

# Основные положения подготовки выпускных квалификационных магистерских работ

# Выбор темы

Тема работы должна отражать ее содержание.

Название темы ВКР должно отвечать на три основных работы:

**ЧТО?** **КТО?** **КАК?**

**Развитие выносливости у борцов**  
**средствами кроссфита**

# два вида ВКР

## *Реферативного характера*

Излагается история вопроса, отражается уровень разработанности проблемы в теории и практике на основе сравнительного анализа литературно-документальных источников.

## *Экспериментального характера*

Предполагает:

- проведение эксперимента или его фрагментов,
- анализ полученных результатов,
- разработку рекомендаций по их практическому применению.

**Проблема исследования** отражает:

- **расхождение** между желаемым и реальным состоянием изучаемого явления, объекта или процесса;
- **противоречия** в понимании или трактовке явлений и процессов, **отсутствие** единых взглядов на понимание тех или иных вопросов;
- **несоответствие** в интерпретации одних и тех же явлений и процессов или их результатов;
- **пробел** в определенной области знаний или их недостаточность.

Главное отличие **проблемы** от **вопроса** – ее решение связано с получением **новых знаний**, для ответа на вопрос – **достаточно старых**.

Проблемность темы означает ее направленность на совершение каких-либо действий – например, на установление зависимостей или изменение чего-либо с целью получения эффекта.

Тема должна быть **актуальной** и **практически значимой!**

**Актуальность темы** связана с ее современностью, важностью и злободневностью для науки (теории) и практики.

**Практическая значимость** темы отражает ее прикладное значение и ориентацию на реальное использование в практике физической культуры и спорта.

# Перечень проблем, наиболее часто затрагиваемых для исследования в сфере ф.к. и спорта

**Исследование** особенностей многолетней спортивной подготовки – структуры, содержания, условий и факторов оптимизации.

**Исследование** организации, структуры и содержания подготовки спортсменов на примере конкретного вида спорта.

**Обоснование** организации эффективной работы по физической культуре и спорту в общеобразовательных учреждениях.

**Обоснование** различных инновационных форм организации и методов занятий на уроках физической культуры.

**Обоснование** методик массовой оздоровительной работы средствами физической культуры с разными контингентами населения.

**Обоснование** новых технологий и совершенствование системы, процесса и методики подготовки будущих специалистов.

# Правила формулирования темы

Следует избегать в формулировке работы слов, не имеющих важной для нее смысловой или информационной нагрузки (~~некоторые ...;~~  
~~особые ...; определенные ... и т.д.~~).

Следует избегать употребления слов, содержащих двусмысленность или незавершенность (~~исследование ...; разработка ...; изучение ...;~~  
~~совершенствование ...;~~).

Недопустимо использовать сокращения и аббревиатуру ( ).

В теме должен отражаться ожидаемый результат исследования, а не указания на сам процесс.

**Формулировка должна быть ясной по форме, по возможности краткой, лексически грамотной.**

## Примеры употребляемых слов и словосочетаний при формулировании темы ВКР

Методика ... обучения, ... применения, ... оценки, ... формирования и т.д.

Возможности ... воздействия, ... применения, ... оценки, ... использования и т.д.

Влияние нагрузки ..., отдыха, ... физических упражнений на ..., и т.д.

Оздоровительное значение физических упражнений для ... и т.д.

Методические (или возрастные) особенности ... обучения, ... организации, ... построения и т.д.

Целесообразная последовательность ... обучения, ... применения, ... оценки, ... формирования и т.д.

Дозирование (или коррекция) нагрузки ..., отдыха, ... физических упражнений на ..., и т.д.

Распределение средств тренировки в ...

Характерная реакция организма ... на ...

## Структура ВКР

Основной структурной единицей работы являются **разделы**, которые могут делиться на подразделы.

**Основная часть ВКР** состоит из 3-4 раздела.

**1-я раздел** – литературный обзор, теоретическое исследование или теоретический анализ научно-методической литературы

**2-я раздел** – методы и организация исследования.

**3-я (при необходимости и 4-я) раздел** – результаты и их обсуждение.

Главное требование к тексту – последовательность и логичность изложения.

