

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Иркутский филиал РГУФКСМиТ  
Кафедра общепрофессиональных и специальных дисциплин**

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Направление подготовки:  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2019 г.

Иркутск – 2018 г.

Программа государственной итоговой аттестации утверждена и рекомендована  
Научно-методическим советом  
Иркутского филиала РГУФКСМиТ  
Протокол № 1 от «04» сентября 2018 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
общепрофессиональных и специальных дисциплин  
Протокол № 1 от «06» сентября 2019 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
общепрофессиональных и специальных дисциплин  
Протокол № 1 от «04» сентября 2020 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
общепрофессиональных и специальных дисциплин  
Протокол № 14 от «22» июня 2021 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
общепрофессиональных и специальных дисциплин  
Протокол №    от «    » \_\_\_\_\_ 20    г.

Составитель:

Богданович Н.Г. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.психол.н., доцент;

Большакова Т.А. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин;

Боровских С.В. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.э.н.;

Карпова Ю.В. – и.о. заведующего кафедрой общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.ф.н.;

Воробьева Е.В. – профессор кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, д.п.н., доцент;

Гаськова Н.П. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.м.н., доцент;

Григорьев А.А. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин;

Киселева И.Н. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин;

Куго Э.Э. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.п.н.;

Садовникова А.М. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, к.б.н., доцент;  
Тюрюмин Я.Л. – доцент кафедры общепрофессиональных и специальных дисциплин, д.м.н.

Рецензент: Резник И.Ю. – министр спорта Иркутской области.

## **1. Цели и задачи прохождения государственной итоговой аттестации**

**Целью** прохождения государственной итоговой аттестации (далее – ГИА) является: установление уровня подготовки выпускников к выполнению профессиональных задач в соответствии с видами профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата, определения соответствия результатов освоения обучающимися основной профессиональной образовательной программы требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 “Физическая культура” (уровень бакалавриата).

Для достижения цели ГИА служат следующие **задачи**:

– проверка уровня сформированности у выпускников компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 “Физическая культура” (уровень бакалавриата);

– оценка уровня теоретической и практической подготовки выпускников к выполнению профессиональных задач в соответствии с видами профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 “Физическая культура” (уровень бакалавриата);

– определение готовности выпускников по направлению подготовки 49.03.01 “Физическая культура” (уровень бакалавриата) к видам профессиональной деятельности, на которые ориентирована программа бакалавриата;

– определение в процессе подготовки и защиты выпускной квалификационной работы сформированных возможностей профессионального применения теоретических знаний, умений и навыков выпускников при анализе и решении актуальных проблем в сфере физической культуры и спорта.

Государственный экзамен проводится по нескольким дисциплинам и (или) модулям ОПОП, результаты освоения которых, имеют определяющее значение для видов профессиональной деятельности выпускников, на которые ориентирована программа бакалавриата;

Выпускная квалификационная работа представляет собой выполненную обучающимся работу, демонстрирующую уровень подготовленности выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности.

## **2. Формы проведения ГИА и ее структурные особенности**

Государственная итоговая аттестация по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» (уровень бакалавриата) проводится в форме:

- государственного экзамена;
- защиты выпускной квалификационной работы (бакалаврской работы).

### 3. Место ГИА в структуре ООП (ОПОП)

Государственная итоговая аттестация проводится на завершающем этапе обучения после прохождения теоретического обучения и всех видов практик, предусмотренных учебным планом по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура. ГИА относится к Блоку 3 «Государственная итоговая аттестация» основной профессиональной образовательной программы.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) в структуру Блока 3 «Государственная итоговая аттестация» входит защита выпускной квалификационной работы (бакалаврской работы), включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты, а также подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.

### 4. Перечень планируемых результатов освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты освоения ООП (ОПОП)	
	Наименование компетенции	Наименование индикатора (ов) достижения компетенции
1	2	3
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач. УК 1.2. Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации. УК-1.3. Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. УК-1.4. Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках; УК-1.5. Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений. УК-1.6. Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем

УК-2	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<p>УК-2.1. Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.</p> <p>УК-2.2. Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.</p> <p>УК-2.3. Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений</p>
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>УК-3.1. Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия</p> <p>УК-3.2. Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.</p> <p>УК-3.3. Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.</p>
УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	<p>УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.</p> <p>УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.</p> <p>УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.</p> <p>УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность.</p> <p>УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной</p>

		деятельности
УК-5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	<p>УК-5.1. Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации.</p> <p>УК-5.2. Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p> <p>УК-5.3. Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм.</p> <p>УК-5.4. Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p> <p>УК-5.5. Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации.</p> <p>УК-5.6. Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности</p>
УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>УК-6.1. Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования.</p> <p>УК-6.2. Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности.</p> <p>УК-6.3. Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни.</p>
УК – 7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной	<p>УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;</p> <p>УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;</p>

	социальной и профессиональной деятельности	<p>УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;</p> <p>УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;</p> <p>УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;</p> <p>УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;</p> <p>УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;</p> <p>УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	<p>УК-8.1. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения.</p> <p>УК-8.2. Умеет оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и принимать меры по ее предупреждению.</p> <p>УК-8.3. Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природой среды, обеспечения устойчивого развития общества.</p> <p>УК-8.4. Владеет навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p>
УК-9	Способен принимать обоснованные	УК-9.1. Понимает базовые принципы функционирования экономики,



	экономические решения в различных областях жизнедеятельности	планирования экономической деятельности. УК-9.2. Принимает обоснованные экономические решения, используя методы экономического планирования для достижения поставленных целей. УК-9.3. Использует экономические инструменты для управления финансовой деятельностью в различных областях жизнедеятельности.
УК-10	Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	УК-10.1. Понимает значение основных правовых категорий, сущность коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни. УК-10.2. Проявляет гражданскую позицию, нетерпимое отношение к коррупционному поведению. УК-10.3. Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры и антикоррупционного поведения
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	<i>ОПК-1.1 Знает:</i> - анатомо-морфологическое строение организма человека на всех уровнях его организации с учётом возрастнополовых особенностей; - основные термины и понятия, нормативные величины - о сущности химических превращений в организме человека, лежащих в основе жизнедеятельности человека и обеспечивающих выполнение мышечной работы различной интенсивности и продолжительности, методики построения тренировочных занятий. - психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста. - биомеханику опорно-двигательного аппарата, организма человека на всех

		<p>уровнях его организации с учётом возрастно-половых особенностей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий с занимающихся различного пола и возраста</li> <li>- историю и современное состояние базовых видов спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижных игр, место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижным играм;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в базовых видах спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижных играх</li> </ul> <p><i>ОПК-1.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценить характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на анатомо-морфологическое особенности организм человека с учетом пола и возраста.</li> <li>- использовать полученные знания в педагогической, тренерской, рекреационной, организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности; прогнозировать динамику изменений.</li> <li>- использовать эти знания в тренерской и педагогической деятельности для контроля за изменением функционального состояния, укрепления здоровья обучающихся;</li> <li>- планировать содержание занятий и распределение нагрузки с учетом биохимических показателей, физиологического состояния занимающихся.</li> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> </ul>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации.</li> <li>- оценить характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на биомеханические свойства организма человека с учетом пола и возраста.</li> <li>- использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности физкультурно-оздоровительных занятий;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижным играм;</li> <li>- разрабатывать план занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижным играм;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности учащихся с учетом особенностей базовых видов спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижных игр;</li> </ul> <p><i>ОПК-1.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомической терминологией, которая широко применяется в практике физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>- методами измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма.</li> <li>- практическими навыками выполнения типичных методик биохимического анализа, интерпретации их с целью коррекции тренировочного процесса и оценки влияния на результаты тренировки и восстановительных процессов.</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и</li> </ul>
--	--	--

		<p>возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура».</li> <li>- терминологией по спортивной биомеханике, которая широко применяется в практике физкультурно-спортивной деятельности.</li> <li>- разнообразием средств различных видов избранного вида спорта для эффективного и безопасного проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами различных возрастных категорий.</li> <li>- опытом планирования и проведения занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижным играм;</li> <li>- опытом планирования мероприятий оздоровительного характера средствами базового вида спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижных игр;</li> </ul>
ОПК-2	Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий	<p><i>ОПК-2.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные методики по определению антропометрических, физических и психические особенностей обучающихся, используемых для реализации системы отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;</li> <li>методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола.</li> <li>- значение терминов «спортивный отбор», «выбор спортивной специализации», «спортивная ориентация», разницу между ними,</li> </ul>

		<p>неодномоментность и динамичность спортивной ориентации»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности (морфологические подходы, психодиагностические и личностно-ориентированные, спортивно-интегративные подходы);</li> <li>- психологические особенности лиц различного пола на этапах развития, служащие основанием для оценки физических качеств, критериями спортивного отбора в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности.</li> <li>- биомеханические критерии моторики человека, количественные характеристики двигательных качеств обучающихся, используемых для реализации системы отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> <li>- теоретико – методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</li> <li>- методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта;</li> </ul> <p><i>ОПК-2.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные методики по определению антропометрических и физических особенностей обучающихся с целью реализации системы отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.</li> <li>- анализировать полученную информацию и делать выводы.</li> <li>- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- использовать методики оценки уровня достаточной мотивации и психологической готовности для активного продолжения занятий ИВС.</li> <li>- биомеханические критерии моторики человека, количественные характеристики двигательных качеств обучающихся с целью реализации системы отбора и спортивной</li> </ul>
--	--	---

		<p>ориентации в избранном виде спорта.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе;</li> <li>- определять предрасположенность к занятиям определёнными видами оздоровительной тренировки и спорта;</li> <li>- анализировать и прогнозировать предполагаемый результат;</li> <li>- использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта</li> </ul> <p><i>ОПК-2.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками использования современных методик по определению антропометрических и физических особенностей обучающихся</li> <li>- навыками анализа результатов учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы в области физиологии человека.</li> <li>- проведения оценки функционального состояния человека;</li> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся и группы (команды) в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- обоснования подходов к отбору, спортивной ориентации в процессе занятий физической культурой и спортом, набору в секции, группы спортивной и оздоровительной направленности физкультурно-спортивной организации.</li> <li>- навыками использования биомеханических критериев моторики человека, количественных характеристик двигательных качеств обучающихся</li> <li>- навыком организации системы отбора и спортивной ориентации избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся</li> </ul>
--	--	---

<p style="text-align: center;">ОПК-3</p>	<p style="text-align: center;">Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p><i>ОПК-3.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы техники спортивных и подвижных игр;</li> <li>- методики обучения спортивным и подвижным играм</li> <li>- методики развития физических качеств средствами спортивных и подвижных игр;</li> <li>- методики контроля и оценки физической подготовленности обучающихся на занятиях спортивными и подвижными играми;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья, и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;</li> </ul>
		<p><i>ОПК-3.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать методику проведения занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижным играм с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов занимающихся;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств базовых видов спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижных игр, определять их причины, индивидуализировать и корректировать процесс обучения и воспитания;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях базовым видом спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), подвижными играми;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры), и</li> </ul>

		<p>подвижным играм, физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижным играм</p> <p><i>ОПК-3.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками выполнения техники базовых видов спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижных игр на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- навыками проведения анализа занятия по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижным играм;</li> <li>- навыками судейства соревнований по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижным играм</li> </ul>
ОПК-4	Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	<p><i>ОПК-4.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю, эволюцию, современное состояние, классификацию избранного вида спорта</li> <li>- особенности вида спорта как спортивно-педагогической дисциплины</li> <li>- терминологию в избранном виде спорта</li> <li>- специфику деятельности тренера по избранному виду спорта</li> <li>- технику упражнений в избранном виде спорта</li> <li>- методики обучения упражнениям в избранном виде спорта</li> <li>- порядок разработки учебно - программной документации для проведения занятий по избранному виду спорта</li> <li>- средства и методы технической подготовки в избранном виде спорта</li> <li>- средства и методы физической подготовки в избранном виде спорта</li> </ul> <p><i>ОПК-4.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать</li> </ul>



		<p>условия для самоанализа и совершенствования</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- объяснять технику выполнения упражнения</li> <li>- применять методы организации деятельности занимающихся при проведении тренировочных занятий по избранному виду спорта</li> </ul>
		<p><i>ОПК-4.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта</li> </ul>
<p>ОПК-5</p>	<p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p><i>ОПК-5.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессе;</li> <li>- принципы воспитания;</li> <li>- методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте;</li> <li>- формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессе;</li> <li>- технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов;</li> <li>- организацию воспитательного процесса в образовательных организациях.</li> <li>- закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы социального поведения формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся;</li> <li>- характеристику коллектива и основы его формирования в спорте;</li> <li>- виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте;</li> <li>- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</li> <li>- историю Педагогики ФКиС;</li> <li>- накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методики оценки личностных характеристик, обучающихся;</li> <li>- методики воспитания патриотизма; профилактики девиантного поведения; формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.</li> </ul> <p><b>ОПК-5.2 Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебное время в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</li> <li>- формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде;</li> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива;</li> <li>- создавать условия для формирования социально-личностных качеств у занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга</li> <li>- общаться с детьми различных возрастных категорий;</li> <li>- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.</li> </ul> <p><b>ОПК-5.3 Владеет:</b></p>
--	--	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методами составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом;</li> <li>подготовкой материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- планированием воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</li> <li>- навыками воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.</li> </ul>
ОПК-6	<p>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p><i>ОПК-6.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопленные этапы развития физической культуры и спорта</li> <li>подготовкой материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- планированием воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- составлением психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом;</li> <li>- организацией участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</li> <li>- Способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса.</li> <li>- основные термины и понятия в</li> </ul>

