

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ОП.12 ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

---

для обучающихся образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена специальности 49.02.01 Физическая культура  
(углубленной подготовки)

**Разработчик:** Шиленко Наталья Александровна,  
преподаватель ГБПОУ КО УОР

г. Калининград,  
2020

Настоящие методические указания по выполнению практических работ по дисциплине ОП.12 Основы исследовательской деятельности (далее - Методические указания) предназначены для обучающихся 4 курса Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Калининградской области «Училище (техникум) олимпийского резерва» и позволяют обеспечить единство требований, предъявляемых к содержанию, оформлению и качеству работ в целом.

Рассмотрено на заседании П(Ц)К  
профессиональных дисциплин  
Протокол №5 от «07» декабря 2020г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>4</b>
<b>2. МЕТОДИКА И СРЕДСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ .....</b>	<b>7</b>
<b>2.1. Этапы выполнения практических работ .....</b>	<b>7</b>
<b>3. ТЕМАТИКА ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....</b>	<b>11</b>
<b>4. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....</b>	<b>29</b>
<b>5. ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>	<b>23</b>

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящие Методические указания предназначены для закрепления теоретических знаний, полученных в рамках лекционного курса по дисциплине ОП.12 Основы исследовательской деятельности, которая относится к общепрофессиональным дисциплинам основной образовательной программы по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура, и приобретения необходимых практических навыков и умений в решении профессиональных задач в сфере физической культуры и спорта.

В Методических указаниях содержится перечень следующих практических работ:

Практическая работа №1. Составление рецензии на статью, опубликованную в Интернет-источнике, по избранному виду спорта.

Практическая работа №2. Составление таблицы сравнительного анализа изученных способов представления результатов исследовательской деятельности.

Практическая работа №3. Составление шаблона проекта исследования в области физической культуры и спорта в виде реферата и обобщенной таблицы сведений.

Практическая работа №4. Составление таблицы сравнительного анализа изученных способов представления результатов исследовательской деятельности.

Практическая работа №5. Наблюдение в режиме онлайн за ходом учебно-тренировочного занятия (занятия по физической культуре) и составление документации по результатам наблюдения.

Практическая работе №6. Составление опросника (анкеты) и демонстрационного материала для проведения беседы по привлечению различных возрастных групп населения к занятиям по физической культуре.

Практическая работе №7. Подбор и составление комплекса контрольных испытаний в соответствии с заданным условием, оформление наглядного материала для выполнения комплекса.

Практическая работе №8. Разработка документации по организации исследования на тему: «Организация физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении».

В результате выполнения вышеперечисленных практических работ, обучающийся должен **уметь**:

- ориентироваться в тенденциях развития физической культуры и спорта;
- выявлять проблему, обосновывать актуальность темы исследования, определять объект и предмет исследования;
- определять цели, задачи, планировать исследовательскую деятельность в области физического воспитания с различными возрастными группами населения;
- убедительно аргументировать, конкретно излагать результаты исследовательской работы;
- прогнозировать, планировать, организовывать и контролировать работу по решению поставленных задач;
- использовать компьютерную технику и соответствующие программные средства для повышения эффективности выполняемой работы;

- обобщать информацию и делать выводы;
- излагать в письменной и устной форме результаты проделанной работы;
- правильно использовать терминологию в области физической культуры;
- находить и анализировать информацию по теории физической культуры, необходимую для профессионального самообразования и саморазвития;
- оформлять результаты исследовательской работы;
- готовить презентационный материал педагогических разработок для выступлений.

Также в результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- понятийный аппарат теории физической культуры и спорта, в том числе взаимосвязь основных понятий;
- современные концепции физического воспитания;
- источники, способы обобщения, представления и распространения педагогического опыта;
- логику подготовки и требования к устному выступлению, отчету, реферированию, конспектированию и другое;
- основы организации опытно-экспериментальной работы в сфере образования и физической культуры и спорта.

В процессе освоения дисциплины обучающийся должен овладевать общими компетенциями:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

В процессе освоения дисциплины обучающийся должен овладевать профессиональными компетенциями:

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью

спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

## **2. МЕТОДИКА И СРЕДСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Выбор содержания и объем конкретной практической работы обусловлен сложностью учебного материала для усвоения, междисциплинарными связями и учетом значения конкретной практической работы для приобретения обучающимися соответствующих умений и компетенций, предусмотренных Федеральным государственным образовательным стандартом специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Методика выполнения каждой практической работы определяется моделью соответствующей задачи, решаемой обучающимся на практическом занятии.