## Композиционная структура ВКР

1. Титульный лист - 1 стр
2. Содержание - 1-2стр
3. Введение - 2-5 стр
4. 1-я Лит Обзор – 25-40стр.
5. 2-я Методы исследования – 5-15стр
6. 3-я Результаты исследования и их обсуждение – 5-15  
стр.
7. Выводы или Заключение - 1-2 стр
8. Практические рекомендации
9. Список литературы
10. Приложения

## Требования к оформлению и содержанию **введения**

Введение (2-5 страницы) в сжатой форме содержит все фундаментальные положения, обоснованию которых посвящено исследование.

***Актуальность***

***Объект исследования***

***Предмет исследования***

***Гипотеза исследования***

***Цель исследования***

***Задачи исследования***

***Методы исследования***

***Организация исследования***

***Научная новизна проведенного исследования***

***Практическая значимость***

**Актуальность выбранной темы** предполагает соответствие работы состоянию спортивной науки на сегодняшний день, степени ее важности в решении насущных проблем. Показывается что уже сделано в данном направлении, а что остается нерешенным.

Формулировка актуальности должна представлять развернутый вывод о том, что несмотря на имеющиеся исследования данного вопроса научные знания в этой области отсутствуют, недостаточны или устарели.

Доказывая актуальность исследования следует убедить читающего ее, что данный аспект решения проблемы еще никем не рассмотрен вообще либо рассмотрен не полностью.

Заканчивая доказывать актуальность исследования следует сформулировать его логическую необходимость в виде противоречий, *например*: «В то же время ... до настоящего момента не разработаны .... Таким образом, для ... необходимо ...».

**Рабочая гипотеза исследования** – это научно обоснованная догадка, переход от постановки вопросов к обоснованию путей их разрешения. Т.е. исследователь исходит из предположения о том, каким образом он намерен достичь поставленной цели.

Изложение гипотезы исследования может быть:

**описательным** – в основе которого лежит предположительное описание причин исследуемых явлений и процессов;

**объяснительным** – в нем предполагается объяснение причин и следствий исследуемых явлений и процессов.

**Описательная гипотеза** ограничивается предположением о функциональной связи между педагогическими воздействиями и их результатами, описанием причин и возможных явлений, например предполагая, что одно из средств будет более эффективным, чем другие.

**Пример:** Предполагалось, что применение (использование, разработка, ...) ... позволит повысить (улучшить ..., приведет к ..., даст возможность ..., будет способствовать ...) ....

**Объяснительные гипотезы** фиксируют возможные следствия из определенных причин, а также характеризуют условия, при которых эти следствия обязательны, т.е. объясняется в силу каких факторов и условий возможно данное следствие, каков механизм их проявления.

## **Пример объяснительной гипотезы:**

Результативным фактором повышения эффективности подготовки юных борцов вольного стиля должна стать индивидуализация учебно-тренировочного процесса, основанная на следующих принципиальных положениях:

- *построения* этапов обучения технике борьбы с учетом имеющегося двигательного опыта занимающихся;
- *обеспечения* всесторонней гармоничной физической подготовленности юных спортсменов как фундамента дальнейшей специализированной работы;
- *коррекции* тренирующих воздействий в соответствии с индивидуальной динамикой темпов роста показателей физической подготовленности и уровня освоения основ техники борьбы.

## **Основные недостатки при формулировании гипотезы**

1. Гипотеза содержит положения, не требующие доказательств.
2. Гипотеза не отражает проблемы исследования.
3. Выдвигаемые положения уходят в далекую виртуальность и далеки от действительности.

**Объект исследования** – это часть объективной реальности, которая на данном этапе становится предметом практической и теоретической деятельности исследования., то есть та часть практик или научного знания, с которой исследователь имеет дело. Он существует независимо от субъекта познания.

*Определить объект исследования означает выяснить – что именно рассматривается в исследовании.*

*Неправильный выбор объекта исследования может привести к грубым методологическим ошибкам!!!*

**Предмет исследования** – это то, что находится в границах объекта, именно предмет определяет тему исследования.

*Объект и предмет соотносятся как целое и его часть, как общее и частное.*

*Предмет в большей степени соотносится или близок по формулировке с темой исследования.*

## Пример

**Объект исследования** – учебно-тренировочный процесс спортсменов, специализирующихся в легкой атлетике на этапе углубленной тренировки.