		<p>области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС</p> <p><i>ОПК-6.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать накопленные в области физической культуры и спорта знания и духовные ценности для создания у занимающихся мотивационно-ценностных ориентаций , ведения здорового образа жизни и воспитания патриотизма</li> <li>использовать нормативно-правовые документы в своей профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта.</li> <li>- использовать педагогические средства и методы для формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки на ведение здорового образа жизни.</li> <li>- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС</li> </ul> <p><i>ОПК-6.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками анализа и обобщения знаний в области физической культуры и спорта</li> <li>практическими навыками гигиенической оценки условий для занятий и соревнований;</li> <li>- навыками целенаправленного применения гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий определенным видом физических упражнений и формирования мотивации на здоровый образ жизни.</li> <li>- навыками воспитания потребности в регулярных занятиях физической культурой, осознания мотивов и ценностей к здоровому образу жизни.</li> <li>- Имеет опыт письменно и графически эффективно применять навыки деловой и профессиональной коммуникации на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере ФКиС</li> </ul>
--	--	--

<p>ОПК-7</p>	<p>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p><i>ОПК-7.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде.</li> <li>- неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие; основные понятия микробиологии, эпидемиологии, иммунологии; проблемы здоровья детей и подростков; основные группы острых инфекционных заболеваний.</li> <li>- требования безопасности, санитарные и гигиенические правила и нормы, меры по профилактике травматизма, оказания первой доврачебной помощи;</li> <li>- специфику проведения занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижным играм, требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера</li> </ul> <p><i>ОПК-7.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать свойства факторов, определяющих физическую работоспособность человека,</li> <li>- применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся без нанесения вреда его здоровью.</li> <li>- оказывать первую доврачебную помощь при неотложных состояниях;</li> <li>- проводить профилактику неотложных состояний и остро развивающихся заболеваний в процессе профессиональной деятельности.</li> <li>- проводить инструктаж по технике</li> </ul>
--------------	---	--

		<p>безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в процессе профессиональной деятельности соблюдать требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм;</li> <li>- проводить профилактику травматизма (соблюдение правил расстановки занимающихся на занятиях, правил работы с различным оборудованием и инвентарём, правил поведения занимающимися на занятиях, а также до и после занятий);</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме суть упражнения, правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря</li> </ul> <p><i>ОПК-7.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками обеспечения требований санитарных и гигиенических правил и норм в процессе профессиональной деятельности.</li> <li>- основными приемами сердечно-легочной реанимации; практическими приемами временной остановки кровотечений, наложения повязок, ухода за больными;</li> <li>- практическими навыками иммобилизации при переломах костей конечностей, оказания первой медицинской помощи при остро развивающихся заболеваниях.</li> <li>- навыками обеспечения профилактики травматизма в процессе профессиональной деятельности;</li> <li>- умениями обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдения требований безопасности, санитарных и гигиенических норм;</li> <li>- приемами оказания первой доврачебной помощи.</li> <li>- навыками обеспечения безопасности при проведении занятий по базовым видам спорта (гимнастика, лыжные гонки, плавание, легкая атлетика, спортивные игры) и подвижным играм</li> </ul>
ОПК-8	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p><i>ОПК-8.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте</li> <li>- основы антидопингового законодательства Российской Федерации</li> </ul>

		<p>Федерации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные этические нормы в области противодействия применения допинга</li> <li>- принципы организации и проведения антидопинговой профилактической работы.</li> </ul> <p><b>ОПК-8.2 Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности</li> <li>- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействий) при употреблении допинга;</li> <li>- формировать правильное спортивное поведение.</li> </ul> <p><b>ОПК-8.3 Владеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыком выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- навыком проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц</li> <li>- способностью формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта без допинга;</li> <li>- навыками критически оценивать свое поведение, поведение других спортсменов, тренеров, медицинского персонала по отношению к использованию допинга.</li> </ul>
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния	<p><b>ОПК-9.1 Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анатомическую основу движений и положений тела человека (соотношение его частей, их взаиморасположение), дающая анатомический анализ работы пассивной и активной частей опорно-двигательного аппарата и оценивающая при этом состояние всех</li> </ul>

	<p>занимающихся</p>	<p>органов и систем тела.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности.</li> <li>- химические основы жизнедеятельности организма, особенности обмена веществ при мышечной деятельности разной интенсивности и продолжительности, биохимические основы восстановительных процессов, методы биохимического контроля.</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования.</li> <li>- биомеханическую основу движений и положений тела человека (соотношение его частей, их взаиморасположение)</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности в избранном виде спорта</li> </ul> <p><i>ОПК-9.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- давать анатомическую характеристику движений и положений тела в связи с потребностями двигательной деятельности.</li> <li>- измерять основные физиологические параметры в покое и в различных состояниях организма.</li> <li>- выполнять простейшие биохимические исследования и интерпретировать результаты этих исследований;</li> <li>соотносить данные биохимического контроля с оценочными характеристиками состояния организма занимающихся.</li> <li>- подбирать и применять базовые</li> </ul>
--	---------------------	---



		<p>методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом;  проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;  - использовать методы оценки волевых качеств спортсмена;  - планировать содержание и последовательность проведения  - использовать методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.).  - давать биомеханическую характеристику движений и положений тела в связи с потребностями двигательной деятельности  - использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности обучающихся  - интерпретировать результаты тестирования в избранном виде спорта  - пользоваться контрольно-измерительными приборами</p> <p><i>ОПК-9.3 Владеет:</i>  - навыками анатомического анализа двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.  - навыками контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола.  - навыками построения аргументированных заключений об</p>
--	--	--

		<p>уровне физической подготовленности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>-навыками биомеханического анализа двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.</li> <li>- методиками тестирования занимающихся избранным видом спорта</li> <li>- определять уровень физической и технической подготовленности занимающихся избранным видом спорта</li> </ul>
ОПК-10	Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта	<p><i>ОПК-10.1 Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие положения педагогики физической культуры и спорта, ее связи и единство с теорией и методикой физического воспитания и спортивной тренировкой</li> </ul>
		<p><i>ОПК-10.2 Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать тренировочный и воспитательный процесс для достижения поставленных целей и задач обучения и воспитания, эффективно использовать методы и приемы обучения на тренировочных занятиях.</li> </ul>
		<p><i>ОПК-10.3 Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами и приемами воспитания в учебной и тренировочной работе, методами и приемами работы с группой учащихся.</li> </ul>
ОПК-11	Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности	<p><i>ОПК-11.1 Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия «наука», «научное исследование», основные этапы и методику проведения научного исследования;</li> <li>- основные требования к формулированию методологических характеристик исследования;</li> <li>- назначение и области применения основных методов исследования в физической культуре и спорте.</li> <li>- основные виды и методы социологического исследования;</li> <li>- принципы построения программы социологического исследования;</li> </ul>

		<p>- актуальные проблемы развития избранного вида спорта</p> <p><i>ОПК-11.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обосновывать актуальность исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- формулировать методологические характеристики исследования, в том числе: гипотезу, цель и задачи исследования;</li> <li>- на основе цели, гипотезы и задач исследования разрабатывать научно-исследовательский проект;</li> <li>- определять методы и способы решения исследовательских задач по определению эффективности физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- правильно подобрать инструментарий для определения эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в избранном виде спорта (обновление содержания, форм, методов, приемов, средств обучения)</li> <li>- проводить педагогическое наблюдение, использовать различные методы, средства и приемы текущего контроля и обратной связи, в том числе оценки деятельности и поведения учащихся на занятиях по избранному виду спорта</li> <li>- определять задача научного исследования в избранном виде спорта</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований в избранном виде спорта</li> </ul> <p><i>ОПК-11.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- навыками обобщения результатов, полученных в процессе решения исследовательских задач в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- навыками оценки полноты,</li> </ul>
--	--	---

		<p>достоверности и практической применимости результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками сбора социологической информации;</li> <li>- имеет опыт социологического анализа данных об эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности</li> <li>- проведением научных исследований в сфере профессиональной деятельности (методами педагогических исследований в избранном виде спорта)</li> <li>- навыками анализа и интерпретации результатов педагогического контроля</li> <li>- навыками проведения педагогического наблюдения и анализа проведенного тренировочного занятия</li> <li>- навыками публичной защиты результатов собственных научных исследований</li> </ul>
ОПК-12	<p>Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</p>	<p><i>ОПК-12.1 Знает:</i>          трудовое законодательство; законодательство Российской Федерации в сфере ФКиС; требования охраны труда в области образования и физической культуры; меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся; методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние</p> <p><i>ОПК-12.2 Умеет:</i>          - планировать, координировать и контролировать работу структурных подразделений, связанную с проведением физкультурных, спортивных, массовых мероприятий, тренировок</p> <p><i>ОПК-12.3 Владеет:</i>          - навыками разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации; разработки и утверждения внутренних</p>

		<p>порядков организации управленческого учета и отчетности; контроля подготовленных отчетов на предмет их реалистичности, логичности, соответствия требованиям действующих нормативно-правовых актов; осуществление контроля качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров</p>
ОПК-13	Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта	<p><i>ОПК-13.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила проведения и организации соревнований по избранному виду спорта. Судейская бригада и её обязанности, жесты. Главный судья соревнований и его обязанности. Обязанности судей. Этика и профессионализм судейства. Конфликт интересов. Код поведения судьи. Профессионализм судей. Одежда судьи и его принадлежности.</li> <li>- ранговую (сравнительную) оценку судейства. Её специфику.</li> </ul> <p><i>ОПК-13.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять объективное судейство по избранному виду спорта, рассматривать спорные ситуации, протесты и т.д.;</li> <li>- организовывать и проводить соревнования разного уровня;</li> </ul> <p><i>ОПК-13.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологией судейства, судейскими жестами, техническими средствами для осуществления объективного судейства;</li> <li>- навыками организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований</li> </ul>
ОПК-14	Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса	<p><i>ОПК-14.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современный уровень и тенденции развития информационных технологий</li> <li>- методы сбора и обработки информации средствами информационных технологий.</li> <li>- состав средств и методов избранного вида спорта для проведения занятий различной направленности</li> <li>- средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния</li> </ul>

		<p>занимающихся, техники выполнения физических упражнений;</p> <p><i>ОПК-14.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать ИТ и средства связи для организации своей деятельности</li> <li>- использовать электронные формы для учета, анализа результатов работы при исследовании эффективности подготовки спортсменов.</li> <li>- практически использовать компьютерные технологии при решении задач, связанных с графическими и текстовыми редакторами, электронной почтой и браузерами.</li> <li>- осуществлять выбор средств и методов для проведения занятий различной направленности, средств и методов для оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, оценивать технику выполнения физических упражнений с учётом особенностей избранного вида спорта</li> </ul> <p><i>ОПК-14.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поиском и отбором информации, оформлением наглядных презентаций по работе со спортсменами.</li> <li>- навыками оценки физического состояния занимающихся, технической подготовленности на основе различных критериев</li> </ul>
ОПК-15	Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	<p><i>ОПК-15.1 Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классификацию спортивных сооружений, особенности спортивных сооружений для различных видов спорта.</li> <li>- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;</li> <li>- функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки (страна – производитель, фирма, цена, предназначение, технические характеристики и т. п).</li> <li>методы составления финансовых документов</li> </ul> <p><i>ОПК-15.2 Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик,</li> </ul>

		<p>грамотно оценивать предлагаемые аналоги.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять служебную документацию и технические заявки на приобретение физкультурно-спортивный экипировки, инвентарь, оборудования;</li> <li>- осуществлять качественный уход за применяемыми в профессиональной деятельности оборудованием и инвентарем;</li> <li>- работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности</li> </ul> <p><i>ОПК-15.3 Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>навыками составления планово – финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря, экипировки</li> <li>- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем;</li> </ul>
ОПК-16	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	<p><i>ОПК-16.1. Знает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные принципы функционирования современных информационных технологий, применяемых в профессиональной сфере.</li> </ul> <p><i>ОПК-16.2. Умеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отбирать для осуществления профессиональной деятельности необходимое техническое оборудование и программное обеспечение.</li> </ul> <p><i>ОПК-16.3. Владеет:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками применения современных цифровых устройств, платформ и программного обеспечения на всех этапах осуществления профессиональной деятельности.</li> </ul>
<b><i>Тип задач профессиональной деятельности: Тренерский</i></b>		
ПК-1	Способен осуществлять отбор занимающихся и оценку их перспективности в достижении спортивных результатов на различных этапах многолетней подготовки	<p><i>ПК-1.1 Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия «спортивный отбор», основные направления и принципы спортивного отбора;</li> <li>- комплексы контрольных испытаний (тестов) которые целесообразно применять в различных видах спорта на различных этапах многолетней подготовки;</li> <li>- этапы отбора и основные методы обследования: антропометрические,</li> </ul>

