кадров - магистров по физкультурно-оздоровительной деятельности приобретает особую актуальность, так как непосредственно связана с научным обоснованием технологий формирования здорового образа жизни, сохранения и укрепления физического состояния граждан России.

**Цель дисциплины** упрочить у магистрантов теоретико-методические знания и аналитические практико-методические умения/навыки планирования, проведения научных исследований в области физкультурно-оздоровительных технологий.

**Задачи дисциплины**

1. Углубить знания и аналитические практико-методические умения критического анализа, оценки, синтеза и самостоятельного проведения научных исследований в области физкультурно-оздоровительных технологий;
2. Расширить интегральное понимание современных проблем исследования инновационных физкультурно-оздоровительных технологий;
3. Сформировать способности логически верно и аргументировано вести диалог, дискуссию, деловое и профессиональное общение в сфере физкультурно-оздоровительной деятельности (РОД);
4. Углубить профессиональный интерес и убежденность в высокой профессиональной значимости научно-педагогической деятельности магистра в различных звеньях физкультурно-оздоровительной практики, учреждениях науки и образования.

Содействовать формированию высоконравственных личностных качеств, ценностных и мотивационных установок на профессиональный рост и развитие, способности критически оценивать и корректировать свою профессиональную деятельность.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина предназначена для подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура», магистерской программе «Фитнес-инноватика».

Дисциплина «Научно-методический семинар» относится к факультативным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

Программа дисциплины «Научно-методический семинар» является интегрирующей, формирующей научно-исследовательские компетентности магистра по физической культуре, преимущественная деятельность которого связана с физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Дисциплина «Научно-методический семинар» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на ранее пройденных дисциплинах (практиках) – «История и методология науки», «Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности», «Актуальные



проблемы и тенденции развития фитнеса», «Возрастные аспекты физиологии оздоровительной тренировки» / «Ознакомительная практика».

- дисциплина изучается параллельно со следующими дисциплинами (практик) – «Теория и методика физической рекреации», / «Научно-педагогическая практика».
- дисциплина «Научно-методический семинар» предшествует изучению таких дисциплин, как / Профессионально-ориентированная практика.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                       | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                 | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| <b>УК-1</b>      | <b>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</b>                                                                                                            |                                                | <b>3</b>               |
| УК-1.1.          | <i>Знать: современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений.</i>                                                                                                                      |                                                | 3                      |
| УК-1.4.          | <i>Уметь: проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</i>                                                                                                      |                                                | 3                      |
| УК-1.6.          | <i>Владеть: навыками разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, ее осуществления</i>                                                                                                                                 |                                                | 3                      |
| <b>УК-5.</b>     | <b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b>                                                                                                                                      |                                                | <b>3</b>               |
| УК-5.1.          | <i>Знать: систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных</i> |                                                | 3                      |
| <b>УК-6</b>      | <b>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</b>                                                                                                           |                                                | <b>3</b>               |
| УК-6.1.          | <i>Знать: технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда</i>                                                                                                                                  |                                                | 3                      |
| УК-6.2.          | <i>Уметь: оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы</i>                                                                                                                                       |                                                | 3                      |

### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетную единицу, 36 академических часов.**

## Заочная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                                                                                  |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                   | Тема 1. Актуальные проблемы исследования современных технологий физкультурно-оздоровительной деятельности                                                                                        | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 2                   | Тема 2. Современные проблемы исследования физического состояния различных социально-демографических групп населения и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации                       | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 3                   | Тема 3. Детализированная характеристика научно-методического потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста                                                     | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| 4                   | Тема 4. Детализированная характеристика научно-методических проблем исследования особенностей ФОД детей и молодежи школьного возраста                                                            | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 5                   | Тема 5. Перспективы исследования современных физкультурно-оздоровительных технологий в системе среднего специального образования и в процесс физического совершенствования студенческой молодежи | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 6                   | Тема 6. Состояние и перспективы исследований физкультурно-оздоровительных технологий различных социально-демографических групп взрослого населения                                               | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 7                   | Тема 7. Актуальные проблемы исследований и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями)       | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 8                   | Тема 8. Аналитическая характеристика исследований современных проблем фитнеса                                                                                                                    | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| 9                   | Тема 9. Состояние и перспективы исследования проблем физической рекреации                                                                                                                        | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                                                                                  |         |                                                                                                                         | 6                         | 30                     |          | <b>зачёт</b>                                  |