**Предмет исследования** – структура и содержание годового цикла подготовки юных легкоатлетов 14-15 лет.

**Объект исследования** – скоростно-силовая подготовка спортсменов, специализирующихся в северном многоборье на этапе спортивного совершенствования.

**Предмет исследования** – распределение средств скоростно-силовой подготовки на предсоревновательном этапе годового цикла спортсменов 18-20 лет, специализирующихся в северном многоборье.

**Объект исследования** – современная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях в условиях сельской местности.

**Предмет исследования** – организационно-методические основы применения национальных игр в урочных формах занятий учащихся младших классов.

## Цель исследования

Цель должна формулироваться кратко и предельно точно, выражая основной смысл того, что предполагается достигнуть в итоге работы, ее конечный результат.

Целью исследования в ВКР может быть:

- разработка каких-либо методик ;
- повышение эффективности использования средств и методов обучения и воспитания физических качеств;
- обоснование оздоровительной направленности использования нетрадиционных (или различных дополнительных технических) средств в практике массой физической культуры и в спорте;
- управление компонентами или структурными звеньями учебно-тренировочного процесса;
- совершенствование технологий учебно-образовательного процесса в ДОУ и СОШ.

**Практическая значимость** характеризует то, в каких областях прикладной деятельности, какими физкультурно-спортивными организациями и в какой форме могут быть использованы результаты выполненного исследования и предлагаемые практические рекомендации.

## Примеры

**Тема** – Дифференцированная оценка физической подготовленности школьников старших классов.

**Цель** – Разработать и экспериментально обосновать методику дифференцированного оценивания физической подготовленности школьников старших классов на основе учета их конституциональных особенностей и биологической зрелости организма.

**Тема** – Индивидуализация технической подготовки спортсменов в масрестлинге на этапе углубленной тренировки.

**Цель** – Разработка и экспериментальное обоснование методики технической подготовки спортсменов в масрестлинге на этапе углубленной тренировки с учетом их индивидуальных свойств психики.

**Тема** – Построение этапа предсоревновательной подготовки высококвалифицированных борцов вольного стиля.

**Цель** – Обоснование направленности тренировочных нагрузок в подготовке высококвалифицированных борцов вольного стиля на предсоревновательном этапе подготовки.

**Тема** – Формирование мотивации занятий физической культурой детей среднего школьного возраста.

**Цель** – Разработка и экспериментальное обоснование комплекса психолого-педагогических воздействий , обеспечивающих формирование у детей среднего школьного возраста мотивации к систематическим занятиям различными видами физкультурно-спортивной практики.

**Тема** – Формирование информационной культуры будущего специалиста по физическому воспитанию в процессе профессиональной подготовки.

**Цель** – Теоретические обосновать и экспериментально проверить педагогические условия формирования информационной культуры будущего специалиста по физическому воспитанию за период обучения в вузе.

# Требования к оформлению и содержанию 1-й главы

## 1-я раздел

Включает освещение современного состояния изучаемой проблемы.

В ней необходимо проанализировать и сопоставить мнение различных специалистов по исследуемой проблеме, дать собственную интерпретацию обнаруженных фактов.

Очень важно придать тексту работы *академический стиль*, характеризующийся особым научным способом подачи текстового материала.

Это означает включение точных сведений и фактов, использование специальной научной терминологии.

Обязательное условие объективности изложения материала **указание на источник сообщения.**

Для учебников ссылки вида [10, с. 45-48] для статей [10]

В тексте для этого используются специальные слова и словосочетания – **«по данным ...»**, **«по мнению ...»**, **«на наш взгляд ...»**, **«как считает ...»**, **«по всей видимости ...»**, **«по сведениям ...»**.

# Требования к оформлению и содержанию 2-й главы

## Формулировка задач исследования.

На основании поставленной цели следует четко и кратко сформулировать задачи работы.

Количество задач в магистерской диссертации, как правило, не превышает 3-4-х.

Чаще всего задачи формулируются в виде перечисления, определяя последовательность этапов проводимого исследования.