		<p>медико-биологические, педагогические и психологические;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современные методики по определению антропометрических и физических особенностей обучающихся, систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта;</li> <li>- основы и методы спортивной метрологии.</li> </ul> <hr/> <p><b>ПК-1.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических и физических особенностей, обучающихся для эффективного отбора и определению спортивной ориентации в избранном виде спорта;</li> <li>- осуществлять учет результатов спортивной подготовки на различных этапах;</li> <li>- подобрать комплексы контрольных испытаний для зачисления в тренировочные группы и группы совершенствования спортивного мастерства в циклических видах спорта;</li> <li>- - подобрать комплексы контрольных испытаний для зачисления в тренировочные группы и группы совершенствования спортивного мастерства в единоборствах и спортивных играх;</li> <li>- самостоятельно - подобрать комплексы контрольных испытаний для комплексной оценки спортивного отбора тесно связанного с этапами спортивной подготовки и особенностями вида спорта</li> </ul> <hr/> <p><b>ПК-1.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностями проведения методик антропометрических и физических исследований, систематизировать полученную информацию по определению антропометрических и физических особенностей обучающихся;</li> <li>- методикой проведения контрольных испытаний для зачисления в тренировочные группы и группы совершенствования спортивного мастерства в циклических видах спорта;</li> </ul>
--	--	--



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой проведения контрольных испытаний для зачисления в тренировочные группы и группы совершенствования спортивного мастерства в единоборствах и спортивных играх;</li> <li>- методикой поиска перспективных спортсменов с использованием комплексной оценки контрольных испытаний спортивного отбора тесно связанного с этапами спортивной подготовки и особенностями вида спорта</li> <li>- навыками анализа результатов спортивной подготовки на различных этапах многолетней подготовки.</li> </ul>
ПК-2	Способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов спортивной подготовки на различных этапах многолетней подготовки	<p><b>ПК-2.1</b>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся;</li> <li>- основы планирования, учета и анализа спортивной подготовленности на этапах начальной подготовки, тренировочном и совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>- организацию проведения комплексного контроля за тренировочном и соревновательным воздействием на состояние спортивной подготовленности спортсмена;</li> <li>- технологию планирования тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки</li> </ul> <p><b>ПК-2.2</b>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать информацию медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий;</li> <li>- планировать занятия различной направленности в микроциклах, мезоциклах, этапах подготовки;</li> <li>- определять и учитывать величину нагрузки в периодах подготовки;</li> <li>- разрабатывать документацию по планированию, учету и анализу, как по форме (дневник спортсмена), так и</li> </ul>

		<p>содержанию тренировочных и соревновательных нагрузок.</p> <p><b>ПК-2.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности;</li> <li>- методикой планирования тренировочного процесса и соревновательной деятельности спортсмена на этапах начальной подготовки, тренировочном и совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>- методикой проведения комплексного контроля за величиной нагрузки в макроциклах;</li> <li>- содержанием документов текущего, поэтапного контроля данных для коррекции планов.</li> </ul>
<p>ПК-3</p>	<p>Способен осуществлять проведение тренировочных занятий с занимающимися на этапах многолетней подготовки</p>	<p><b>ПК-3.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закономерности спортивной тренировки;</li> <li>- общие положения технологии планирования занятий на этапах начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>- методики тестирования физических способностей и функционального состояния занимающихся;</li> <li>- причины и механизмы возникновения конфликтов в тренировочной деятельности; знать способы предупреждения возникновения конфликтов;</li> <li>- этапы тренировочного процесса, их значение, методику построения тренировочных программ на различных этапах подготовки;</li> <li>- основы проведения тренировочных занятий с занимающимися на этапах многолетней подготовки, понятия, методы, актуальные проблемы, обеспечивающей здоровье, долголетие и достижение максимальных спортивных результатов.</li> </ul> <p><b>ПК-3.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать планы проведения тренировочных занятий на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе</li> </ul>

		<p>совершенствования спортивного мастерства;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать взаимосвязь между функциональным состоянием и физическими способностями занимающихся;</li> <li>- применять теоретические знания для управления конфликтами в профессиональной сфере; строить межличностные отношения и работать в группе, организовывать внутригрупповое взаимодействие;</li> <li>- составлять планы различных групповых и индивидуальных тренировочных программ, корректировать их по ходу тренировочного процесса.</li> <li>- использовать в своей профессиональной деятельности научные принципы обеспечения тренировочных занятий с целью сохранения здоровья.</li> </ul>
		<p><b>ПК-3.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой вариативного применения средств и методов на тренировочных занятиях со спортсменами на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе и этапе совершенствования спортивного мастерства;</li> <li>- навыками проведения медико-биологических методов контроля;</li> <li>- навыками управления конфликтами в коллективе, умениями по предупреждению и эффективному разрешению конфликтов в профессиональной сфере;</li> <li>- навыками проведения групповых и индивидуальных занятий по различным видам;</li> <li>- практическими навыками использования научных принципов обеспечения тренировочных занятий с целью сохранения здоровья.</li> </ul>
<p>ПК-4</p>	<p>Способен осуществлять управление систематической соревновательной деятельностью занимающихся</p>	<p><b>ПК-4.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- систему организации и планирования спортивных соревнований;</li> <li>- содержание и особенности соревновательной деятельности;</li> <li>- содержание документов:</li> </ul>

		<p>положение, смета, отчет главного судьи</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- управление тренировочным и соревновательным процессом в годичном цикле подготовки;</li> <li>- функции, средства и стили общения, способствующие преодолению конфликтных педагогических ситуаций; способы взаимодействия тренера с воспитанниками; психолого-педагогические средства и способы разрешения межличностных конфликтов в профессиональной деятельности;</li> <li>- факторы, способствующие сохранению здоровья спортсмена при систематической соревновательной деятельности;</li> </ul>
		<p><b>ПК-4.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- моделировать соревновательную детальность;</li> <li>- координировать управлением системой спортивной соревнований по разработанным документам и методическим сопровождением;</li> <li>- разрабатывать документы и методическое сопровождение спортивных соревнований;</li> <li>- выбирать и реализовывать стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и задачам тренировочного процесса; организовывать взаимодействие между участником тренировочного процесса; выстраивать конструктивные взаимоотношения с воспитанниками;</li> <li>- применять средства и методы, способствующие сохранению здоровья спортсмена при систематической соревновательной деятельности.</li> </ul>
		<p><b>ПК-4.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой построения тренировочного процесса в соревновательном периоде;</li> <li>- методикой разработки целей и задач направленных на подготовку к спортивным соревнованиям;</li> <li>- методикой построением тренировочных занятий в соревновательных мезоциклах;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- приемами общения с группой и отдельно с каждым занимающимся; способами и методами создания благоприятного психологического климата в коллективе;</li> <li>- навыками обеспечения здоровья в процессе профессиональной деятельности;</li> <li>- методикой составления различных видов положения необходимых для проведения различных видов соревнований</li> <li>- методикой разработки целей и задач, направленных на подготовку к спортивным соревнованиям</li> <li>- основами правил проведения соревнований по базовым видам спорта</li> </ul>
ПК-5	Способен осуществлять организацию участия занимающихся в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	<p><b>ПК-5.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы проведения медико-биологических, научно-методических и антидопинговых исследований во время спортивной подготовки;</li> </ul>
		<p><b>ПК-5.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить медико-биологические, научно-методические и антидопинговые исследования обеспечения спортивной подготовки;</li> <li>- анализировать и использовать полученные результаты в практической деятельности;</li> <li>- осуществлять организацию участия занимающихся в мероприятиях медико-биологического, антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</li> </ul>
		<p><b>ПК-5.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации мероприятий медико-биологического, антидопингового обеспечения спортивной подготовки.</li> <li>- методами научного анализа результатов исследований, их интерпретации и использования в практической деятельности обеспечения спортивной подготовки</li> </ul>
<b>Тип задач профессиональной деятельности: педагогический</b>		
ПК-6	Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы,	<p><b>ПК-6.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать сущность образовательного процесса;</li> <li>- формы, методы, средства и приемы</li> </ul>

	<p>методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся</p>	<p>организации деятельности обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфику применения форм, методов, средств и приемов организации деятельности обучающихся с учетом возрастных психологических особенностей;</li> <li>- сущность процесса реализации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- формы и виды спортивных мероприятий;</li> <li>- технологию проведения спортивно – массовых мероприятий с различным контингентом населения;</li> <li>- индивидуальные и возрастные особенности обучающихся;</li> </ul> <p>педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся,</p> <hr/> <p><b>ПК-6.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять цели и задачи массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- составить схему календаря спортивно-зрелищных мероприятий и документы по проведению СЗМ с учетом использования различных типов спортивных объектов;</li> <li>- самостоятельно проектировать положения и сценарии по проведению спортивно – зрелищных мероприятий в объектах различного типа и на природе;</li> <li>- организовывать педагогический процесс, подбирать различные формы, методы, средства и приемы в организации деятельности обучающихся с учетом их возрастных психологических особенностей;</li> <li>- разнообразить тренировочный процесс, используя различные методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся с целью повышения эффективности и сохранения интереса к занятиям.</li> </ul> <hr/> <p><b>ПК-6.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью разрабатывать сценарии и документы по проведению СЗМ для различного возраста</li> <li>- способностью планировать</li> </ul>
--	---	--

		<p>методику по проведению СЗМ с учётом поставленных задач</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой разработки проекта проведения тематического спортивно-зрелищного мероприятия с учетом возрастных особенностей и типом спортивного объекта;</li> <li>- навыками использования форм, методов, средств и приемов организации деятельности обучающихся с учетом их возрастных психологических особенностей;</li> <li>- навыками проведения различных видов занятий, используя методы строго регламентированного не строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный методы, их комбинациями, методическими приёмами сопряженного воздействия упражнений.</li> </ul>
ПК-7	<p>Способен определять и использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы</p>	<p>ПК-7.1 Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы;</li> <li>- специфику применения форм, методов, средств контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы с учетом их возрастных психологических особенностей.</li> <li>- различные формы и методы педагогического тестирования оценки физического состояния, физического развития, физических качеств</li> </ul> <p>ПК-7.2 Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в образовательном процессе формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы;</li> <li>- применять формы, методы, средства контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы с учетом их возрастных психологических особенностей;</li> <li>- применять на практике объективные и субъективные методы оценки физического состояния занимающихся, подбирать и</li> </ul>

		<p><i>разрабатывать тесты для оценки развития физических качеств.</i></p> <p><b>ПК-7.2 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками проведения методов, средств контроля и оценивания процесса и результатов освоения образовательной программы с учетом их возрастных психологических особенностей.;</li> <li>- навыками быстрого и точного оценивания состояния занимающихся с целью разработки и коррекции тренировочных программ.</li> </ul>
<b>Тип задач профессиональной деятельности: организационно-управленческий</b>		
ПК-8	<p>Способен планировать, организовывать и контролировать работу персонала организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта</p>	<p><b>ПК-8.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности и алгоритм программно-целевого управления в сфере физической культуры и спорта, методологию планирования и прогнозирования;</li> <li>- технологию планирования в сфере физической культуры и спорта, содержание основных планово-отчетных документов физкультурно-спортивной организации; экономические основы производства и оказания услуг в сфере физической культуры и спорта.</li> </ul> <p><b>ПК-8.2 Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать целевые программы и программы развития организаций в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- рассчитывать плановые показатели, исходя из имеющихся экономических ресурсов.</li> </ul> <p><b>ПК-8.3 Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами программно-целевого управления;</li> <li>- методами планирования, навыками работы с финансово-хозяйственной документацией.</li> </ul>
ПК-9	<p>Способен осуществлять анализ данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта</p>	<p><b>ПК-9.1 Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- целевые показатели развития физической культуры и спорта в РФ на разных уровнях управления, критерии оценки эффективности целевых программ;</li> <li>- теоретические и методологические основы экономических знаний: логику взаимосвязей экономических процессов, закономерности экономических отношений субъектов</li> </ul>