Средством проведения практических работ является комплект персональных компьютеров в компьютерном классе ГБПОУ КО Училище олимпийского резерва с выходом в сеть "Интернет".

В комплект прикладного программного обеспечения включены:

- текстовый редактор MS Office Word;
- табличный процессор MS Office Excel;
- приложения для создания демонстрационных материалов: MS Office PowerPoint, Smart Notebook 16.2.

Практические работы проводятся в компьютерном классе ГБПОУ КО Училище олимпийского резерва.

Процедурным обеспечением практических работ является настоящие Методические указания.

### **2.1. Этапы выполнения практических работ**

Выполнение каждой из представленных в настоящих Методических указаниях практических работ включает в себя следующие основные этапы:

#### **1. Постановка цели и задач практической работы.**

Преподаватель комментирует содержание и объем работ, предусмотренных конкретной практической работой, формулирует цели, задачи, основные этапы работы, последовательность и ход решения задачи практической работы, также определяются содержание и форма представления результатов работы. Также отмечается, что каждая выполненная обучающимся практическая работа оформляется в виде отчета о практической работе, поясняется методика составления и оформления отчета по практической работе. На каждом практическом занятии преподавателем проводится инструктаж по технике безопасности по нахождению в компьютерном классе.

#### **2. Ознакомление обучающегося с содержанием и объемом практической работы.**

На этом этапе обучающийся тщательно изучает содержание и объем предстоящей практической работы. Если постановка задачи недостаточно ясна, у него есть возможность обратиться к преподавателю за дополнительными разъяснениями, после чего обучающийся приступает к выполнению задания практической работы.

#### **3. Порядок выполнения практической работы.**

После всех ознакомительных процедур обучающийся приступает к выполнению задания практической работы, запускает соответствующее прикладное программное обеспечение. В соответствии с установленной последовательностью этапов работы обучающийся выполняет объем работ, предусмотренных заданием практической работы.

При условии выполнения полного объема практической работы обучающийся проверяет правильность полученных результатов и предоставляет преподавателю результаты работы, выведенные на монитор или сохраненные в сетевую папку. В случае замеченных ошибок, обучающийся принимает меры к их исправлению и затем снова предъявляет результаты преподавателю для контроля и приема результатов работы. Если в работе ошибок не содержится, то он приступает к составлению и оформлению отчета по практической работе.

#### 4. Оформление отчета по выполнению практических работ.

Файлы каждой выполненной практической работы хранятся в сетевой папке, которая в наименовании содержит фамилию соответствующего обучающегося.

Отчет оформляется на весь перечень выполненных практических работ и составляется по следующей обобщенной структуре:

- титульный лист, оформленный согласно Приложению №1;
- содержание;
- наименование идентифицирующих признаков практической работы: «Практическая работа № \_\_\_\_ по теме \_\_\_\_\_»;
- цель работы формулируется в соответствии с содержанием раздела «Цель работы» соответствующей практической работы;
- задание, методика выполнения практической работы;
- этапы выполнения работы, последовательно по каждому из этапов приводится характеристика содержания выполненных работ;
- выводы по практической работе, обучающимся формулируются выводы теоретического и практического характера о выполненной практической работе, формулируются в сжатой и четкой форме, содержат сжатую мысль о выполненном этапе работы, как результат аналитико-синтетической переработки содержания выполненного этапа.

Текст отчета по практическим работам распечатывается на принтере, с одной стороны листа, на бумаге белого цвета формата А4 (210x297 мм.). Расстановка переносов отсутствует, выравнивание – по ширине, межстрочный интервал – одинарный, шрифт – Times New Roman, кегль – 14 пт.

Параметры страницы: левое поле – 25 мм., правое поле – 10 мм., верхнее и нижнее поле – 20 мм.

Все страницы, кроме титульной, имеют сквозную нумерацию, в нижней части страницы, по середине, арабскими цифрами.

На второй странице отчета размещается содержание, в котором отражается структура отчета с указанием наименований практических работ и страниц.

Текст отчета должен быть изложен лаконично и вместе с тем информативно с соблюдением правил грамматики. В конце отчета может быть указан список



источников, которые обучающийся применил в практической работе. Библиографические описания литературных источников должны быть оформлены в соответствии с ГОСТ 7.1-84. Правила библиографического описания документации.