1. Изучить ...
2. Выявить ...
3. Разработать...
4. Обосновать ...

Наиболее встречаемые глаголы для формулировки задач:

Выяснить, изучить, конкретизировать представления о ..., дополнить область знаний ..., осуществить проверку ..., рассмотреть основные стороны ..., раскрыть основные положения ..., разработать методику ..., систематизировать состав средств ..., сравнить ..., установить принципиальные отличия ..., доказать эффективность ...

## 2. Характеристика педагогических методов

### ИССЛЕДОВАНИЯ

1. Анализ литературно-документальных источников.
2. Группа опросных методов – беседа, интервьюирование, анкетирование.
3. Контрольные измерения и испытания (метод тестирования).

*Антропометрия, Хронометрия, Динамометрия,  
Видеомагнитоскопия.*

4. Метод педагогического наблюдения.
5. Педагогический эксперимент (констатирующий и формирующий, естественный – открытый и закрытый, прямой и перекрестный).
6. Математико-статистические методы обработки полученных данных.

### 3. Описание организации исследования

1. Где, когда и сколько времени проводилось исследование.
2. Контингент исследуемых (количество, возраст, пол, спортивная подготовленность или квалификация).
3. Подробное применение конкретного метода исследования, ход и порядок использования той или иной исследовательской методики.
4. Последовательность в организации исследования (предварительный и основной эксперименты, контрольная и экспериментальные группы).
5. Описание методов математической статистики, рассчитываемые показатели.

# Требования к оформлению и содержанию

## 3-й раздел

В 3-й раздел излагаются результаты собственных исследований автора: существо работы, ее детальное содержание и внутренняя логика.

### 1-й вариант:

Изложение содержания работы в соответствии с поэтапным решением задач исследования.

### 2-й вариант:

Составление на основе математической обработки результатов исследования таблиц с объяснением видимых фактов, интерпретацией полученных цифровых данных.

Для подтверждения полученных результатов работы следует использовать **аппарат математической статистики (например)**.

1. Средняя арифметическая.
2. Среднее квадратическое (стандартное) отклонение.
3. Коэффициент вариации.
4. Стандартная ошибка средней арифметической.



При решении задач выявления **взаимосвязи** процессов или явлений необходимо проводить **корреляционный анализ** с вычислением **коэффициента корреляции**.

Для оценки взаимосвязи, когда *форма зависимости линейная*, используется **коэффициент корреляции К. Пирсона ( $r$ )**.

В тех случаях, когда *невозможно определить количественные значения признаков*, применяется **ранговый коэффициент корреляции Спирмена ( $\rho$  – греч. буква  $\rho$ )**.

Для оценки **степени достоверности статистических показателей** применяют параметрические (достоверность различия средних независимых выборок - Стьюдента и зависимых выборок - Фишера) и непараметрические (Уайта, Вилкоксона, Ван дер Вардена и др.) методы.

При необходимости выявления обобщенного мнения специалистов (экспертов) по изучаемому вопросу применяется **метод экспертных оценок.**

Степень согласованности мнений экспертов оценивается по величине ***коэффициента конкордации ( W).***

## Выводы и практические рекомендации

В выводах должно быть в концентрированном виде отражены результаты решения задач исследования и его значимость .

В формулировании выводов следует обратить внимание на их логическую последовательность в соответствии с решаемыми задачами, конкретность с включением подтверждающих цифровых данных, четкость формулировок.

**ВАЖНО СКОЛЬКО ЗАДАЧ = СТОЛЬКО ЖЕ ВЫВОДОВ**

Практические рекомендации представляют собой предложения о возможном использовании результатов работы и областях их применения – то есть, что можно взять на вооружение для практики обучения, воспитания и спортивной тренировки.