		<p>экономики, основные инструменты государственного регулирования экономики в сфере физической культуры и спорта; виды и структуру основных и оборотных фондов физкультурно-спортивной организации, показатели эффективности деятельности физкультурно-спортивных организаций.</p> <p><b>ПК-9.2 Уметь:</b>  - анализировать и интерпретировать данные о развитии физической культуры и спорта, критически оценивать альтернативные варианты управленческих решений в сфере физической культуры и спорта, выявлять приоритетные направления развития субъектов отрасли «Физическая культура и спорт»;  - анализировать и интерпретировать экономическую информацию, критически оценивать альтернативные варианты управленческих решений в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-9.3 Владеть:</b>  - культурой экономического мышления, навыками поиска и использования информации, необходимой для ориентации в основных текущих проблемах экономики отрасли, способностью к обобщению, анализу, восприятию экономической информации;  - методами экономического анализа, методами оценки социально-экономической эффективности деятельности субъектов отрасли «Физическая культура и спорт».</p>
<b>Тип задач профессиональной деятельности: научно-исследовательский</b>		
ПК-10	Способен выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	<p><b>ПК-10.1 Знать:</b>  - понятия «проблема» и «актуальность исследования».</p> <p><b>ПК-10.2 Уметь:</b>  - обосновывать актуальность проектов и исследований в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-10.3 Владеть:</b>  - методами анализа и аргументации для выявления и обоснования актуальности темы проекта.</p>

ПК-11	Способен применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы	<p><i>ПК-11.1 Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- апробированные методики проведения статистических исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- методы статистического анализа и обработки результатов исследований;</li> <li>- методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий;</li> </ul>
		<p><i>ПК-11.2 Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- применять апробированные методики проведения статистических исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- интерпретировать результаты статистических исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности;</li> <li>- применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий.</li> </ul>
		<p><i>ПК-11.3 Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методикой проведения статистических исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> <li>- методами обработки результатов исследований, проводить статистический анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и выводы;</li> <li>- навыками анализа и обобщения полученных результатов и формулирования выводов.</li> </ul>
ПК-12	Способен проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической	<p><i>ПК-12.1 Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды проектной документации, способы и виды литературно-графического оформления проектно-исследовательской документации.</li> </ul>

	деятельности	<p>- <i>современные представления, понятия, методы, актуальные вопросы, существующие в настоящее время в спортивной науке</i></p> <p><i>ПК-12.2 Уметь:</i></p> <p>- <i>организовывать проектно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта, разрабатывать исследовательский проект и осуществлять литературно-графическое оформление проектно-исследовательской документации;</i></p> <p>- <i>проводить научный анализ результатов исследований</i></p> <p><i>ПК-12.3 Владеть:</i></p> <p>- <i>навыками подготовки презентации и защиты исследовательского проекта;</i></p> <p>- <i>навыками применения полученных результатов в практической деятельности.</i></p>
--	--------------	---

## 5. Объем и продолжительность ГИА.

Общий объем ГИА составляет **бзачетных единиц**, продолжительность -**4** недели, академических часов -**216**, форма обучения **заочная**.

## 6. Программа государственного экзамена

### *6.1. Форма проведения государственного экзамена в соответствии с содержанием ГИА*

Государственный экзамен является составной частью государственной итоговой аттестации выпускников по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) и призван оценить теоретическую и практическую подготовку к решению профессиональных задач в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Государственный экзамен осуществляется по экзаменационному билету, состоящему из вопроса, простого контрольного задания и комплексного контрольного задания — ситуационной задачи. Вопросы и задания к государственному экзамену подлежат ежегодному обновлению и актуализации.

Сдача государственного экзамена проводится на открытых заседаниях государственной экзаменационной комиссии.

Государственный экзамен проводится в устной форме. Для подготовки к ответу первому обучающемуся, сдающему экзамен в устной форме, предоставляется не менее 20 и не более 30 минут, последующие студенты

отвечают в порядке очередности. На ответ обучающемуся по билету и вопросы членов комиссии отводится не более 15 минут. При подготовке к ответу студенты делают необходимые записи по каждому вопросу на выданных секретарём ГЭК листах бумаги со штампом Иркутского филиала РГУФКСМиТ. В процессе ответа и после его завершения члены ГЭК могут задать студенту уточняющие и дополнительные вопросы в пределах программы государственного экзамена. Вопросы, задаваемые студенту, фиксируются на листе его ответа. После завершения ответа студента на все вопросы члены ГЭК фиксируют оценки за ответы экзаменуемого на каждый вопрос и предварительную общую оценку.

К государственной итоговой аттестации допускается обучающийся, не имеющий академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план или индивидуальный учебный план по осваиваемой ОПОП.

Обучающимся и лицам, привлекаемым к ГИА, во время проведения государственных аттестационных испытаний запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

Содержание государственного экзамена представлено комплексом вопросов, простых и комплексных контрольных заданий (ситуационных задач), отражающих содержание обязательных дисциплин базовой и вариативной части образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) в соответствии с ее направленностью (профилем) «Спортивная подготовка».

## ***6.2. Перечень вопросов, выносимых на государственный экзамен***

### ***6.2.1 Перечень вопросов, выносимых на государственный экзамен***

**1. Скоростные способности человека, их сущность, формы проявления, способы оценки. Мышечная композиция и ее связь со скоростными способностями человека. Средства и особенности методики развития отдельных форм скоростных способностей.** Понятие о скоростных способностях. Формы их проявления (быстрота простой двигательной реакции, быстрота сложной двигательной реакции). Способы оценки скоростных способностей в практике физического воспитания. Физиологические механизмы развития скорости (быстроты) движений. Мышечная композиция. Задачи, средства, методы и особенности развития быстроты простой и сложной двигательной реакции. Методики развития частоты движений (регламентирование нагрузки и отдыха, пути стимулирования к проявлению максимальной быстроты). Особые требования к специальным скоростным упражнениям и условиям их выполнения.

**2. Значение, задачи и методические основы направленного использования физической культуры в младшем школьном возрасте.**

Морфофункциональные и психологические особенности развития детей младшего школьного возраста. Возрастные особенности детей младшего школьного возраста. Динамика развития психических процессов: мышления, памяти, эмоционально-волевой сферы, мотивации, внимания и восприятия. Развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности и сенсорных систем. Физическое развитие и опорно-двигательная система. Особенности крови, кровообращения и дыхания. Физиологические особенности адаптации детей младшего школьного возраста к физическим нагрузкам. Значение

физической культуры в жизни детей младшего школьного возраста. Задачи физической культуры в младшем школьном возрасте. Соблюдение рациональной последовательности и дозировки использования различных природных факторов закаливания организма. Постепенность изменения остроты воздействия закаливающих процедур. Задачи, средства и методические приемы формирования правильной осанки. Особенности обучения движениям и развитие физических способностей в младшем школьном возрасте.

### **3. Значение, задачи и методические основы направленного использования физической культуры в среднем школьном возрасте.**

Морфофункциональные и психологические особенности развития детей среднего школьного возраста. Значение физической культуры в жизни детей среднего школьного возраста. Задачи физической культуры в среднем школьном возрасте. Возрастные особенности детей среднего школьного возраста: динамика развития психических процессов: мышление, память, эмоционально-волевая сфера, мотивация, внимание, восприятие. Развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности и сенсорных систем. Физическое развитие и опорно-двигательная система. Особенности крови, кровообращения и дыхания. Физиологические особенности адаптации детей среднего школьного возраста к физическим нагрузкам. Задачи, средства и методические приемы формирования правильной осанки. Методика обучения технике двигательного действия и развития физических способностей в среднем школьном возрасте.

### **4. Гибкость как физическое качество: сущность и классификация разновидностей. Факторы, влияющие на процесс развития гибкости.**

Методика развития гибкости. Понятие «гибкость». Гибкость как морфофункциональное свойство двигательного аппарата. Факторы, обуславливающие гибкость. Формы проявления гибкости. Практические способы ее оценки. Средства и общие основы методики воспитания гибкости. Режимы нагрузок в целях развития и поддержания гибкости в процессе отдельных занятий и в системе занятий. Рациональное сочетание упражнений на гибкость с другими упражнениями.

### **5. Понятие «специальная выносливость». Физиологическая характеристика специальной выносливости. Тесты и показатели уровня ее развития. Методика воспитания специальной выносливости.**

Понятие «специальная выносливость». Специальная выносливость в циклических видах спорта, специальная выносливость к статической работе, выносливость в ситуационных видах спорта, выносливость к вращениям и ускорениям, выносливость к гипоксии. Методика воспитания специальной выносливости (задачи, средства, методы). Тесты: определение максимальной анаэробной мощности – МАМ (тест Маргария, велоэргометрический тест Вингейта); определение пиковой анаэробной мощности ПАМ (прыжок вверх по Абалакову), специальные тесты определения МАМ в зависимости от вида спорта.

### **6. Методы физического воспитания, их классификация и общая характеристика. Нагрузка и отдых как основные компоненты специфических методов физического воспитания.**

Понятие «метод физического воспитания». Классификация и общая характеристика методов физического воспитания. Характеристика общепедагогических и специфических методов физического воспитания. Понятие «нагрузка физического упражнения». Внешняя и внутренняя стороны нагрузки. Виды нагрузок (стандартная, переменная, убывающая, прогрессирующая, варьирующая). Виды отдыха между нагрузками (полный, сокращенный, оптимизированный). Характер отдыха.

### **7. Понятие «общая выносливость». Аэробные возможности организма и их значение в воспитании общей выносливости. МПК, абсолютные и относительные величины МПК, анаэробный порог. Показатели уровня аэробных возможностей. Методика воспитания общей выносливости.**

Понятие «общая выносливость». Взаимосвязь выносливости, работоспособности и

утомления. Специфичность выносливости. Показатели и критерии выносливости. Роль генетических и средовых факторов в развитии выносливости. Значение кислородтранспортной системы. Максимальное потребление кислорода (МПК) как интегральный показатель аэробных возможностей человека. Абсолютные и относительные показатели МПК у спортсменов различных специализаций. МПК как критерий уровня физического здоровья населения. Понятие о пороге анаэробного обмена (ПАНО) и использование его в тренировочном процессе. Понятие об аэробной емкости и эффективности. Задачи, средства, методы воспитания «общей выносливости».

#### **8. Двигательные умения и навыки, их основные черты и закономерности образования.**

Понятие «двигательные умения». Условия и основные механизмы образования двигательных умений. Основные черты двигательного умения (ведущая роль мышления в управлении движениями, изменчивость и неустойчивость двигательного действия). Значение и место двигательных умений в процессе физического воспитания. Понятие «двигательный навык». Его основные черты (автоматизированное управление движениями, системность движений, устойчивость двигательного действия), их значение. Перенос навыков в практическую деятельность. Основные закономерности образования навыка, их значение для методики обучения. Сенсорные и исполнительные механизмы двигательного навыка. Стадии формирования двигательного навыка; устойчивость и длительность сохранения двигательного навыка. Деятельность мышц при формировании двигательного навыка; принцип обратной связи. Программирование двигательного навыка; двигательная память; автоматизация движений.

#### **9. Структура процесса обучения технике двигательного действия.**

Этап начального разучивания: общая задача обучения на этапе, частные задачи (в зависимости от сложности техники двигательного действия и степени подготовленности занимающихся). Особенности средств и методов обучения технике двигательного действия на данном этапе. Этап углубленного разучивания. Задачи, решаемые на этапе, особенности используемых для их решения средств и методов (основная тенденция изменения их состава по сравнению с первым этапом). Пути совершенствования ориентировочной основы действия. Усвоение ритма целостного двигательного действия как центральная проблема его углубленного разучивания. Соотношение на этом этапе методов, способствующих стабилизации и динамичности двигательных умений. Особенности контроля и самоконтроля на этапе углубленного разучивания. Пути и условия, позволяющие исключить автоматизацию двигательных ошибок на этом этапе. Этап совершенствования. Задачи, решаемые на этом этапе обучения. Особенности применяемых в данном случае средств и методов совершенствования действия. Завершающая отработка ориентировочной основы действия и выработка установок, адекватных конечной цели обучения действию. Соотношение методов стандартно-повторного и вариативного упражнения на этом этапе. Методические подходы, направленные на достижение необходимого диапазона целесообразной вариативности двигательного навыка. «Принцип направленного сопряжения» воздействий, нацеленных одновременно на «отшлифовку» техники и развитие физических качеств как одно из центральных положений методики результирующего этапа обучения. Пути обеспечения необходимой надежности («помехоустойчивости») сформированного двигательного навыка применительно к условиям его практического использования.

#### **10. Силовые способности человека, факторы их определяющие. Мышечная композиция и ее связь с силовыми способностями. Средства и методы воспитания силовых способностей.**

Понятие «силовые способности», их разновидности. Биологические факторы, определяющие развитие силы. Максимальная сила мышц. Максимальная произвольная сила (МПС) и физиологические факторы, ее определяющие. Понятие о силовом дефиците. Связь МПС со статической и динамической выносливостью. Физиологические основы тренировки

мышечной силы. Виды гипертрофии мышц. Физиологические особенности тренировки силы мышц динамическими и статическими (изометрическими) нагрузками. Задачи, средства, методы воспитания собственно-силовых способностей.

**11. Двигательные координационные способности. Характеристика разновидностей (точность движений, чувство двигательного ритма, управление напряжением мышц, владение равновесием тела, пространственная ориентировка). Особенности средств воспитания. Методические приемы воспитания отдельных видов проявления координационных способностей.**

Понятие «координационные способности». Воспитание, сущность и значение координационных способностей. Формы проявления (координация и точность движений, чувство двигательного ритма, управление напряжением мышц, владение равновесием тела, пространственная ориентировка). Особенности методик воспитания отдельных форм координационных способностей. Специальные упражнения для развития отдельных форм координационных способностей. Способы оценки уровня развития координационных способностей в процессе физического воспитания.