5. Критерии оценивания. Практические работы обучающегося оцениваются по пятибалльной шкале:

Оценка «отлично» ставится в том случае, если обучающийся:

- свободно применяет полученные знания при выполнении практических заданий;

- выполнил практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий;

- в отчете по работе правильно и аккуратно выполнены все записи;

- при ответах на контрольные вопросы в устной форме правильно понимает их сущность, дает точное определение и истолкование основных понятий, использует специальную терминологию дисциплины, не затрудняется при ответах на видоизмененные вопросы, сопровождает ответ примерами.

Оценка «хорошо» ставится, если:

- выполнены требования к оценке «отлично», но допущены 2 – 3 недочета при выполнении практических заданий и обучающийся может их исправить самостоятельно или при небольшой помощи преподавателя;

- в отчете к практической работе делает незначительные ошибки;

- при ответах на контрольные вопросы в устной форме не допускает серьезных ошибок, легко устраняет отдельные неточности, но затрудняется в применении знаний в новой ситуации, приведении примеров.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если:

- практическая работа выполнена не полностью, но объем выполненной части позволяет получить правильные результаты и выводы;

- в ходе выполнения практической работы обучающийся продемонстрировал слабые практические навыки, были допущены ошибки;

- обучающийся умеет применять полученные знания при решении простых задач по готовому алгоритму;

- в отчете по практической работе допущены ошибки;

- при ответах на контрольные вопросы в устной форме правильно понимает их сущность, но в ответе имеются отдельные пробелы и при самостоятельном воспроизведении материала требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если:

- практическая работа выполнена не полностью и объем выполненной работы не позволяет сделать правильных выводов, у обучающегося имеются лишь отдельные представления об изученном материале, большая часть материала не усвоена;

- в отчете по практической работе допущены грубые ошибки, либо он вообще отсутствует;

- на контрольные вопросы в устной форме обучающийся не может дать ответов, так как не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями рабочей программы дисциплины.



### 3. ТЕМАТИКА ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

**Практическая работа №1. Составление рецензии на статью, опубликованную в Интернет-источнике, по избранному виду спорта**

**Цель:** изучить видеофрагмент и текстовую часть статьи в Интернет-ресурсах, уметь анализировать данные, обрабатывать информацию и обобщать полученные сведения путем составления рецензии на статью.

**Содержание работы:**

1. Открыть статью, посвященную избранному виду спорта по ссылке: <https://vesti-kaliningrad.ru/kaliningrad-vpervye-prinyal-turnir-po-stritbolu-mirovogo-urovnya/>

2. Просмотреть видеофрагмент, прочитать описательный текст к видеофрагменту

3. Проанализировав полученные сведения составить рецензию объемом не менее 2 страниц печатного текста, используя текстовый редактор MS Office Word, согласно представленному шаблону:

**Название рецензии, ФИО автора, место обучения** – выравнивание - по центру, начертание - полужирное, кегль - 14 пт., шрифт – Times New Roman.

Основной текст оформляется следующим образом: выравнивание - по левому краю, кегль - 14 пт., шрифт – Calibri.

**Проблематика.** Статья рассматривает решение поставленной проблемы, определяет ее, предлагает способы решения.

**Актуальность.** Тема статьи должна быть актуальной и интересной сообществу, иметь перспективы для дальнейшего исследования.

**Научность.** Автор статьи должен рассмотреть научные аспекты изучаемой темы, даже если она имеет исключительно прикладное значение.

**Новизна.** Результаты, представленные автором работы, должны обладать новизной в предметной области информации, представленной в статье.

**Завершенность.** Текст должен начинаться с постановки задачи, а заканчиваться ее решением, которое должно быть достоверным.

**Обоснованность.** Представленные автором результаты должны быть обоснованы с использованием научного (практического) инструментария. Это могут быть математические выводы, эксперимент, математическое моделирование. Только в этом случае результаты будут считаться достоверными.

**Структурированность.** У статьи должна быть четкая структура — общепринятые в публикациях разделы, в которой говорится об актуальности темы, приводится анализ состояния вопроса, определяется и ставится задача, приводится методика исследования, описываются результаты, обсуждается практическое использование результатов, делаются выводы.

**Понятность.** Статья должна быть написана понятным среднему специалисту в выбранной области, языком. Автор должен использовать общепринятые термины.