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### ***Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.***

1. Аналитическая характеристика профессиональных компетенций магистра по СТФОД.
2. Анализ факторов, определяющих физическое состояние человека.
3. Аналитическая характеристика ФОТ, направленных на профилактику заболеваний (коррекция нарушений) в учебных заведениях различного типа.
4. Аналитическая оценка роли и значения физической культуры и спорта в социально-психологической реабилитации инвалидов.
5. Научно-методическая характеристика современных представлений о направленности и типичном составе средств в ФОД детей дошкольного возраста в России и за рубежом.
6. Аналитическая характеристика исследований основных средств, используемых в физическом воспитании дошкольников.
7. Аналитическая характеристика проблем исследования основных форм занятий физическими упражнениями, применяемых в дошкольном возрасте.
8. Аналитическая характеристика содержания и форм занятий в рамках семейного физического воспитания.
9. Теоретико-методическая конкретизация программно-нормативных основ и современных программ (отечественных и зарубежных) физического воспитания детей и молодежи школьного возраста.
10. Детализированная характеристика содержания, форм (способов) построения ФОТ, их структура и типология в зависимости от возрастно-половых и сенситивных (чувствительных) периодов развития детей и молодежи школьного возраста.
11. Современные представления о ФОД в процессе оптимизации физического состояния детей и молодежи школьного возраста на основе методики занятий комплексного типа.
12. Актуальные проблемы исследований основных параметров нагрузок на отдельном занятии и по этапам различной продолжительности в системе среднего общего образования.
13. Концептуальные подходы исследований органического сочетания обязательного курса физического воспитания и самостоятельного физкультурно-спортивного движения в средних специальных учебных заведениях и в системе высшего образования.
14. Аналитическая характеристика проблем исследований содержания и методических особенностей физического воспитания в ССУЗах и ВУЗах.
15. Актуальные проблемы исследования путей приобщения основных социально-демографических групп взрослого населения к физкультурно-оздоровительной деятельности.
16. Актуальные теоретико-методические проблемы исследования физкультурно-кондиционной тренировки с лицами взрослого населения.
17. Актуальные проблемы исследования профессионально-прикладной физической культуры различных социально-демографических групп взрослого населения.
18. Актуальная характеристика организационно-методических условий комплексирования различных видов физической деятельности взрослых с гигиеническими и естественно-средовыми факторами.
19. Аналитическая характеристика и оценка физкультурно-оздоровительных систем (технологии): Н.М. Амосова, К. Купера, П. Иванова, А.А. Микулина, А.М. Стрельниковой, «Контрекс», «Изотон» и др.

20. Проблемы исследования и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями).
21. Актуальные проблемы исследований рекреационно-оздоровительных циклов занятий различной направленности.
22. Аналитическая характеристика рекреационно-оздоровительной деятельности в учреждениях санаторно-курортного профиля.
23. Аналитическая характеристика различных видов физической рекреации типа «out door» туризма.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

**а) Основная литература**

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : учеб. по направлению подгот. бакалавриата, магистратуры и науч.-пед. кадров в аспирантуре 49.00.00, 49.03.01, 49.04.01, 49.04.03, 49.06.01 : рек. Федер. ум. в системе высш. образования по укрупн. группе специальностей и направлений подгот. / Л.П. Матвеев. - 4-е изд. - Москва: Спорт, 2021. - 517 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/341430.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/341430.pdf)

2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : [учебник] / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - Москва: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил.