**12. Физические упражнения – основное средство физического воспитания.**

Понятие «физическое упражнение». Характеристика физических упражнений, встречающихся в практике физического воспитания. Техника двигательного действия как система движений, обеспечивающая решение конкретной двигательной задачи (виды техники; основа техники двигательного действия: подготовительная, ведущая и завершающая часть техники; детали техники). Кинематические характеристики техники двигательного действия. Условия (факторы), влияющие на результат физических упражнений обусловленность результата физических упражнений особенностями возраста: пола, степенью подготовленности, состоянием здоровья; влиянием внешних условий; зависимость результата упражнений от методики их использования.

**13. Методы строго-регламентированного упражнения, используемые при развитии физических способностей.**

Методы со стандартной нагрузкой (равномерный, повторный, повторно-серийный, интервальный). Методы с переменной нагрузкой (переменный метод, метод интервального упражнения с прогрессирующей нагрузкой, метод интервального упражнения с убывающей нагрузкой, метод интервального упражнения с варьирующей нагрузкой). Методы комбинированного типа (метод повторно-переменного упражнения, метод повторно-прогрессирующего упражнения, метод повторного упражнения с убывающими интервалами отдыха).

**14. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.** Первостепенная роль физической культуры в жизни, развитии и воспитании детей раннего и дошкольного возраста. Особенности задач, решаемых на начальных этапах физического воспитания, их обусловленность закономерностями возрастного развития детей в дошкольные периоды жизни, потребностями подготовки к предстоящей деятельности, условиям семейного быта; критерии реализации задач. Содержание и формы физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Характеристика направленности, типичного состава средств и определяющих черт методики физического воспитания в общей системе воспитания, осуществляемого в дошкольных образовательных учреждениях (ДОУ). Физическая культура в семейных и общественных формах воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Методические основы направленного использования факторов физической культуры в условиях семейного быта дошкольников и в коммунальных регионах (занятия на дворовых площадках и т. д.).

**15. Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи.**

Обязательный и факультативный курс физического воспитания в вузе. Особенности задач, содержания и построения вузовского курса физического воспитания. Типовое содержание программы по физическому воспитанию студентов; ее нормативные основы. Отличительные

черты методики и общего построения занятий в подготовительном и специальном отделениях, отделении спортивного совершенствования. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузе, особенности ее содержания и построения, зависящие от профиля избранной профессии. Внеакадемические формы направленного использования факторов физической культуры в режиме учебного дня, быта и отдыха студенчества. Методические условия включения элементов физической культуры типа «вводной гимнастики» и «физкультпауз» в учебный режим вуза. Физическая культура как фактор оптимизации студенческого быта и оздоровления в каникулярное время. Самодеятельное физкультурно-спортивное движение студенчества (методические аспекты). Особенности занятий спортом, направленных к высшим спортивным достижениям, в период вузовского образования.

#### **16. Основные правила построения занятий физическими упражнениями. Типы урочных занятий.**

Правила построения занятий в зависимости от различных факторов (педагогических задач, закономерностей процесса обучения и изменения работоспособности во время занятий, состояния и подготовленности занимающихся, внешних факторов). Типы урочных занятий (по целевой направленности, по направленности на решение задач оптимизации состояния здоровья, в зависимости от этапа учебно-воспитательного процесса, по предмету занятий) (ПК-4).

#### **17. Структура занятий урочного типа. Формы организации деятельности занимающихся на уроке физической культуры.**

Общие и частные задачи, средства и особенности проведения подготовительной, основной и заключительной части занятия. Формы организации деятельности занимающихся на уроке физической культуры (фронтальная, групповая, индивидуальная, «круговая тренировка»).

#### **18. Значение, задачи и методические основы направленного использования физической культуры в старшем школьном возрасте.**

Морфофункциональные и психологические особенности учащихся старшего школьного возраста. Значение физической культуры в жизни учащихся старшего школьного возраста. Задачи физической культуры в старшем школьном возрасте. Возрастные особенности учащихся старшего школьного возраста: динамика развития психических процессов: мышление, память, эмоционально-волевая сфера, мотивация, внимание, восприятие. Развитие центральной нервной системы, высшей нервной деятельности и сенсорных систем. Физическое развитие и опорно-двигательная система. Особенности крови, кровообращения и дыхания. Физиологические особенности адаптации учащихся старшего школьного возраста к физическим нагрузкам. Задачи, средства и методические приемы формирования правильной осанки. Методика обучения технике двигательного действия и развития физических способностей в старшем школьном возрасте.

#### **19. Игровой и соревновательный методы, их сущность и отличительные черты.**

Понятие «метод физического воспитания». Классификация и общая характеристика методов физического воспитания. Характеристика общепедагогических и специфических методов физического воспитания. Игровой метод. Определяющие черты игрового метода в физическом воспитании. Возможности, предоставляемые им, и ограничения. Элементарные и полные (развернутые) формы игрового метода. Соревновательный метод. Определяющие черты соревновательного метода в физическом воспитании. Предоставляемые им возможности и ограничения. Элементарные и полные (развернутые) формы соревновательного метода.

#### **20. Скоростно-силовые способности, их сущность, формы проявления, средства и особенности методики.**

Скоростно-силовые способности: задачи по их воспитанию. Единство силовых и скоростных способностей, особенности их соотношения в видах двигательных действий, требующих совместных высоких проявлений данных способностей. Современные представления об особенностях сочетания факторов, лежащих в основе скоростно-силовых способностей.



Критерии и способы их оценки в физическом воспитании. Задачи, решаемые на различных этапах воспитания скоростно-силовых способностей в зависимости от профилирующих направлений и ситуаций, типичных для физического воспитания. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания скоростно-силовых способностей. Особенности средств и методики воспитания скоростно-силовых способностей. Отличительные черты скоростно-силовых упражнений различного типа; упражнения «ударно-реактивного воздействия» как специфические средства развития скоростно-силовых способностей. Основные методы и методические подходы, используемые в воспитании скоростно-силовых способностей. Особенности нормирования нагрузок в упражнениях скоростно-силового характера и адекватный режим их использования в процессе физического воспитания в основных типичных ситуациях. Тренажерные устройства для воспитания скоростно-силовых способностей.

#### **21. Особенности многолетней тренировки юных спортсменов.**

Значение, задачи, средства и особенности методики направленного использования спортивной тренировки с учетом этапов подготовки юных спортсменов (предварительной подготовки, начальной спортивной специализации, этап углубленной тренировки, этап спортивного совершенствования).

#### **22. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) и их характеристика.**

Основы построения макроцикла: характеристика периодов макроцикла (подготовительный, соревновательный, переходный), характеристика этапов каждого периода. Факторы, влияющие на структуру макроциклов.

#### **23. Система отбора в процессе многолетней спортивной подготовки. Структура и содержание отбора (состояние здоровья, морфофункциональные, психологические и спортивно-педагогические критерии).**

Роль спортивного отбора в подготовке квалифицированных спортсменов. Система спортивного отбора. Задачи и особенности этапов отбора (предварительный, для комплектования учебно-тренировочных групп, отбор перспективных спортсменов в СДЮШОР и УОР, отбор по видам спорта в олимпийские команды).

#### **24. Принципы спортивной тренировки.**

Направленность на максимально возможные достижения, углубленная специализация и индивидуализация. Единство общей и специальной подготовки спортсмена. Особая непрерывность тренировочного процесса. Единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок. Волнообразность динамики нагрузок. Цикличность тренировочного процесса.

#### **25. Цель, задачи, средства, методы спортивной тренировки.**

Основные задачи спортивной тренировки. Особенности средств спортивной тренировки (общеподготовительные, специально-подготовительные, собственно-соревновательные упражнения). Методы спортивной тренировки (методы строго-регламентированного упражнения, игровой и соревновательный).

#### **26. Техническая и тактическая подготовка спортсмена, их специфическое содержание. Значение, место и связи данных разделов в системе спортивной подготовки.**

Общие и частные задачи, решаемые в процессе технической подготовки спортсмена, и критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-технической подготовке. Стадии и этапы технической подготовки спортсмена как многолетнего непрерывного процесса достижения спортивно-технического мастерства и его углубленного совершенствования; их соотношение с общей структурой тренировочного процесса. Конкретизация знаний по методике спортивно-технической подготовки. Особенности методики формирования новых спортивно-технических умений и навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий при формировании ориентировочной основы нового соревновательного действия, практическом разучивании его или существенной перестройке освоенных ранее навыков). Особенности методики

стабилизации и совершенствования сформированных спортивно-технических навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий начальной стабилизации навыков, расширения диапазона их оправданной вариативности и увеличения их «помехоустойчивости», «надежности»). Общие и частные задачи, решаемые в процессе тактической подготовки спортсмена (спортивной команды), критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в целях спортивно-тактической подготовки. Этапы спортивно-тактической подготовки, их соотношение с этапами спортивно-технической подготовки и периодической тренировочного процесса. Методика спортивно-тактической подготовки. Пути и условия оптимизации предпосылок тактического совершенствования. «Тактические упражнения» как основной фактор практического формирования и совершенствования спортивно-тактических навыков и умений; их типы, разновидности и основные правила применения. Тактически ориентированная соревновательная практика как специфический фактор тактической подготовки спортсмена (команды). Методические условия органического соединения спортивно-технической и тактической подготовки (условия направленного формирования технико-тактических действий).

#### **27. Физическая подготовка спортсмена, её специфическое содержание.**

Воспитание силовых способностей (силовая подготовка) спортсмена. Специфические задачи, решаемые в процессе воспитания силовых способностей спортсмена; критерии их реализации. Особенности состава средств и определяющие черты методики воспитания собственно силовых и скоростно-силовых способностей спортсмена. Проблемы регулирования мышечной массы спортсмена, возникающие в силовой подготовке в зависимости от специфики видов спорта, пути их решения. Тенденции изменений силовой подготовки в процессе многолетней тренировки. Общее представление о специальных дополнительных факторах, используемых в связи с силовой подготовкой спортсмена (специализированное питание, электростимуляционные средства и др.). Воспитание скоростных способностей спортсмена. Специфические задачи по воспитанию скоростных способностей, решаемые в процессе подготовки спортсмена; критерии их реализации. Особенности состава средств и определяющие черты методики воспитания быстроты двигательных реакций (простых и сложных) и быстроты движений. Проблемы предупреждения и преодоления «скоростного барьера», возникающие при воспитании скоростных способностей спортсмена; пути их решения. Тенденции изменения процесса воспитания скоростных способностей в ходе многолетней спортивной подготовки. Конкретизация представлений о специальных дополнительных средствах, используемых в связи с воспитанием скоростных способностей спортсмена (технические устройства, облегчающие проявление быстроты, электролидеры и др.). Воспитание выносливости спортсмена. Специфика задач, решаемых в процессе воспитания выносливости спортсмена; критерии их реализации. Особенности состава средств и определяющие черты методики воспитания общей и специальной выносливости спортсмена; проблемы воспитания специфической соревновательной выносливости и пути их решения. Тенденции изменения процесса воспитания выносливости в ходе многолетней спортивной подготовки. Конкретизация представлений о специальных дополнительных факторах, используемых в связи с воспитанием выносливости спортсмена (условия гипоксии, оксигенации, гипо- и гипертермии, специализированное питание и др.). Направленное воздействие в процессе спортивной тренировки на отдельные морфофункциональные свойства спортсмена. Задачи по совершенствованию гибкости в физической подготовке спортсмена; критерии их реализации и ограничительные условия. Особенности состава средств и определяющие черты методики совершенствования гибкости спортсмена. Тенденции изменения воздействий, направленных на развитие гибкости, в процессе многолетней спортивной подготовки.

#### **28. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов).**

Тренировочное занятие как относительно завершённый элемент тренировочного процесса. Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке; их типы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру; зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их места в структуре микроциклов тренировки. Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов (втягивающий, базовый, контрольно-подготовительный, подводящий, соревновательный и восстановительный).

### **29. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов).**

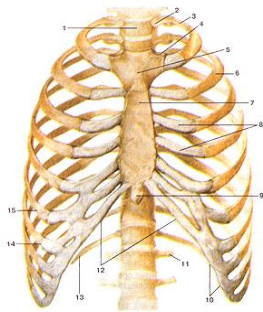
Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов в спортивной тренировке (втягивающий, базовый общеподготовительный, базовый специально-подготовительный, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, собственно-соревновательный, восстановительный); основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность их структуры.