**Компактность.** Статья должна соответствовать требованию по объему.

## **Практическая работа №2. Составление таблицы сравнительного анализа изученных способов представления результатов исследовательской деятельности**

**Цель:** изучить нормативные правовые акты, применяемой в сфере физической культуры и спорта, уметь осуществлять поиск сведений в сети "Интернет", анализировать полученные данные в ходе поиска информации, обрабатывать и обобщать информацию.

### **Содержание работы:**

1. Изучить предложенные к практической работе нормативные правовые акты (обратить внимание какие виды спорта являются базовыми для региона).

2. Внести выбранные виды спорта в таблицу №1. Сведения о спортивных организациях, реализующих программы спортивной подготовки по базовым видам спорта в Калининградской области.

3. Используя Интернет-ресурсы, дополнить таблицу №1. Сведения о спортивных организациях, реализующих программы спортивной подготовки по базовым видам спорта в Калининградской области следующими данными:

3.1. Перечнем спортивных организаций, реализующих программы спортивной подготовки по базовым видам спорта.

3.2. Выбрать информацию с сайтов спортивных организаций и внести количественный показатель численного состава обучающихся по базовым видам спорта в текущем году.

3.3. Написать рекомендации и ваши предложения об увеличении численного состава обучающихся и использовании новых методик обучения.

Таблица №1. Сведения о спортивных организациях, реализующих программы спортивной подготовки по базовым видам спорта в Калининградской области

№ п/п	Наименование базового вида спорта	Период реализации программ спортивной подготовки	Наименование спортивных организаций региона	Численный состав обучающихся	Рекомендации, предложения
1					
2					
3					

*Пояснение:* к практической работе в формате \*.pdf прилагаются следующие нормативные правовые акты: приказ Министерства спорта Российской Федерации от 26.12.2019 №1117 "Об утверждении перечня базовых видов спорта", приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16.04.2020 №307 "О внесении изменений в перечень базовых видов спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 26.12.2019 №1117".

### **Практическая работа №3. Составление шаблона проекта исследования в области физической культуры и спорта в виде реферата и обобщенной таблицы сведений**

**Цель:** отработать методы поиска информации в Интернет-ресурсах, уметь обрабатывать и анализировать полученную в ходе поиска информацию.

#### **Содержание работы:**

1. В приложенном перечне региональных федераций по видам спорта, имеющих государственную аккредитацию в Министерстве спорта Калининградской области по состоянию на текущий год, внести недостающую информацию о руководстве, наличии официального сайта, контакты.

2. Поиск информации о региональной федерации по видам спорта осуществлять через поисковой сайт «Яндекс», в случае, если сайт отсутствует, в соответствующем поле таблицы №1. Сведения о региональных федерациях по видам спорта, имеющих государственную аккредитацию в Министерстве спорта Калининградской области, поставить прочерк.

3. В случае положительного поиска, зайти на официальный сайт федерации и по новостной ленте указать дату последнего обновления контента сайта, адрес сайта, контакты, информацию о руководящем составе в соответствующем поле таблицы №1. Региональные федерации по видам спорта.

4. Выбрать региональную федерацию по избранному виду спорта и в текстовом редакторе подготовить реферат, содержащий информацию об основных сведениях федерации (учредитель, год создания, адрес местонахождения, фамилии представителей, основной и дополнительный вид деятельности и другое).

Таблица №1. Сведения о региональных федерациях по видам спорта, имеющих государственную аккредитацию в Министерстве спорта Калининградской области

№	Наименование вида спорта	Наименование региональной федерации	Дата государственной аккредитации	Номер приказа о государственной аккредитации	Дата окончания государств. аккредитации	Руководитель	Официальный сайт федерации	Официальный e-mail федерации	Дата последнего обновления сведений
1.	Авиамодельный спорт	Региональное отделение Общероссийской общественной организации	28.09.2018	113	27.09.2022				

		ации «Федерация авиамодельного спорта России» по Калининградской области							
2.	Автомобильный спорт	Региональная общественная организация «Калининградская Федерация автомобильного спорта»	06.09.2019	124	05.09.2023				
3.	Акробатический рок-н-ролл	Калининградская региональная общественная организация «Федерация акробатического рок-н-ролла»	25.10.2017	37	24.10.2021				
4.	Айкидо	Региональная общественная организация «Федерация Айкидо Калининградск	26.05.2017	44	25.05.2021				

