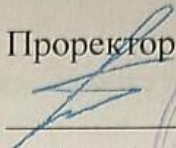


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Локтионова Оксана Геннадьевна
Должность: проректор по учебной работе
Дата подписания: 22.04.2024 11:38:53
Уникальный программный ключ:
0b817ca911e6668abb13a5d426d39e5f1c11eabb75e743df4a4851fda56d089

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Юго-Западный государственный университет»
(ЮЗГУ)
Кафедра физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе


О.Г. Локтионова
« 28 » 03 2024 г.



МЕТОДИКА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ В
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов
направления подготовки 49.04.01 Физическая культура (магистерская
программа «Теория физической культуры и спорта, технология физического
воспитания»)

Курск 2024

УДК 378

Составитель: С.В. Токарева

Рецензент

Кандидат педагогических наук, профессор А.А. Хвастунов

Методика использования технических средств в физкультурно-оздоровительной деятельности: методические рекомендации к практическим занятиям для студентов направления подготовки 49.04.01 Физическая культура / Юго-Зап. гос. ун-т; сост.: С.В. Токарева. - Курск, 2024 - 24 с.

Методические рекомендации содержат основные направления научных исследований в области организации физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, а также задания для подготовки к практическим занятиям и закрепление материала по курсу дисциплины «Методика использования технических средств в физкультурно-оздоровительной деятельности».

Предназначены для магистров, обучающихся по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (магистерская программа «Управление в области физической культуры и спорта»).

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать *28.03* Формат 60x84 1/16.
Усл. печ. л. 1,395. Уч.-изд. л. 1,263. Тираж экз. *100* Заказ. *204* Бесплатно.
Юго-Западный государственный университет.
305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины для самостоятельной работы	5
Перечень дискуссионных тем и вопросов для проведения контрольного опроса, рефератов	15
Библиографический список.....	18

ВВЕДЕНИЕ

Самостоятельная работа студентов

В высшей школе студент должен, прежде всего, сформировать потребность в знаниях и научиться учиться, приобрести навыки самостоятельной работы, необходимые для непрерывного самосовершенствования, развития профессиональных и интеллектуальных способностей.

Если с первых дней студент не приучит себя к ежедневной самостоятельной учебе, то пропущенное время будет потеряно безвозвратно. Опыт показывает, что это приводит не только к снижению качества работы студента, но нередко является причиной серьезных срывов в учебе, ведущих подчас к отчислению из вуза.

Многочисленные исследования бюджета времени студентов показывают, что для овладения всеми дисциплинами, изучаемыми в течение семестра, студенту необходимо самостоятельно заниматься 4-5 часов ежедневно, кроме выходных дней. Особенно важно выработать свой собственный, с учетом индивидуальных особенностей, стиль в работе, установить равномерный ритм на весь семестр. Под ритмом понимается ежедневная работа приблизительно в одни и те же часы, при целесообразности чередования ее с перерывами для отдыха.

Вначале для того, чтобы организовать ритмичную работу, требуется сознательное напряжение воли, самопринуждение. Однако со временем принуждение постепенно будет ослабевать, возникнет привычка и установленный режим превратится в потребность. Правильно организованный, разумный режим работы обеспечит высокую эффективность без существенных перегрузок.

Основной **целью** курса является формирование системы знаний, умений и навыков о тренажерных технологиях в современном спорте, типах и видах тренажеров, методах и средствах их использования в различных видах физической подготовки.

Основными **задачами** изучения дисциплины являются:

- обобщение и систематизация данных в области использования тренажерных технологий в спорте;
- овладение методикой проведения контроля за эффективностью и рациональностью использования тренажерных технологий в спорте.

Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программ

<i>Планируемые результаты освоения основной профессиональной образовательной программы (компетенции, закреплённые за дисциплиной)</i>		<i>Код и наименование индикатора достижения компетенции, закреплённого за дисциплиной</i>	<i>Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесённые с индикаторами достижения компетенций</i>
<i>код компетенции</i>	<i>наименование компетенции</i>		
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий	УК-1.1 Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.	<p>Знать: методы, средства физической культуры и спорта, а также основы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Уметь: эффективно использовать методы, средства физической культуры и спорта, а также основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): методами, средствами физической культуры и спорта, а также основными здоровьесберегающими технологиями для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма</p>
		УК-1.2 Определяет пробелы в информации, необходимой для	Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической

		<p>решения проблемной ситуации, и проектирует процессы по их устранению.</p>	<p>культуры и спорта с целью правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Уметь: грамотно и эффективно планировать своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
		<p>УК-1.4 Разрабатывает и содержательно аргументирует стратегию решения проблемной ситуации на основе системного и междисциплинарных подходов</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью соблюдения, и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: соблюдать и грамотно пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками</p>

			<p>соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
		<p>УК-1.5 Использует логико-методологический инструментарий для критической оценки современных концепций философского и социального характера в своей предметной области.</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью соблюдения, и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: соблюдать и грамотно пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
УК-6	<p>Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>	<p>УК-6.1 Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания.</p>	<p>Знать: методы, средства физической культуры и спорта, а также основы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Уметь: эффективно использовать методы, средства физической культуры и спорта, а также</p>

			<p>основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): методами, средствами физической культуры и спорта, а также основными здоровьесберегающими технологиями для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма</p>
		<p>УК-6.2 Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки по выбранным критериям.</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Уметь: грамотно и эффективно планировать своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной</p>

			нагрузки и обеспечения работоспособности.
		УК-6.3 Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда.	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью соблюдения, и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: соблюдать и грамотно пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
ПК-1	Способен разрабатывать и обосновывать стратегию развития организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта, основные мероприятия и мероприятия ее реализации	ПК-1.1 Разрабатывает стратегию развития организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта	<p>Знать: методы, средства физической культуры и спорта, а также основы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Уметь: эффективно использовать методы, средства физической культуры и спорта, а также основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового</p>

			<p>образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): методами, средствами физической культуры и спорта, а также основными здоровьесберегающими технологиями для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма</p>
		<p>ПК-1.2 Проектирует основные мероприятия и мероприятия ее реализации</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Уметь: грамотно и эффективно планировать своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
		<p>ПК-1.3 Осуществляет планирование и</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и</p>

		методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций	<p>методов физической культуры и спорта с целью соблюдения, и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: соблюдать и грамотно пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
ПК-3	Способен осуществлять поиск, анализ, систематизировать и применять знания научных исследований и проектов в области подготовки спортсменов	ПК-3.1 Осуществляет поиск по проблеме исследования, анализирует современные теории, инновационные методы и технологии в подготовке спортсменов	<p>Знать: методы, средства физической культуры и спорта, а также основы здоровьесберегающих технологий для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Уметь: эффективно использовать методы, средства физической культуры и спорта, а также основные здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): методами,</p>

			<p>средствами физической культуры и спорта, а также основными здоровьесберегающими технологиями для поддержания здорового образа жизни с учётом физиологических особенностей организма</p>
		<p>ПК-3.2 Систематизирует и интерпретирует информацию по проблеме исследования</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Уметь: грамотно и эффективно планировать своё рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками правильного планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
		<p>ПК-3.3 Применяет обоснованные формы, методы и технологии подготовки спортсменов</p>	<p>Знать: базовые концепции и подходы к эффективному использованию средств и методов физической культуры и спорта с целью соблюдения, и пропаганды норм здорового образа жизни в различных</p>

			<p>жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Уметь: соблюдать и грамотно пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть (или иметь опыт деятельности): навыками соблюдения и пропаганды норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p>
--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), представлено в таблице 1.

Таблица 4.1.1 – Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам)

№	Раздел (тема) дисциплины	Содержание
1	2	3
1.	Техника безопасности и правила проведения занятий на тренажерах. Виды и типы тренажёров Основы построения занятий с использованием тренажёров	Определение понятия «Тренажер», «тренировочное устройство», «Техническое средство» Классификация тренажеров. Эргономические требования к тренажерам. Гигиенические требования к тренажерам.
2.	Направленность воздействия тренажеров на морфофункциональные возможности занимающихся	Тренажеры для развития силы. Характеристики и методика тренировки. Тренажеры для развития гибкости. Характеристики и методика тренировки. Тренажеры для развития ловкости. Характеристики и методика тренировки. Тренажеры для развития выносливости. Характеристики и методика тренировки. Тренажеры для развития координационных способностей. Характеристики и методика тренировки.
3.	Использование тренажерных технологий для решения педагогических задач в учебно- тренировочных занятиях с занимающимися	Тренажеры для формирования двигательных навыков в футболе. Характеристики и методика использования. Тренажеры для формирования двигательных навыков в волейболе. Характеристики и методика использования. Тренажеры для формирования двигательных навыков в хоккее. Характеристики и методика использования.