### **30. Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития.**

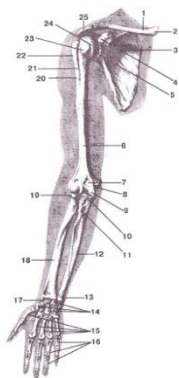
Спорт как собственно-соревновательная деятельность, широкое понимание спорта, классификация видов спорта. Факторы спортивных достижений (индивидуальные и социальные, постоянно действующие и конъюнктурные). Тенденции развития спортивных достижений. Социальные функции спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Специфическая эталонная и эвристическая роль спорта. Спорт как фактор разностороннего развития, воспитания, подготовки человека к жизненной практике; значение и место спорта в системе физического и общего всестороннего воспитания, в профессионально-прикладной и военно-прикладной подготовке. Оздоровительно-рекреативная функция спорта; его роль и место в оптимизации досуга широких слоев населения. Эстетические свойства спорта; спорт как зрелище; причины необычайной зрелищной популярности спорта; взаимопроникновение спорта и искусства. Спорт как сфера широких социальных отношений. Роль спорта в социализации личности и в социальной интеграции. Идеологическое значение спорта; спорт и политика. Коммуникативное значение спорта; спорт как фактор международных связей. Экономическое значение спорта; спорт как фактор повышения производительности труда и как одна из сфер экономических отношений. Обусловленность состояния и развития спорта фундаментальными (социально-экономическими) общественными отношениями и политическим строем общества. Определяющие черты отечественной школы спорта. Основные стороны и формы спортивного движения в обществе. Общедоступный («ординарный») спорт и спорт высших достижений («большой спорт»); особенности и взаимосвязь этих сторон спортивного движения. Профессионализация современного спорта высших достижений; дифференциация профессионального спорта («профессионально-супердостиженческий» спорт и «профессионально-коммерческий» спорт).

#### **6.2.2. Перечень простых контрольных заданий, выносимых на государственный экзамен(ПКЗ):**

**31. Задание:** Назовите отдел скелета, который представлен на рисунке. Укажите названия основных анатомических образований. Определите оси вращения в реберных суставах, назовите и продемонстрируйте движения ребер при вдохе и выдохе. Проявите разные типы дыхания: брюшное (диафрагмальное), грудное (реберное) и полное. Назовите мышцы и определите локализацию мышц вдоха (основные, вспомогательные, косвенные) и выдоха.



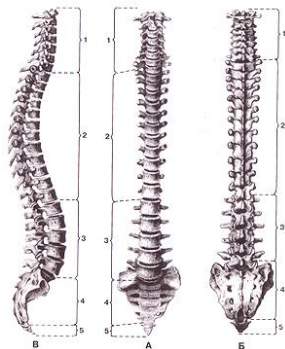
**32. Задание:** Назовите отдел скелета, который представлен на рисунке. Укажите названия основных анатомических образований. Определите оси вращения в каждом суставе, назовите и продемонстрируйте движения, совершаемые вокруг этих осей. Назовите функциональные группы мышц и определите локализацию мышц, участвующих в движениях пояса верхней конечности, плеча, предплечья и кисти.



**33. Задание:** Назовите отдел скелета, который представлен на рисунке. Укажите названия основных анатомических образований. Определите оси вращения в каждом суставе, назовите и продемонстрируйте движения, совершаемые вокруг этих осей. Назовите функциональные группы мышц и определите локализацию мышц, участвующих в движениях бедра, голени и стопы.



**34. Задание:** Назовите отдел скелета, который представлен на рисунке. Укажите названия основных анатомических образований. Определите оси вращения в позвоночном столбе, назовите и продемонстрируйте движения вокруг этих осей, назовите мышцы и определите локализацию мышц, производящих данные движения.



**35. Задание:** Дайте рекомендации по содержанию основных нутриентов пищи (белков, жиров, углеводов) для велосипедистки, тренирующейся на средние дистанции, расчетная калорийность рациона которой должна составлять 3100 ккал в сутки, порекомендуйте ей функциональные продукты.

**36. Задание:** Оцените уровень здоровья студентки университета (20 лет, рост 164 см, вес 68 кг, ЖЭЛ – 2,8 л, ЧСС покоя - 72 уд/мин, АД – 110/70, время восстановления ЧСС после приседаний (20 за 30с.) 3,5 мин. Дайте рекомендации для занятий физической культурой.

**37. Задание:** Оцените освещенность спортивного зала (световой коэффициент которого 1/6) и уровень шума (89 дБ), сравнив результаты с нормативными показателями. Как это скажется на работоспособности спортсменов, какое воздействие может оказать на их здоровье?

**38. Задание:** Составьте комплекс восстановительных мероприятий для юных спортсменов в вашем виде спорта, объясните их воздействие на организм спортсмена.

**39. Задание:** Представьте, что Вы планируете воспитательную работу с группой спортсменов в летнем оздоровительном лагере (на примере новичков или спортсменов массовых разрядов). Составьте план воспитательной работы, какие методы и средства воспитательной работы вы можете использовать? Какие принципы работы вы будете использовать?

**40. Задание:** Представьте, что Вы планируете воспитательную работу с группой детей дошкольного возраста в детском саду на занятиях физической культурой. Составьте план воспитательной работы, какие методы, средства и принципы воспитательной работы вы можете использовать?

**41. Задание:** Составьте план воспитательной работы с группой детей подросткового возраста в избранном виде спорта (на выбор). Аргументируйте свой ответ.

**42. Задание:** Разработайте структуру урока по физической культуре с учетом особенностей младшего школьного возраста. Приведите классификации уроков (типы уроков). Опишите требования к уроку. Аргументируйте свой ответ.

**43. Задание:** Разработайте план урока по физической культуре с детьми старшего школьного возраста, с учетом общепедагогических методов физического воспитания.

**44. Задание:** Разработайте индивидуальный план саморазвития и самосовершенствования тренера, опираясь на основные педагогические категории мастерства тренера, с учетом уровней деятельности тренера-преподавателя в области физической культуры. Аргументируйте свой ответ.

**45. Задание:** Представьте, что Вы осуществляете отбор в спортивную секцию, какие психологические факторы следует учитывать, чтобы сделать данный процесс более точным. Предложите план психологической диагностики при спортивном отборе, с указанием перечня методов и методик психологической диагностики. Обоснуйте свой выбор.

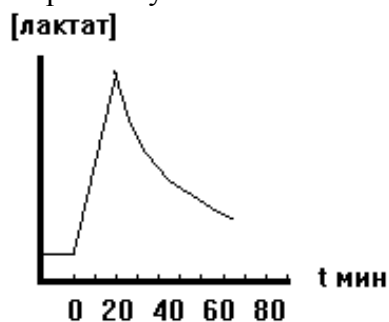
**46. Задание:** Составьте план работы со спортивной командой, используя знания о социально-психологических особенностях спортивной команды (на примере игровых видов спорта).

**47. Задание:** Предложите направления психолого-педагогической работы с детьми подросткового возраста, с учетом особенностей избранного вида спорта.

- 48. Задание:** Составьте план психологической подготовки спортсмена с указанием методов психологической диагностики и психорегуляции (на примере избранного вида спорта).
- 49. Задание:** Опишите психические состояния, которые встречаются в спортивной деятельности. Приведите примеры методов диагностики и коррекции психических состояний.
- 50. Задание:** Составьте схему лекции на тему «Тренер, как социализирующая личность». Раскройте понятие «спортивный характер». Опишите влияние личности тренера на воспитание характера занимающихся физической культурой и спортом.
- 51. Задание:** Разработайте план психолого-педагогических мероприятий по формированию спортивного коллектива (на примере группового вида спорта). Подберите методы изучения межличностных отношений и групповых процессов в спортивной группе. Используйте социально-психологические особенности спортивных групп и коллективов. Аргументируйте свой ответ.
- 52. Задание:** Охарактеризуйте четыре состояния соревновательной готовности спортсмена (предстартовые психические состояния). Предложите средства психорегуляции для управления предстартовым состоянием спортсмена при каждом из четырех перечисленных состояний (на примере любого вида спорта). Приведите пример использования методов психодиагностики «предстартовой лихорадки». Аргументируйте свой ответ.
- 53. Задание:** Составьте план оптимизации социально-психологического климата спортивной команды, психологической подготовки спортсмена (на примере любого вида спорта) с указанием задач и методов. Обоснуйте свою позицию.
- 54. Задание:** Проанализируйте методы психологического воздействия, которые использует знакомый вам тренер по отношению к команде (к спортсмену) Приведите примеры и обоснуйте свой ответ. Аргументируйте свою позицию.
- 55. Задание:** Приведите пример конфликтной ситуации в сфере физической культуры и спорта. Предложите план решения данной конфликтной ситуации. Аргументируйте свой ответ.
- 56. Задание:** Дайте характеристику типов и видов лидерства в спортивной команде. Предложите план работы с лидером спортивной группы, чье поведение в определенных ситуациях оказывает отрицательное влияние на соревновательную деятельность команды, членом которой он сам является (на примере игровых видов спорта). Обоснуйте свой ответ.
- 57. Задание:** Объясните, почему при интенсивной физической работе активизируется скорость реакций цитратного цикла? Напишите реакции, скорость которых при этом возрастает. Объясните почему?
- 58. Задание:** Гликогенфосфорилаза из скелетных мышц характеризуется гораздо более высокой величиной  $V_{max}$ , чем тот же фермент из ткани печени. Какую физиологическую функцию выполняет гликогенфосфорилаза в скелетной мышце и ткани печени? Почему величина  $V_{max}$  для мышечного фермента должна быть больше, чем для фермента из печени?
- 59. Задание:** Большинство субстратов в цикле Кребса окисляется под действием НАД-зависимых дегидрогеназ. Исключением является сукинатдегидрогеназа, которая в качестве акцептора водорода использует ФАД. Почему ФАД является более подходящим акцептором водорода, чем НАД. Ответ объясните, используя известные данные: нормальный окислительно-восстановительный потенциал НАД/НАДН<sub>2</sub> = -0.32 в, а ФАД/ФАДН<sub>2</sub> = +0.05 в и фумарат/сукцинат = +0.03 в.
- 60. Задание:** Приведенный на рисунке график показывает зависимость между концентрацией АТФ и активностью фосфофруктокиназы, которая является аллостерическим ферментом. Активность фосфофруктокиназы с повышением концентрации АТФ сначала возрастает, но в какой-то момент наступает перелом - дальнейшее повышение концентрации АТФ вызывает ингибирование фермента. Напишите уравнение реакции, катализируемой данным ферментом. Объясните, как может АТФ быть и субстратом и ингибитором фосфофруктокиназы? Как регулируется активность этого фермента с помощью АТФ? Каким образом регулируется гликолиз в зависимости от уровня АТФ?



**61. Задание:** На рисунке показана концентрация лактата в крови до бега на 400 м и после него. Чем вызвано быстрое повышение концентрации лактата? Что является причиной снижения уровня лактата после бега? Подтвердите объяснение схемой. Почему снижение происходит медленнее, чем подъем? Почему в состоянии покоя концентрация лактата в крови не равна нулю?



**62. Задание:** Раствор, содержащий высокомолекулярные вещества различной природы (полисахариды, белки, нуклеиновые кислоты), проявляет каталитическую активность. Природа катализатора неизвестна. Установлено, что он обладает следующими свойствами:

- снижает энергию активации;
- ускоряет прямую и обратную реакции;
- обладает высокой специфичностью;
- ускоряет момент достижения равновесия, не сдвигая его;
- прекращает каталитическое действие после добавления в раствор вещества, разрушающего пептидные связи.

Какое из перечисленных свойств служит прямым доказательством белковой природы катализатора.

**63. Задание:** У молодых спортсменов за день до забега на короткие и средние дистанции отмечается повышенная нервозность или апатия. Опишите физиологические признаки диагностики негативных предстартовых состояний. Назовите физиологические механизмы возникновения негативных предстартовых состояний. Определите, какие возможные ошибки может совершить спортсмен с проявлением повышенной нервозности или апатии во время забега на короткие дистанции. Составьте рекомендации, позволяющие скорректировать предстартовую апатию.

**64. Задание:** Молодые спортсмены, бегающие на средние дистанции, приехали на тренировочную базу, расположенную на высоте 2500 м. Опишите период и признаки проявления гипоксии у спортсменов. Опишите, какие изменения будут происходить у спортсменов в первые тренировочные дни, через 10-15 дней и через 25-30 дней тренировок в среднегорье. Опишите адаптационные и компенсаторные механизмы восстановления спортивной работоспособности в период акклиматизации. Опишите признаки и причины горной или высотной болезни. Опишите, как изменяется спортивная работоспособность в период реакклиматизации.

**65. Задание:** У молодого спортсмена во время бега на 1500 м за 50 метров до финиша появляются боли в мышцах ног и выраженная одышка. Опишите причины возникновения болей на этой дистанции у данного спортсмена (расход энергии, кислородный запрос,

потребление кислорода и кислородный долг, ведущие источники энергии, характеристика работы вегетативных систем, основные механизмы утомления, факторы, лимитирующие работоспособность). Составьте рекомендации, позволяющие минимизировать появления болей в мышцах ног у данного спортсмена во время бега на 1500 м.

**66. Задание:** Молодая лыжница-гонщица 17 лет, специализирующаяся на дистанциях 15 и 30 километров, готовится к соревнованиям. Опишите, какие показатели кислородтранспортной системы вы можете протестировать: сердечнососудистая система, дыхательная система, система крови, лактатный или анаэробный порог, максимальное потребление кислорода. На основании каких показателей можно судить о готовности данной спортсменки к соревнованиям?