		ой области »							
5.	Армрестлинг	Региональное отделение Общероссийской общественной организации «Федерация армрестлинга России» - «Федерация армрестлинга Калининградской области»	06.09.2017	4	05.09.2021				
6.	Бадминтон	Общественная организация «Региональная спортивная Федерация бадминтона Калининградской области»	06.09.2019	124	05.09.2023				
7.	Баскетбол	Региональная общественная организация «Федер	03.09.2020	107	02.09.2024				

		ация баскетбо ла Калини нградск ой области »							
8.	Бильярд ный спорт	Общест венная органи зация «Калин инград ская региона льная Федера ция бильярд ного спорта»	29.12.20 18	136	28.12.202 2				
9.	Бодибил динг	Региона льная общест венная органи зация «Федер ация бодибил динга Калини нградск ой области »	18.10.20 19	138	17.10.202 3				
10.	Бокс	Общест венная органи зация «Федер ация бокса Калини нградск ой области »	28.11.20 18	136	27.11.202 0				



11.	Велосипедный спорт	Региональная общественная организация «Федерация велосипедного спорта Калининградской области»	28.12.2017	63	27.12.2021				
12.	Водный спорт	Калининградская региональная общественная организация «Федерация водного спорта»	24.03.2020	29	23.03.2024				
13.	Волейбол	Калининградская региональная общественная организация «Федерация волейбола»	29.04.2020	53	28.04.2024				
14.	Всестилевое каратэ	Калининградское областное Региональное	25.03.2019	28	24.03.2021				

		отделение Общероссийской общественной спортивной организации «Федерация всестилевого каратэ России»							
15.	Гиревой спорт	Региональное отделение общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация гиревого спорта» в Калининградской области	13.09.2018	105	12.09.2022				
16.	Го	Региональная общественная организация «Калининградская	07.02.2018	11	06.02.2022				

		Федерация Го»							
17.	Гольф	Региональная общественная организация «Федерация гольфа Калининградской области»	27.12.2018	155	26.12.2022				
18.	Гребля на байдарках и каноэ	Калининградская региональная общественная организация «Федерация гребли на байдарках и каноэ Калининградской области»	28.12.2015	108	27.12.2019				
19.	Гребной спорт	Региональная общественная организация «Федерация гребного спорта Калининградской области»	02.08.2017	72	01.08.2021				

		области »							
20.	Дзюдо	Региональная общественная организация «Федерация самбо и дзюдо Калининградской области»	15.10.2018	120	14.10.2022				
21.	Ездовой спорт	Региональная общественная организация «Федерация ездового спорта Калининградской области»	18.10.2019	138	17.10.2023				
22.	Каратэ	Калининградская Региональная Общественная Организация «Областная Федер	04.12.2019	159	03.12.2023				

		ация Каратэ »							
23.	Кёрлинг	Общественная организация «Федерация кёрлинга Калининградской области »	03.07.20 18	72	02.07.202 2				
24.	Кикбоксинг	Калининградская региональная общественная организация «Федерация Кикбоксинга Калининградской области »	06.02.20 20	9	05.02.202 2				
25.	Киокусинкай	Общественная организация «Ассоциация Федераций Киокусинкай Калининградской области »	04.12.20 19	159	03.12.202 0				
26.	Компьютерный спорт	Калининградское региона	03.09.20 20	107	02.09.202 4				

		льное отделение Общероссийской общественной организации «Федерация компьютерного спорта России»							
27.	Конный спорт	Калининградская региональная общественная организация «Федерация Конного Спорта Калининградской области»	01.07.2019	83	30.06.2021				
28.	Конькобежный спорт	Региональная общественная организация «Спортивная Федерация Калининградской области по конькобежному спорту»	02.11.2018	120	01.11.2022				

29.	Кудо	Региональная физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация КУДО Калининградской области»	18.10.2020	107	17.10.2024				
30.	Легкая атлетика	Региональная общественная организация «Федерация легкой атлетики Калининградской области»	07.02.2018	11	06.02.2021				

#### **Практическая работа №4. Составление таблицы сравнительного анализа изученных способов представления результатов исследовательской деятельности**

**Цель:** составление сравнительной таблицы сравнительного анализа изученных способов представления результатов исследовательской деятельности на основе ранее изученного материала.