		<p>Тренажеры для формирования двигательных навыков в баскетболе. Характеристики и методика использования.</p> <p>Тренажеры для формирования двигательных навыков в легкой атлетике.</p> <p>Характеристики и методика использования.</p> <p>Тренажеры для формирования двигательных навыков в теннисе. Характеристики и методика использования.</p> <p>Тренажеры для формирования двигательных навыков в гимнастике. Характеристики и методика использования.</p> <p>Тренажеры для формирования правильной техники выполнения движений в плавании.</p> <p>Характеристики и методика использования.</p>
4.	<p>Правила регулирования физической нагрузки при работе на тренажёрах.</p> <p>Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями на тренажёрах</p>	<p>Особенности применения тренажеров в физическом воспитании школьников разного возраста. Тренажеры в физической культуре взрослого населения. Требования к тренажерным залам и организация занятий для различных групп населения. Тренажеры и контроль за физической нагрузкой при выполнении упражнений.</p>
5.	<p>Составление индивидуальных программ занятий для различных групп населения</p>	<p>Составление индивидуальных программ развития физических качеств, совершенствования техники двигательного действия, тактики соревновательной деятельности и т.д.</p> <p>Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе. Совместная работа тренеров и учёных.</p>

Самостоятельная работа студентов (СРС)

Таблица 2 – Самостоятельная работа студентов

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы) дисциплины
1	2
1	Использование тренажерных технологий для решения педагогических задач в учебно-тренировочных занятиях с занимающимися
2	Правила регулирования физической нагрузки при работе на тренажёрах. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями на тренажёрах

Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Таблица 7.3 – Паспорт комплекта оценочных средств для текущего контроля успеваемости

№	Раздел (тема) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Технология формирования	Оценочные средства		Описание шкал оценивания
				наименование	№ заданий	
1	2	3	4	5	6	7
1	Техника безопасности и правила проведения занятий на тренажерах. Виды и типы тренажеров Основы построения занятий с использованием тренажеров	УК-1, УК-6, ПК-1, ПК-3.	Самостоятельная работа	темы рефератов	1-10	Согласно табл.7.2
2	Направленность воздействия тренажеров на морфофункциональные возможности занимающихся	УК-1, УК-6, ПК-1, ПК-3.	Лабораторная, самостоятельная работа	контрольные вопросы	1-8	Согласно табл.7.2
3	Использование тренажерных технологий для решения педагогических задач в учебно-тренировочных занятиях с занимающимися	УК-1, УК-6, ПК-1, ПК-3.	Самостоятельная работа, практическое занятие	контрольные вопросы	1-10	Согласно табл.7.2
4	Правила регулирования физической нагрузки при работе на тренажерах Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями на тренажерах	УК-1, УК-6, ПК-1, ПК-3.	Самостоятельная работа, практическое занятие	Контрольный опрос	1-10	Согласно табл.7.2
				темы рефератов	1-6	

Контрольный опрос по разделу (теме) дисциплины 1. «Техника безопасности и правила проведения занятий на тренажерах. Виды и типы тренажеров. Основы построения занятий с использованием тренажеров»

1. Кто допускается к занятиям в спортивном зале?
2. Воздействие, каких опасных факторов возможно при проведении занятий в тренажерном зале?
3. Какие упражнения запрещается выполнять в тренажерном зале?
4. Каковы требования охраны труда перед началом занятия?
5. Каковы требования охраны труда во время проведения занятий?
6. Каковы требования охраны труда в аварийных ситуациях?
7. Каковы требования охраны труда по окончании занятий?
8. Какие виды тренажеров Вы знаете?
9. Определите структуру тренировочного занятия с использованием тренажерных устройств.
10. Что такое большая, средняя и малая нагрузки при выполнении силовых упражнений?

Контрольный опрос по разделу (теме) дисциплины 2. «Направленность воздействия тренажеров на морфофункциональные возможности занимающихся»

1. Охарактеризуйте роль дыхания при выполнении упражнений с отягощениями.
2. Назовите факторы, определяющие длительность нагрузки и отдыха.
3. Какую роль выполняет расслабление при использовании упражнений силовой направленности?
4. Назовите последовательность упражнений, которую необходимо учитывать при составлении комплексов.
5. Какие рекомендации существуют относительно продолжительности занятий на тренажерах?
8. Каковы основные принципы, которые необходимо учитывать при построении тренировочного процесса?