3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. по направлениям подгот. магистратуры 49.04.01, 49.04.03 : а также аспирантуры 49.06.01 / Л.П. Матвеев. - 7-е изд., стер. - Москва: Спорт, 2020. - 340 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/342573.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Rucont/342573.pdf)

**б) Дополнительная литература**

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Матвеев Л.П. - Изд. 2-е, испр. доп. - Москва: [Изд-во Рос. гос. акад. физ. культуры], 2002. Ч. 1: Введение в общую теорию физической культуры. - 177 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/78612.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/78612.pdf)

2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: (общ. основы теории и методики физ. воспитания: теорет.-метод. аспекты спорта и проф.-приклад. форм физ. культуры) : учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту / Л.П. Матвеев. - Москва: ФиС, 1991. - 543 с.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39632.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39632.pdf)

3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высш. физкультур. образования : доп. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Матвеев Лев Павлович. - Изд. 3-е, испр. и доп. - М.: [Известия], 2001. - 323 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/106197.pdf)

4. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Сов. Министров СССР / Л.П. Матвеев. - М.: ФиС, 1977. - 280 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/39624.pdf)

5. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимп. лит., 1999. - 319 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/80836.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/80836.pdf)

6.Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте : учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта : доп. М-вом Украины по делам молодежи и спорта / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 1997. - 583 с.: ил.

URL : [HTTP://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf](http://lib.sportedu.ru/Texts/Books/Scan/79913.pdf)

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1.Портал популяризации культурного наследия и традиций народов России "Культура.РФ" - <https://www.culture.ru/>.

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1.Операционная система – Microsoft Windows 10;

2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

3.Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat Reader DC;

4.Программный продукт 1С: Университет Проф.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Электронные библиотечные системы:

1.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [lib.gtsolifk.ru](http://lib.gtsolifk.ru).

*- Электронные образовательные ресурсы, в том числе информационные справочные и поисковые системы:*

- Библиотека «Куб» ([www.koob.ru](http://www.koob.ru)) электронный образовательный ресурс Режим доступа: свободный

Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – информационная система ([elibrary.ru](http://elibrary.ru)) Режим доступа: с использованием логина и пароля

- Открытая платформа Спортивная Россия – информационная система (<https://infosport.ru/>) Режим доступа: открытый

- Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий, и спортивных мероприятий – информационная система ([minsport.gov.ru](http://minsport.gov.ru)) Режим доступа: свободный

- Федеральный портал Российское образование – информационная система ([edu.ru](http://edu.ru)) Режим доступа: свободный

*- Электронные образовательные ресурсы, в том числе профессиональные базы данных:*

- Информационный портал «Информио» – профессиональная база данных, информационная справочная и поисковая система ([informio.ru](http://informio.ru))

- <https://olympic.ru> – Олимпийский комитет России Режим доступ: свободный
  - [Министерство спорта Российской Федерации: Деятельность физической культуры и массового спорта. Статистическая информация – профессиональная база данных \(minsport.gov.ru\)](https://minsport.gov.ru) Режим доступа: свободный
  - Международный олимпийский комитет – профессиональная база данных (<https://olympics.com/>) Режим доступ: свободный
  - Центральная Олимпийская Академия - профессиональная база данных (<https://coa.gtsolifk.ru/>) Режим доступ: свободный
- Антидопинговое обеспечение – профессиональная база данных ([minsport.gov.ru](https://minsport.gov.ru)) Режим доступа: свободный

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Научно-методический семинар» для обучающихся Факультета магистерской подготовки 2 курса очной и заочной форм обучения направления подготовки 49.04.01 «Физическая культура» направленности (профилю) «Фитнес-инноватика»**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр заочная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                                                                                                                    | Максимальное количество баллов |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Доклад: Актуальные проблемы исследования современных технологий физкультурно-оздоровительной деятельности                                                                   | 20                             |
| 2 | Реферат. Современные проблемы исследования физического состояния различных социально-демографических групп населения и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации | 25                             |
| 3 | Круглый стол. Доклады: Детализированная характеристика научно-методических проблем исследования особенностей ФОД детей и молодежи школьного возраста                        | 20                             |
| 4 | Посещение занятий                                                                                                                                                           | 10                             |
| 5 | Зачет                                                                                                                                                                       | 25                             |
|   | <b>ИТОГО</b>                                                                                                                                                                | <b>100 баллов</b>              |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом**

|                                    |            |       |         |       |       |        |
|------------------------------------|------------|-------|---------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы                    | <51        | 51-60 | 61-67   | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Словесно-цифровое выражение оценки | Не зачтено |       | Зачтено |       |       |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F          | E     | D       | C     | B     | A      |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Факультет магистерской подготовки**

**Кафедра рекреации и спортивно-оздоровительного туризма**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«ФТД.В.03 НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ СЕМИНАР»**

Направление подготовки:  
49.04.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Фитнес-инноватика»

Уровень образования: *магистратура*

Форма обучения: заочная

Год набора 2025, 2026 г.