**67. Задание:** Молодая спортсменка 20 лет на международных соревнованиях пробежала марафонскую дистанцию 42 км 195 м. Опишите механизмы расхода энергии и метаболические изменения в организме марафонца в зависимости от продолжительности дистанции. Опишите периоды и продолжительность восстановления энергетических запасов и различных функций организма до исходного уровня спортивной работоспособности. Составьте рекомендации, позволяющие эффективно оптимизировать фазы восстановления спортивной работоспособности.

**68. Задание:** Молодой лыжник 18 лет, специализирующийся на дистанциях 30 и 50 километров, при подготовке к соревнованиям с увеличением физической нагрузки стал отмечать появления слабости, головокружения, повышенной усталости и нарушения сна. Опишите стадии и механизмы возникновения перетренированности. Составьте рекомендации, способствующие эффективному восстановлению спортивной работоспособности.

**69. Задание:** Спортсмен 30 лет хоккеист после интенсивной тренировки в раздевалке почувствовал себя плохо и потерял сознание. Рядом находившийся спортивный врач диагностировал внезапную остановку сердца: отсутствие пульса на сонной артерии, отсутствие дыхания и расширение зрачков. Опишите основные причины внезапного прекращения кровообращения. Опишите последовательность выполнения реанимационных мероприятий по системе Сафара. Опишите, как вы обеспечите свободную проходимость дыхательных путей, как вы будете проводить наружный массаж сердца с искусственным дыханием, как вы будете контролировать эффективность реанимации по появлению пульса, повышению артериального давления, восстановления самостоятельного дыхания, реакции зрачков.

**70. Задание:** Молодой спортсмен 18 лет на соревнованиях на дистанции 15 километров после интенсивного финишного броска почувствовал выраженную слабость и головокружение, после чего потерял сознание. Опишите механизмы возникновения и клинические проявления гравитационного обморока у данного спортсмена. Опишите отличие гравитационного обморока от психогенного обморока, ортостатического обморока, вазовагального обморока и гипогликемического состояния. Составьте рекомендации неотложной помощи, способствующие эффективному восстановлению сознания у данного спортсмена.

**71. Задание:** Спортсмен 30 лет футболист после футбольного матча в раздевалке почувствовал резкую боль за грудиной и потерял сознание. Рядом находившийся спортивный врач диагностировал острый инфаркт миокарда: отсутствие пульса на сонной артерии, отсутствие дыхания и расширение зрачков. Опишите основные причины внезапного прекращения кровообращения. Опишите последовательность выполнения реанимационных мероприятий по системе Сафара. Опишите, как вы обеспечите свободную проходимость дыхательных путей, как вы будете проводить наружный массаж сердца с искусственным дыханием, как вы будете контролировать эффективность реанимации по появлению пульса, повышению артериального давления, восстановления самостоятельного дыхания, реакции зрачков.

**72. Задание:** Молодой спортсмен 18 лет (фигурист) приехал на международные



соревнования. В аэропорту обратил внимание на большое количество людей в медицинских масках на лице, но сам маской не воспользовался. Через два дня на тренировке почувствовал общее недомогание, слабость и чувство жара. Температура тела поднялась до 39°C. Спортивный врач команды диагностировал грипп. Задание: Опишите этиологию и патогенез гриппа, пути передачи и развития гриппа. Опишите последовательность проявления симптомов гриппа. Составьте рекомендации по профилактике гриппа для спортсменов.

**73. Задание:** Два лыжника А и Б одного возраста и одинаковой комплекции бегут дистанцию 15 километров. МПК у спортсмена А составляет 5.5 л/мин, МПК у спортсмена Б – 4.8 л/мин. Подъем в гору протяженностью 1500 м требует потребления кислорода 4.6 л/мин. Задание: Опишите какие энергетические механизмы будут использовать спортсмен А и спортсмен Б во время подъема в гору. Опишите по какому механизму будет возникать утомление у спортсмена А и спортсмена Б во время подъема в гору. Определите, какой спортсмен придет к финишу первым с наименьшим проявлением усталости.

**74. Задание:** Молодой спортсмен 20 лет (марафонец) на предсоревновательном этапе несколько раз в неделю пробегает дистанции, аналогичные дистанциям на предстоящих соревнованиях. Такие физические нагрузки на выносливость стимулируют формирование долговременной адаптации кислородтранспортной системы. Опишите механизмы адаптации сердечнососудистой системы, дыхательной системы, системы крови, печени и мышечных волокон I-типа к физическим аэробным нагрузкам на выносливость. Составьте рекомендации по профилактике возникновения перетренированности и хронического перенапряжения для данного спортсмена.

**75. Задание:** Дайте определение понятию «менеджмент». Приведите примеры «менеджеров» в сфере физической культуры и спорта. Выделите критерии отнесения того или иного сотрудника физкультурно-спортивных организаций к «менеджерам».

**76. Задание:** Представьте схематично структуру нормативно-правовых актов, регламентирующих деятельность физкультурно-спортивной организации. Охарактеризуйте источники информации и информационные технологии, используемые в управленческой деятельности, а также их влияние на эффективность менеджмента. Приведите примеры.

**77. Задание:** Охарактеризуйте методы принятия решений, которые целесообразно использовать руководителю физкультурно-спортивной организации в следующих ситуациях:

- определение стимулирующих надбавок к заработной плате;
- выявление перспективных направлений развития организации;
- увольнение работника;
- выбор спортивного объекта для проведения мероприятия?

Назовите документы, в которых будет отражено принятое решение.

**78. Задание:** Представьте схематично систему органов управления физической культурой и спортом в РФ. Приведите примеры взаимодействия органов управления физической культурой и спортом различных уровней.

**79. Задание:** Представьте графически организационную структуру физкультурно-спортивной организации и опишите взаимосвязи между уровнями и звеньями управления. Назовите достоинства и недостатки представленной организационной структуры.

**80. Задание:** Охарактеризуйте покупательское поведение на рынке услуг физической культуры и спорта. Какие особенности отрасли должен учитывать маркетолог физкультурно-спортивной организации? Если в организации не предусмотрена должность маркетолога, как должна быть организована маркетинговая деятельность?

**81. Задание:** Составьте план подготовки к проведению физкультурно-спортивного мероприятия. Какие требования к проведению физкультурно-спортивных мероприятий Вы должны учитывать?

**82. Задание:** Опишите требования к спортивному сооружению, а также перечислите необходимое оборудование и инвентарь для проведения городских соревнований по избранному виду спорта.

**83. Задание:** Соотнесите основные инструменты и выполняемые функции (столбец 1) с программным продуктом (столбец 2).

Основные инструменты и выполняемые функции	Программный продукт
1	2
а)Создание тестов, опросов б)Настройка темы в)Сортировка данных г)Редактор формул (уравнений) д)Создание диаграмм е)Добавление примечаний (рецензирование) ж)Редактирование онлайн з)Анализ данных (корреляция и т. п.)	1.Google Таблицы 2.Google Формы 3.MS Excel 4.MS Word 5.MS PowerPoint

Приведите примеры профессиональных задач, решаемых с помощью этих программных продуктов.

### 6.2.3. *Перечень комплексных контрольных заданий, выносимых на государственный экзамен (ККЗ):*

#### *Ситуационные задачи по избранному виду спорта (теория и методика аэробики и фитнес гимнастики)*

**84. Ситуационная задача:** Для воспитания силовых способностей начинающего клиента на подготовительном этапе (стаж регулярных занятий менее трёх месяцев) инструктор применял упражнения со свободными весами с нагрузкой в 80 – 85% от 1 ПМ (1ПМ = 8повторений x 1,27). Упражнения выполнялись повторным методом по 4 - 7 повторений в сете, с интервалами отдыха в 2 – 3 минуты. Задание: 1). Проанализируйте и определите методическую ошибку инструктора. Какая силовая способность воспитывается данным видом тренинга? На каком этапе допустима такая тренировка? 2) Укажите, какую силовую способность нужно развивать у начинающего клиента на подготовительном этапе силовой тренировки (нагрузка в % от 1ПМ, количество повторений, сетов, интервалы отдыха, скорость).

**85. Ситуационная задача:** Очень большое значение в проведении занятий имеет использование зеркала. Занимающиеся могут контролировать свои движения и сличать их с действиями тренера. На одном из групповых занятий в фитнес – клубе возникла ситуация, когда тренер все без исключения движения показывал лицом к занимающимся, зеркально, в связи с чем возникли сложности с координацией у большинства занимающихся, они буквально «встали». На следующем занятии по просьбе клиентов инструктор встал спиной к группе, и все действия показывал лицом к зеркалу, что у некоторых клиентов вызвало отрицательную реакцию. Задание: Объясните, какие движения следует показывать лицом к группе, а какие – лицом к зеркалу.

**86. Ситуационная задача:** Процесс аэробных тренировок предназначен для повышения выносливости организма, подъема тонуса и укрепления сердечно - сосудистой системы. Бег, ходьба и поездки на велосипеде входят в комплекс типичных аэробных тренировок. Главное отличие аэробных тренировок заключается в продолжительности (постоянной мышечной работе, которая должна длиться не меньше двадцати минут), а комплекс упражнений при этом должен иметь присутствие динамического и повторяющегося характера. Аэробные упражнения являются наилучшим способом для процесса связанного с сжиганием лишних калорий. Точнее аэробные тренировки способствуют сжиганию жира и одновременно сохраняют (если не делаются в большом объеме) мышечную массу. При аэробных нагрузках понижается давление, уменьшается риск связанный с возникновением сердечной недостаточности, улучшается работа функции легких и появляется отличная

перспектива в преодолении стрессового состояния организма. Главная же причина, по которой выполняется аэробная нагрузка в спортивном зале, заключается в процессе сжигания жира. Задание: 1. Рассчитайте целевой пульс для высокоинтенсивной аэробной работы двумя способами. 2. Рассчитайте целевой пульс для жиросжигающей аэробной работы двумя способами. Порекомендуйте виды аэробной тренировки. 3. Оцените адекватность физической нагрузки по разговорному тесту.

**87. Ситуационная задача:** Клиентка 24 - летнего возраста, не курящая, посещает групповые занятия по аэробике в течение трёх месяцев. При этом она постоянно жалуется на одышку и сильное сердцебиение. При обращении к участковому терапевту оказалось, что у девушки анемия и пониженное давление. Врач же фитнес – клуба не заметил отклонений в состоянии здоровья этой клиентки. Она сомневается, посещать ли ей занятия или лучше от них отказаться. Задание: Проанализируйте адекватность физической нагрузки на занятиях. Объясните, какие действия должен предпринять инструктор, чтобы девушка смогла продолжить занятия.

**88. Ситуационная задача:** Несмотря на то, что все мы понимаем и осознаем, насколько приятно иметь идеальное телосложение (ну и насколько вообще полезны занятия спортом) — все равно многие люди, даже сильно того желая, не могут регулярно посещать тренировки. Для этого, обычно, находятся «веские» отговорки и причины, которые мы сами же и придумываем, причем лишь для того, чтобы успокоить собственную совесть. Задание: Порекомендуйте, как наконец-то заставить себя тренироваться, и как не «перегореть» через пару недель.

**89. Ситуационная задача:** Клиенты, приходящие в зал кардио тренажёров зачастую не знают, какой тренажёр выбрать для занятий, и чем они отличаются друг от друга. Одни клиенты категорически не желают бегать, хотя эффективной считается передвижение по дорожке со скоростью 12 км в час, другие имеют проблемы с суставами, третьи желают увеличить мышечную массу. Задание: 1.Порекомендуйте кардио тренажёр для щадящей нагрузки на суставы; 2. для увеличения мышечной массы.

**90. Ситуационная задача:** В последнее время в фитнес клубы приходит много клиентов с заболеваниями позвоночника и суставов. Задание: Порекомендуйте виды тренировочных программ для таких клиентов с учётом противопоказаний (артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа).

**91. Ситуационная задача:** За правильное положение позвоночника отвечают специальные внутренние мышцы и связки спины, именно от их подвижности и эластичности зависит здоровье нашего позвоночника. Внутренние мышцы исполняют роль невидимого корсета, который поддерживает позвоночник в вертикальном состоянии. Их нужно обязательно тренировать и делать это лучше не дома по самостоятельно выбранной системе, а под присмотром специалиста в фитнес - зале. На сегодняшний день проблемы с позвоночником есть если не у всех, то у большинства точно. Нагрузки при занятиях спортом зависят от степени тяжести заболевания : 1. (искривление позвоночника имеет три стадии – сколиоз, лордоз и кифоз). 2. Остеохондроз – еще одно серьезное заболевание, это изменение межпозвоночных дисков, при котором деформируются позвонки, и, как следствие, снижается эластичность связок. Задание: Какие фитнес – программы можно рекомендовать занимающимся с этими заболеваниями и что исключить.

**92. Ситуационная задача:** Во время выполнения аэробной нагрузки на степ – платформе в групповых занятиях (при разнородном составе группы) у некоторых клиентов появилась одышка, они не могли говорить без дополнительного вдыхания воздуха, в то время как другие не заметили никаких перемен, связанных со скоростью дыхания. Объясните, какие действия следует предпринять инструктору, чтобы отрегулировать нагрузку на занятиях.