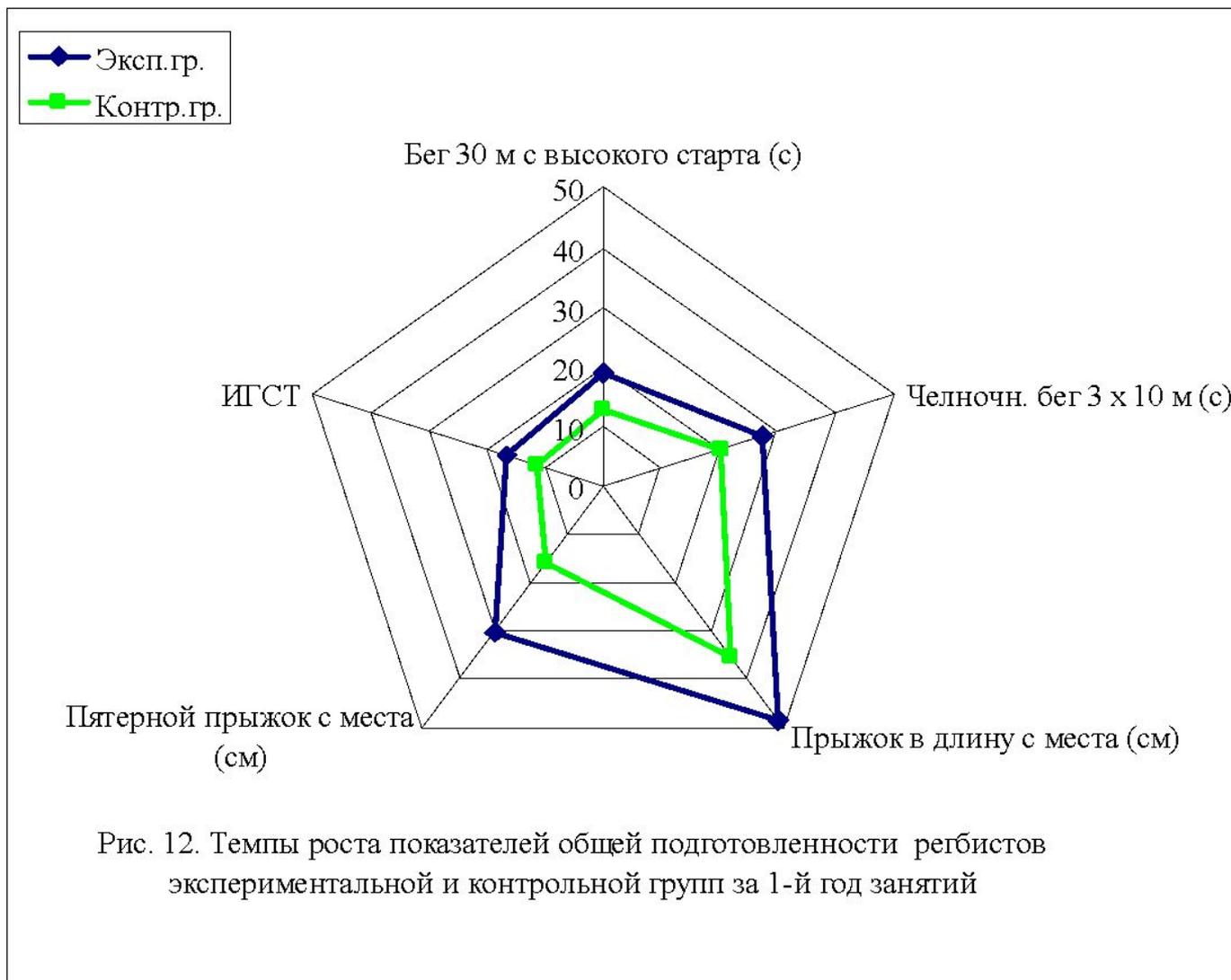
# Требования к оформлению

Таблица 12

Оценка уровня общей двигательной подготовленности в 3-м году обучения

| № | Группы                   | Начало 3-го года обучения |          |      |      | Конец 3-го года обучения |          |      |      |
|---|--------------------------|---------------------------|----------|------|------|--------------------------|----------|------|------|
|   |                          | $\bar{X}$<br>(баллы)      | $\delta$ | m    | V, % | $\bar{X}$<br>(баллы)     | $\delta$ | m    | V, % |
| 1 | Экспериментальная группа | 4,04                      | 0,7      | 0,14 | 17   | 4,86                     | 0,49     | 0,1  | 10   |
| 2 | Контрольная группа       | 3,68                      | 0,6      | 0,11 | 16   | 3,94                     | 0,56     | 0,21 | 14   |