Москва – 2024 г.



**Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 зачетная единица, 36 академических часов.**

**Семестр освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр заочная форма обучения.

**Цель освоения дисциплины (модуля):** упрочить у магистрантов теоретико-методические знания и аналитические практико-методические умения/навыки планирования, проведения научных исследований в области физкультурно-оздоровительных технологий

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                                                                                                                                                                                       | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                        |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|
|                  | наименование                                                                                                                                                                                                                                 | очная форма обучения                           | заочная форма обучения |
| <b>УК-1</b>      | <b>Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий</b>                                                                                                            |                                                | <b>3</b>               |
| УК-1.1.          | <i>Знать: современные общенаучные подходы, ориентированные на интегративное познание сложно организованных явлений.</i>                                                                                                                      |                                                | 3                      |
| УК-1.4.          | <i>Уметь: проводить критический анализ научных, научно-методических и учебно-методических материалов для выделения научной проблемы</i>                                                                                                      |                                                | 3                      |
| УК-1.6.          | <i>Владеть: навыками разработки стратегии исследования, программы научной деятельности, ее осуществления</i>                                                                                                                                 |                                                | 3                      |
| <b>УК-5.</b>     | <b>Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия</b>                                                                                                                                      |                                                | <b>3</b>               |
| УК-5.1.          | <i>Знать: систему научного знания о физической культуре и спорте, её структуре, междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих физическую культуру и спорт: естественнонаучных, психолого-педагогических, социально-гуманитарных</i> |                                                | 3                      |
| <b>УК-6</b>      | <b>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</b>                                                                                                           |                                                | <b>3</b>               |
| УК-6.1.          | <i>Знать: технологии определения профессиональной компетентности, основы рациональной организации труда</i>                                                                                                                                  |                                                | 3                      |
| УК-6.2.          | <i>Уметь: оценивать результаты собственной профессиональной деятельности, вносить в нее коррективы</i>                                                                                                                                       |                                                | 3                      |

## Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Заочная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины (модуля)                                                                                                                                                                       | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------|----------|-----------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                                                                                  |         | Занятия лекционного типа                                                                                                | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |                                               |
| 1                   | Тема 1. Актуальные проблемы исследования современных технологий физкультурно-оздоровительной деятельности                                                                                        | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 2                   | Тема 2. Современные проблемы исследования физического состояния различных социально-демографических групп населения и физкультурно-оздоровительные аспекты его оптимизации                       | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 3                   | Тема 3. Детализированная характеристика научно-методического потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста                                                     | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| 4                   | Тема 4. Детализированная характеристика научно-методических проблем исследования особенностей ФОД детей и молодежи школьного возраста                                                            | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 5                   | Тема 5. Перспективы исследования современных физкультурно-оздоровительных технологий в системе среднего специального образования и в процесс физического совершенствования студенческой молодежи | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 6                   | Тема 6. Состояние и перспективы исследований физкультурно-оздоровительных технологий различных социально-демографических групп взрослого населения                                               | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 7                   | Тема 7. Актуальные проблемы исследований и технологии комплексирования спортивно-оздоровительного туризма с другими физкультурно-оздоровительными технологиями (занятиями и мероприятиями)       | 3       |                                                                                                                         | 1                         | 3                      |          |                                               |
| 8                   | Тема 8. Аналитическая характеристика исследований современных проблем фитнеса                                                                                                                    | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| 9                   | Тема 9. Состояние и перспективы исследования проблем физической рекреации                                                                                                                        | 3       |                                                                                                                         |                           | 4                      |          |                                               |
| <b>Итого часов:</b> |                                                                                                                                                                                                  |         |                                                                                                                         | 6                         | 30                     |          | <b>зачёт</b>                                  |