Рефераты:

1. Тренажеры для развития силы. Характеристики и методика тренировки.
2. Тренажеры для развития гибкости. Характеристики и методика тренировки.
3. Тренажеры для развития ловкости. Характеристики и методика тренировки.
4. Тренажеры для развития выносливости. Характеристики и методика тренировки.
5. Тренажеры для развития координационных способностей. Характеристики и методика тренировки.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости представлены в УМК по дисциплине.

Типовые задания для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет проводится в виде бланкового тестирования.

Для тестирования используются контрольно-измерительные материалы (КИМ) – вопросы и задания в тестовой форме, составляющие банк тестовых заданий (БТЗ) по дисциплине, утвержденный в установленном в университете порядке.

Проверяемыми на промежуточной аттестации элементами содержания являются темы дисциплины, указанные в разделе 4 настоящей программы. Все темы дисциплины

отражены в КИМ в равных долях (%). БТЗ включает в себя не менее 100 заданий и постоянно пополняется. БТЗ хранится на бумажном носителе в составе УММ и электронном виде в ЭИОС университета.

Для проверки *знаний* используются вопросы и задания в различных формах:

- закрытой (с выбором одного или нескольких правильных ответов),
- открытой (необходимо вписать правильный ответ),

Умения, навыки (или опыт деятельности) и компетенции проверяются с помощью компетентностно-ориентированных задач (ситуационных, производственных или кейсового характера) и различного вида конструкторов. Все задачи являются многоходовыми. Некоторые задачи, проверяющие уровень сформированности компетенций, являются многовариантными. Часть умений, навыков и компетенций прямо не отражена в формулировках задач, но они могут быть проявлены обучающимися при их решении.

В каждый вариант КИМ включаются задания по каждому проверяемому элементу содержания во всех перечисленных выше формах и разного уровня сложности. Такой формат КИМ позволяет объективно определить качество освоения обучающимися основных элементов содержания дисциплины и уровень сформированности компетенций.

Примеры типовых заданий для проведения промежуточной аттестации обучающихся

Задание в закрытой форме: Тренажером называется

А) техническое средство, способствующее развитию физических качеств и обеспечивающее информацией самого занимающегося в процессе выполнения упражнений; Б) техническое средство, способствующее формированию двигательных навыков;

В) учебно-тренировочное устройство для обучения и совершенствования спортивной техники, различных функций организма и обеспечивающее обратную связь;

Г) техническое средство глобально воздействующего на весь организм человека при выполнении физических упражнений

Задание в открытой форме:

Технические средства в спорте – это _____

Компетентностно-ориентированная задача:

Одной из важнейших методических проблем при воспитании силовых способностей является проблема выбора величины внешнего сопротивления (отягощения). Задачей тренировок являлось воспитание у занимающихся абсолютной силы. Для решения данной задачи тренер применял следующую методику: 1) основное средство – упражнения строго регламентированного характера; 2) неопредельный вес отягощения, средний темп выполнения упражнений, максимальное количество повторений упражнения в одном подходе. Спустя некоторое время после проведения повторного тестирования он обнаружил, что прирост абсолютной силы незначителен, а показатели силовой выносливости ощутимо возросли.

Задание 1. Определите методическую ошибку тренера.

Задание 2. Устраните ошибки, обнаруженные вами в данной методике. Дайте обоснование правильности своего ответа.

Полностью оценочные материалы и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации обучающихся представлены в УМК по дисциплине.

Библиографический список

1. Барчуков, И. С. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебник / И. С. Барчуков ; Назаров Ю. Н. ; Кикоть В. Я. ; Егоров С. С. ; Мацур И. А. - Москва : ЮнитиДана, 2012. - 432 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 2. Чеснова, Е. Л. Физическая культура [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е. Л. Чеснова. - Москва : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 3. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 312 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 4. Евдокимов, В. И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. И. Евдокимов, О. А. Чурганов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2010. - 246 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 5. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. - Омск : Издательство СибГУФК, 2013. - 296 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 6. Шмырева, Н. А. Инновационные процессы в управлении педагогическими системами [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. А. Шмырева. - Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 108 с. Режим доступа: [http: biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/)
 7. Борьба с допингом в профессиональном спорте [Электронный ресурс]: методические рекомендации / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 27 с.
 8. Виды допинга в спорте [Электронный ресурс] : методические указания / сост.: Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева. – Курск: Юго-Зап. гос. ун-т, 2015. – 22 с.
- Журналы: «Современные проблемы науки и образования», «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка», «Физкультура и спорт».