#### **Содержание работы:**

1. На основе ранее изученного материала, представленного в «Лекции №3. Виды исследовательских работ обучающихся (реферат, доклад, курсовой проект (курсовая работа), выпускная квалификационная работа и другое). Особенности, структура, этапы исследовательской работы. Методология исследовательского процесса. Способы представления результатов исследовательской деятельности», составить в текстовом редакторе сравнительную таблицу изученных способов представления результатов исследовательской деятельности в следующей форме:

№	Наименование вида исследовательской деятельности	Этапы выполнения работы	Структура исследовательской работы
1			
2			
3			

2. Требования к оформлению: текст оформляется следующим образом: выравнивание - по левому краю, кегль - 14 пт., шрифт – Times New Roman.

**Практическая работа №5. Наблюдение в режиме онлайн за ходом учебно-тренировочного занятия (занятия по физической культуре) и составление документации по результатам наблюдения**

**Цель:** изучить видеоматериал, иллюстрирующий ход учебно-тренировочного занятия, составить конспект учебно-тренировочного занятия.

**Содержание работы:**

1. Просмотреть видеофрагмент учебно-тренировочного занятия, представленный в материале практической работы.

2. Используя Интернет-браузер, перейти на официальный сайт Учреждения, в разделе «Дистанционный тренировочный процесс» скачать образец конспекта учебно-тренировочного занятия.

3. В текстовом редакторе MS Office Word заполнить шаблон конспекта учебно-тренировочного занятия. Отметить, по-вашему мнению, замечания и рекомендации.

**Практическая работе №6. Составление опросника (анкеты) и демонстрационного материала для проведения беседы по привлечению различных возрастных групп населения к занятиям по физической культуре**

**Цель:** отработка навыков по анализу и обработке сведений, форматировании текста в текстовом редакторе MS Office, подготовки наглядного материала для проведения беседы по привлечению различных возрастных групп населения к занятиям по физической культуре с использованием приложения Smart Notebook.

**Содержание работы:**

1. Изучите представленную информацию об участниках анкетирования:

*«К Вам обратилась женщина 40 лет, у которой есть сын 14-летнего возраста, который все свободное время занят деятельностью в смартфоне. Составьте интерактивную анкету, используя приложение Smart Notebook, с целью мотивации занятиями физической культуры и ведением здорового образа жизни.»*

Опросник (анкета) должен быть составлен с использованием интерактивных ресурсов приложения Smart Notebook и содержать не менее 12 вопросов, с наличием строки для альтернативного ответа.

2. В случае наличия большинства отрицательных ответов составить рекомендации текстовом редакторе MS Office Word с обоснованием положительного воздействия занятий физической культурой на организм подростка.



**Практическая работе №7. Подбор и составление комплекса контрольных испытаний в соответствии с заданным условием, оформление наглядного материала для выполнения комплекса**

**Цель:** отработка навыков по анализу и обработке сведений, форматировании текста в текстовом редакторе MS Office Word, подготовки наглядного материала с использованием приложения Smart Notebook.

**Содержание работы:**

1. По выданному ранее заданию в практической работе №б. «Составление опросника (анкеты) и демонстрационного материала для проведения беседы по привлечению различных возрастных групп населения к занятиям по физической культуре» разработать комплекс контрольных испытаний в текстовом редакторе MS Office Word.

2. Оформить презентационный материал в MS Office PowerPoint с подробным выполнением заданного комплекса упражнений в виде схематических изображений, видеофрагментов, текстовых пояснений.

**Практическая работе №8. Разработка документации по организации исследования на тему: «Организация физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении»**

**Цель:** изучить фрагмент диссертации по теме и отработать навыки по анализу и обработке сведений, разработке наглядного материала посредством приложений: MS Office Word, MS PowerPoint.

**Содержание работы:**

1. Изучить фрагмент диссертации и по представленным в тексте формам организации физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении и составить схематическое представление форм деятельности по организации физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении, используя базовые знания дисциплин: «Физическая культура», «Теория и история физической культуры» в текстовом редакторе MS Office Word, используя фигуры SmartArt.