# Оформление рисунков



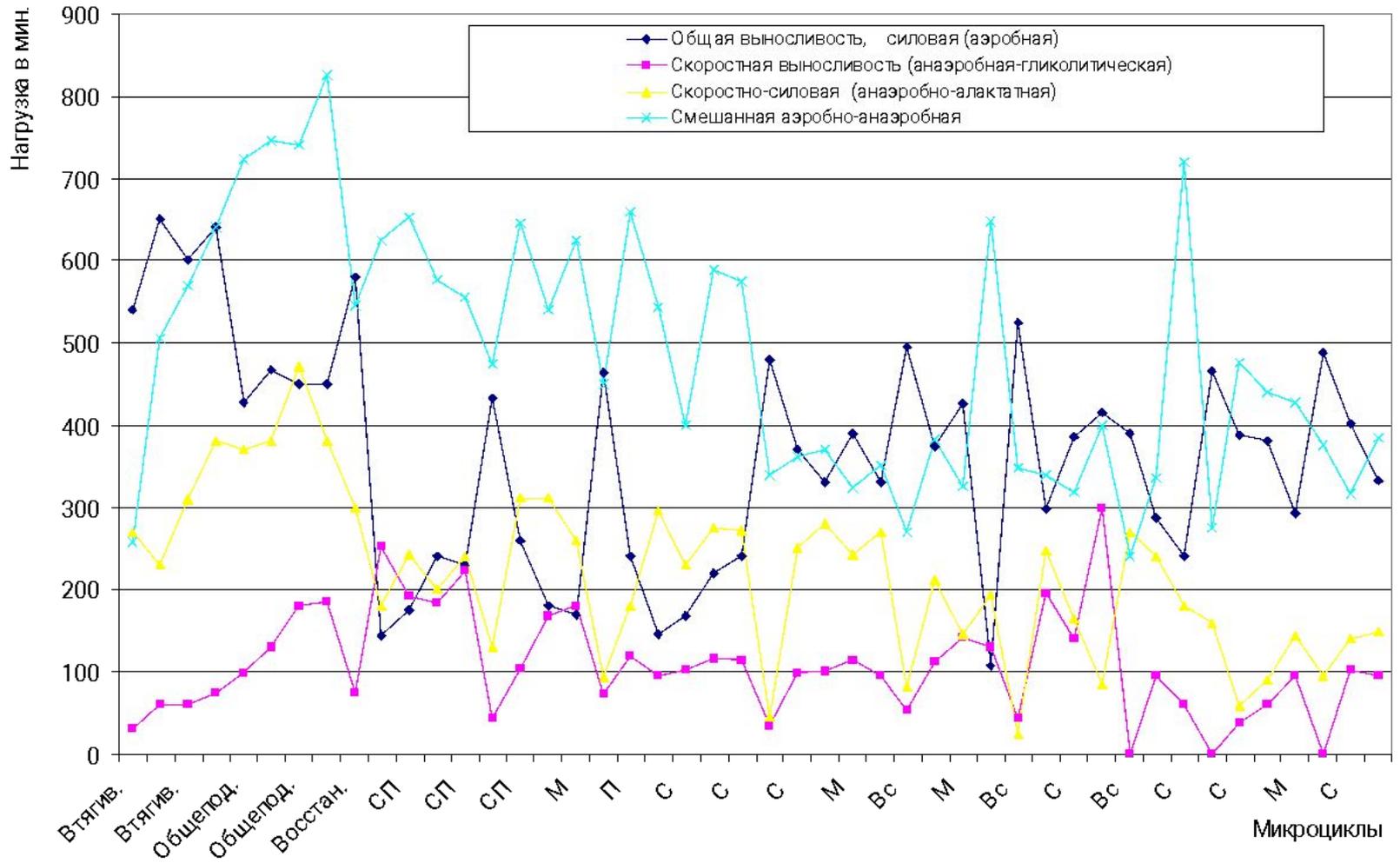


Рис. 19. Динамика соотношения тренировочной работы футболистов во 2-й год макроцикла