2. Разработать комплекс упражнений (на выбор) в виде коллекции изображений, иллюстрирующих правильность выполнения упражнения, в текстовом редакторе MS Office Word, используя базовые знания дисциплин: «Физическая культура», «Теория и история физической культуры». Коллекцию изображений размещать в 3 столбца, ориентация листа – альбомная:

- топ-упражнения на период самоизоляции;
- 20-минутная тренировка для всего тела;
- 14 упражнений для комплексной домашней тренировки на все группы мышц;
- утренняя гигиеническая гимнастика;
- физкультминутка;
- дыхательная гимнастика;
- элементарные приемы психорегуляции.

Фрагмент диссертаций на тему: «Организация физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении»:

## **«Введение**

Основными организационными центрами системы физического воспитания обучающихся являются общеобразовательные школы, средние профессиональные образовательные учреждения, учреждения высшего образования.

В учебных заведениях физическое воспитание осуществляется в процессе учебных занятий, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, которые проводятся в соответствии с разработанными и утвержденными положениями. Одной из главных задач является укрепление здоровья и правильное физическое развитие обучающихся. С этой целью используются различные формы: урок/занятия физической культуры, физкультминутки, спортивные секции, подвижные перемены, час здоровья, спортивные праздники, дни здоровья и спорта и т.д.

К сожалению, многие родители (законные представители) не понимают оздоровительного значения физической культуры и спорта, не уделяют должного внимания физическому воспитанию детей. Поэтому задача преподавателей физического воспитания и тренеров – разъяснить положительное воздействие физической культуры на состояние здоровья и физическое развитие детей. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными средствами являются, прежде всего спортивно-массовые мероприятия.

Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа решает много важнейших задач. Успешность их решения зависит от правильного, четкого планирования и организации методической работы в образовательном учреждении.

Только совместная работа всех звеньев управления образовательным учреждением даёт возможность грамотно и целесообразно организовать спортивно-массовую работу, направленную на оздоровление обучающихся, приобщение их к здоровому образу жизни.

### **Физическое воспитание в образовательном учреждении (общеобразовательной школе)**

При оценке значения физической культуры в школьном возрасте важно учитывать ее необходимость при решении задач общего физкультурного образования и физического развития. Необходимо исходить из того, что двигательная активность — естественная потребность растущего организма, непременное условие физического развития, укрепления здоровья и повышения сопротивляемости организма неблагоприятным условиям. Однако специальные исследования содержания общего физкультурного образования, двигательного режима школьников убедительно свидетельствуют о недостаточном удовлетворении этих потребностей. Физическая культура в школьном возрасте имеет особенно большое значение для формирования необходимых в жизни двигательных умений, навыков, овладения основами их практического использования в разнообразных условиях двигательной деятельности.

В обучении двигательным действиям в этом возрасте можно выделить этапы, благоприятные для быстрого и полноценного освоения новых двигательных действий. В процессе направленного использования этой особенности создаются

наилучшие условия для всестороннего развития двигательных качеств. Многообразная практика использования физической культуры в школьном возрасте направлена на физическое совершенствование подрастающего поколения. Вместе с тем она должна служить целям обеспечения здорового образа жизни, быта и культурного отдыха, поддержания высокого уровня работоспособности в учебных занятиях и успешного осуществления других видов деятельности. Весь процесс достижения этих целей необходимо связывать со всесторонним развитием личности.

## **2. Физкультурно-оздоровительная и спортивно - массовые работы в образовательном учреждении**

Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа организуется на основе широкой самостоятельной деятельности обучающихся. Физкультурно-оздоровительная работа с обучающимися проводится до занятий (гимнастика, учебно-тренировочные занятия), во время учебных занятий (физкультминутка и физкультпауза) и между занятиями (игры на переменах).

## **3. Спортивно-массовая работа в образовательном учреждении**

Цели организации внеклассной спортивно-массовой работы в образовательном учреждении: углубить знания обучающихся на основе их интересов и склонностей, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в избранном виде спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить обучающихся к регулярным тренировкам.

Спортивно-массовая работа должна строиться не на отдельных круглогодичных секциях, а на массовых соревнованиях, матчах, спортивных праздниках, днях здоровья, туристских походах и слетах, всевозможных спортивных встречах между классами/группами/курсами.

Внеучебная спортивно-массовая работа отличается от учебной тем, что:

-осуществляется на добровольных началах, а ее содержание и формы организации определяются с учетом интересов большинства обучающихся и условий образовательного учреждения;

-она строится на основе широкой общественной активности обучающихся, объединенных в коллектив физической культуры,

при контроле и поддержке со стороны администрации, педагогического состава образовательного учреждения;

-педагогическое руководство внеклассной работой приобретает в большей мере инструктивно-педагогический характер, стимулирующий проявление творческой инициативы обучающихся.

Одним из видов внеклассной работы в школе является массовая физкультурная и спортивная работа.

Задачи внеклассной работы:

-содействовать образовательной организации в выполнении стоящих перед ней учебно-воспитательных задач;

-содействовать укреплению здоровья,

закаливанию организма, разностороннему физическому развитию обучающихся;

-углублять и расширять знания, умения, навыки, получаемые обучающимися на уроках, физической культуры;  
-воспитывать и развивать организаторские навыки у обучающихся.

*Спорт — это одна из основных форм организации, обучающихся для систематических занятий физическими упражнениями.*

*Составным элементом занятий спортом является учебно-тренировочный процесс, который осуществляется в соответствии с программами спортивных секций по избранному виду спорта.*

*Комплектование групп производится с учетом возраста и физической подготовленности обучающихся. В период подготовки к соревнованиям создаются команды. Количество участников зависит от условий соревнований. Участники команд не прекращают занятий в секции. Кроме того, с участниками команд могут проводиться дополнительные занятия (тренировки).*

*Спортивные секции создаются для учащихся, желающих заниматься определенным видом спорта. Основные задачи секций*

- приобщить обучающихся к систематическим занятиям спортом;
- содействовать их спортивному совершенствованию в избранном виде спорта;
- готовить их к участию соревнованиях различного уровня;
- содействовать приобретению знаний и навыков инструкторской работы и судейства соревнований.

*Основными задачами спортивных секций в образовательных учреждениях являются:*

- всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья и закаливание организма обучающихся;
- развитие индивидуальных физических способностей до высокого уровня с целью достижения спортивного успеха в соответствии с возрастом и полом;
- формирование в процессе занятий моральных и волевых качеств, привитие навыков культурного поведения;
- совершенствование организаторских способностей в спортивно-массовой и оздоровительной работе с учащимися разного возраста.

*Спортивные соревнования являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы по физическому воспитанию. Они содействуют привлечению обучающихся к систематическим занятиям физическими упражнениями, повышают физическую подготовленность обучающихся, сплачивают подростковый коллектив.*

### **Заключение**

*Обучающиеся образовательных учреждений в результате физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы достигают оптимального уровня физической подготовки.»*

## **Практическая работа №9. Составление электронной презентации, как наглядного материала исследования**

**Цель:** отработать навыки по анализу и обработке сведений, поиску информации в Интернет-ресурсах, разработке наглядного материала посредством приложений: MS PowerPoint.

### **Содержание работы:**

### **Задание №1.**

Перейдите по ссылке на Интернет-версию системы Гарант: <http://ivo.garant.ru>

### **Задание №2.**

В главном окне системы Гарант в пункте меню «Основные документы», раздел «Новые документы», подраздел «Региональные акты» *найдите все изменения к [Постановлению](#) Правительства Калининградской области от 16 марта 2020 г. N 134 "О введении на территории Калининградской области режима повышенной готовности для органов управления и сил территориальной подсистемы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Калининградской области и некоторых мерах по предотвращению распространения в Калининградской области новой коронавирусной инфекции"*, вступившие в силу и действующие на территории Калининградской области.

### **Задание №3.**

Собрать сведения и сформировать обобщенную информацию о работе учреждений в области физической культуры и спорта, спортивных мероприятиях в период 2019-нCoV в Калининградской области и оформить презентацию в приложении MS Office Powerpoint.

Слайды формировать по мере наличия постановления Правительства Калининградской области о внесенных изменениях к [Постановлению](#).

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. Куклина Е. Н. Основы учебно-исследовательской деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. Н. Куклина, М. А. Мазниченко, И. А. Мушкина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 235 с.

2. Михеева Е.В. Практикум по информационным технологиям в профессиональной деятельности: учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования/ Е.В. Михеева.-15-е изд., стер - М.: Издательский центр «Академия», 2015

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КАЛИНИНГРАДСКОЙ  
ОБЛАСТИ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»**

**ОТЧЕТ  
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
ОП.12 ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Выполнил обучающийся \_\_ курса \_\_ группы  
специальности 49.02.01 Физическая культура

---

ФИО обучающегося

Проверил преподаватель:

---

ФИО преподавателя

г. Калининград,  
20\_\_