**93. Ситуационная задача:** Три клиента обратились к персональному тренеру с целью разработки оптимальной тренировочной программы. Один из них изъявил желание добиться максимальных показателей силы, но хотел бы и сжечь лишний жир. Второй клиент сделал

акцент на жиросжигание, но хотел бы улучшить и силовые показатели. Третий клиент пожелал улучшить общую тренированность и спортивные навыки. Всем трём клиентам тренер предложил перекрёстный тренинг (кардио + силовой). Задание: Кому, по вашему мнению, данная программа подходит идеально, а кому необходимо её изменить и почему?

**94. Ситуационная задача:** В одном из групповых занятий по аэробике инструктор для развития силовой выносливости запланировал проведение занятия по методу круговой тренировки с целью разнообразия нагрузки и использования большего количества оборудования. Однако он не имел представления о предполагаемом количестве занимающихся. В одном случае оказалось, что на занятия пришло гораздо меньше людей, чем предполагалось, и тренер потратил множество ненужных усилий на расстановку станций. Во втором случае на занятия пришло большее количество занимающихся, чем ожидалось. Объясните, какие действия должен предпринять инструктор: а) чтобы не терять время и силы на установку лишнего оборудования; б) чтобы срочно отреагировать на большее количество занимающихся.

**95. Ситуационная задача:** Клиент, не имеющий заболеваний, начинающий, обратился к персональному тренеру с целью снижения жирового компонента массы тела. Инструктор предложил клиенту методику интервальной тренировки, построенной по принципу «работа – отдых». Задание: Обоснуйте эффективность данного метода. Дайте рекомендации по применению методики: длительность периода, продолжительность интенсивной фазы по отношению к фазе отдыха, длительность самого занятия, до какого пульса следует восстанавливаться в процентах от ЧСС<sub>max</sub>.

**96. Ситуационная задача:** Женщина 35 лет, имеющая противопоказания к занятиям аэробикой, обратилась к персональному тренеру по пилатесу. Её желанием было повышение интенсивности нагрузки, а также её индивидуализация, так как в групповых занятиях состав группы разнороден, и она не удовлетворена результатами. Ранее она занималась классическим пилатесом несколько лет. В клубе имеется оборудование для пилатеса Peak Pilates Chair. Инструктор предложил ей методику Peak Pilates. Задание: Объясните, в чем отличие этого метода от классического пилатеса и почему он эффективен для клиентов продвинутого уровня.

**97. Ситуационная задача:** Не секрет ни для кого, что спортсмены различных видов спорта не любят заниматься йогой, связывая её с пением мантр и вегетарианским образом жизни, сложной системой дыхания, освоением сложных поз. Задание: Предложите спортсменам методику занятий йогой для улучшения спортивных результатов. Объясните, в чём принципиальное отличие предложенной методики от традиционной йоги.

**98. Ситуационная задача:** В фитнес-клуб на групповые занятия по оздоровительной аэробике пришла группа занимающихся, состав которой разнороден. Вместе оказались клиенты с большим стажем занятий, с некоторым стажем, а также новички. Причём одежда и обувь этих новичков частично соответствовала форме для занятий аэробикой. У некоторых занимающихся отсутствовала питьевая вода. Задание: Вы – инструктор данного клуба. Предпримите соответствующие действия по расстановке группы и профилактике травматизма. Приведите примеры усложнения и упрощения движений для получения всеми занимающимися соответствующей нагрузки на занятии.

**99. Ситуационная задача:** Основная задача тренировочного процесса заключается в подготовке организма спортсмена к совершению физической нагрузки максимальной интенсивности во время соревнований. Методика использования мониторов сердечного ритма основана на регистрации ЧСС как основного показателя интенсивности физических нагрузок. Определение уровня анаэробного порога у спортсменов необходимо для контролирования эффективности тренировочного процесса. В результате проведённого мониторинга с использованием монитора сердечного ритма оказалось, что у одного из спортсменов увеличилось ЧСС покоя, произошло удлинение времени восстановления пульса и снижение анаэробного порога. Задание: Проанализируйте результат тренировочного процесса и объясните, какие мероприятия следует провести для нормализации функций

организма данного спортсмена.

**100. Ситуационная задача:** В фитнес - клуб обратились женщины старше 50 лет, желающие заниматься аэробикой, не имеющие противопоказаний. Задание: Предложите методику занятий фитнесом для лиц данной возрастной группы (специфика занятий, количество занятий в неделю, продолжительность).

**101. Ситуационная задача:** В финальном туре соревнований по фитнес - аэробике в номинации «Аэробика» две команды набрали равные ранги. Судейская бригада состояла из семи судей: главного арбитра по технике, трёх судей по технике и трёх судей по артистизму. Одной из команд два первых судьи по технике присудили первое место, два других – второе. Судьи по артистизму распределили места: первый арбитр – второе место, второй арбитр – первое, третий арбитр – третье (сумма мест = 12). Другая команда в сумме набрала также 12 мест: два первых арбитра поставили команду на второе место, два других – на первое. Ранги судей по артистизму: первый арбитр – третье место, второй арбитр - второе, третий арбитр – первое. Задание: Перечислите должностные обязанности судей по технике и артистизму. Определите команду-победителя турнира и обоснуйте решение.

**102. Ситуационная задача:** Многие клиенты, желающие укрепить здоровье, приходят в фитнес-клуб, не зная, каким видом тренинга им лучше заняться. Одни имеют хронические стрессы, страдают скачками артериального давления, имея при этом избыточный вес. В то же время они не хотят заниматься классической или танцевальной аэробикой: «Не люблю я эти танцы, у меня не получается». Другие страдают остеопорозом, также им не нравится вид их дряблых мышц. Задание: Вы – инструктор фитнес - клуба. Проведите подготовительную работу с клиентами. Объясните, в чём она будет заключаться. Предложите разным клиентам разные виды тренировок в зависимости от имеющихся проблем.

**103. Ситуационная задача:** Как показали исследования последних лет, современные дети, особенно в крупных городах высокоразвитых стран, ведут малоподвижный образ жизни, в отличие от предыдущих поколений. Очень много времени они тратят на просмотр телепередач и видеofilьмов, слишком рано начинают увлекаться компьютерными играми. 32% детей в возрасте 9–10 лет проводят перед телевизором около 6 ч в сутки и около 25 ч в неделю. Программа школьного физического воспитания не в состоянии обеспечить полноценное физическое развитие ребенка. Многие средства физического воспитания в школе не отражают современных модных тенденций, кажутся детям архаичными, неинтересными – отсюда и низкая мотивация к занятиям. Задание: Объясните, какие действия и в какой последовательности следует предпринять, чтобы реализовать программно-целевой принцип оздоровительной тренировки при работе с детьми.

**104. Ситуационная задача:** Проведите сравнительный анализ двух по выбору программных продуктов для планирования и контроля тренировочного процесса (тренировочного занятия) или для самоконтроля состояния спортсменов в ИВС.

### *Ситуационные задачи по избранному виду спорта (теория и методика волейбола)*

**105. Ситуационная задача:** Составьте план тренировочного занятия в ИВС с учетом этапа спортивной подготовки

**106. Ситуационная задача:** Составьте комплекс упражнений, направленных на предупреждение профессиональных травм и заболеваний в ИВС, и обоснуйте свой выбор с учетом способов и приемов предотвращения травматизма в ИВС.

**107. Ситуационная задача:** Разработайте положение о проведении комплексного спортивного мероприятия (Спартакиада).

**108. Ситуационная задача:** Предложите варианты воспитания моральных и волевых качеств спортсменов в ИВС с учетом этапа спортивной подготовки.

**109. Ситуационная задача:** Составьте тренировочное занятие для спортсменов 16-18 лет в ИВС. Обоснуйте целесообразность содержания предлагаемого Вами занятия.

- 110. Ситуационная задача:** Подберите средства и методы восстановления (повышения) работоспособности спортсменов в ИВС с учетом этапа спортивной подготовки. Обоснуйте целесообразность и рациональность сделанного Вами выбора.
- 111. Ситуационная задача:** Подберите наиболее эффективные тренировочные задания для воспитания специальной выносливости в ИВС и обоснуйте свой выбор.
- 112. Ситуационная задача:** Разработайте схему организации отбора детей для занятий ИВС на этапе начальной подготовки и составьте перечень контрольных испытаний. Обоснуйте свой выбор.
- 113. Ситуационная задача:** Разработайте оперативный план и сценарий спортивного праздника, направленного на приобщение к ЗОЖ.
- 114. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС для контрольно-подготовительного мезоцикла на тренировочном этапе.
- 115. Ситуационная задача:** Разработайте план организации спортивно-массовой и оздоровительной работы по ИВС в рамках ДЮСШ.
- 116. Ситуационная задача:** Разработайте перечень оборудования, инвентаря и спортивных снарядов, применяемых в спорсооружениях ИВС, с указанием их технических характеристик.
- 117. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС на специально-подготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла с учетом этапа многолетней подготовки.
- 118. Ситуационная задача:** Разработайте положение о соревновании по ИВС с учетом: требований к подготовке места проведения соревнований; соблюдения общих требований; необходимого оборудования и инвентаря; обеспечения безопасности участников; правил и судейской коллегии.
- 119. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС для базового специально-подготовительного мезоцикла на тренировочном этапе.
- 120. Ситуационная задача:** Подберите наиболее эффективные тренировочные задания для воспитания специальной выносливости в ИВС. Обоснуйте целесообразность сделанного выбора.
- 121. Ситуационная задача:** Подберите наиболее эффективные тренировочные задания для воспитания координационных способностей в ИВС. Обоснуйте целесообразность сделанного выбора.
- 122. Ситуационная задача:** Подберите наиболее эффективные тренировочные задания для воспитания специальных скоростных (скоростно-силовых) качеств в ИВС. Обоснуйте целесообразность сделанного выбора.
- 123. Ситуационная задача:** Подберите наиболее эффективные задания и упражнения для воспитания специальной гибкости в ИВС. Обоснуйте целесообразность сделанного выбора.
- 124. Ситуационная задача:** Составьте тренировочное занятие избирательной направленности (сила, силовая выносливость и т.д.) для спортсменов ИВС в условиях тренажерного зала.
- 125. Ситуационная задача:** Составьте тренировочное занятие избирательной направленности для начинающих спортсменов в ИВС в естественных условиях.
- 126. Ситуационная задача:** Составьте тренировочное занятие комплексной направленности для начинающих спортсменов в ИВС в естественных условиях.
- 127. Ситуационная задача:** Составьте план тренировочных занятий в базовом (ударном) микроцикле подготовки квалифицированных спортсменов в ИВС в подготовительном периоде при одной тренировке в день.
- 128. Ситуационная задача:** Составьте план тренировочных занятий в базовом (ударном) микроцикле тренировки квалифицированных спортсменов в ИВС в подготовительном периоде при двухразовых занятиях в день.

- 129. Ситуационная задача:** Разработайте и опишите этапы организации и проведения детских (или массовых) соревнований в ИВС.
- 130. Ситуационная задача:** Составьте смету тренировочных сборов перед соревнованиями в ИВС.
- 131. Ситуационная задача:** Разработайте план и подберите тестовые задания для этапного контроля специальной выносливости в ИВС.
- 132. Ситуационная задача:** Разработайте план и подберите тестовые задания для этапного контроля специальных силовых качеств в ИВС.
- 133. Ситуационная задача:** Разработайте план и подберите тестовые задания для этапного контроля координационных способностей в ИВС.
- 134. Ситуационная задача:** Разработайте план этапного контроля специальных скоростных (скоростно-силовых) качеств в ИВС и подберите тестовые задания для их оценки.
- 135. Ситуационная задача:** Разработайте план мероприятий, позволяющих оценить качества и эффективность проведенного набора детей для занятий ИВС, включая использование информационных технологий и методов математико-статистической обработки данных.
- 136. Ситуационная задача:** Разработайте конспект занятия оздоровительной направленности с использованием средств ИВС.
- 137. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС для базового обще-подготовительного мезоцикла на тренировочном этапе.
- 138. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС в подготовительном периоде годичного цикла с учетом этапа многолетней подготовки.
- 139. Ситуационная задача:** Разработайте план тренировочного процесса в ИВС на обще-подготовительном этапе подготовительного периода годичного цикла с учетом этапа многолетней подготовки.

### ***6.3.Рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену***

Государственный экзамен - это завершающий этап подготовки бакалавра, механизм выявления и оценки результатов обучения и установления соответствия уровня профессиональной подготовки выпускников требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к государственному экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На государственном экзамене обучающийся демонстрирует то, что он приобрел в процессе.

В период подготовки к государственному экзамену студенты вновь обращаются к учебно-методическому материалу и закрепляют знания. Подготовка к государственному экзамену включает в себя два этапа: самостоятельная работа в течение всего периода обучения; непосредственная подготовка в дни, предшествующие государственному экзамену по темам учебных дисциплин, выносимым на государственную аттестацию.

При подготовке к государственному экзамену студентам целесообразно использовать материалы лекций, практических занятий, основную и дополнительную литературу.

Особо следует обратить внимание на умение использовать программу государственной итоговой аттестации в части ГЭ. Она включает в себя вопросы и контрольные (практические) задания — ситуационные задачи для государственного экзамена. Поэтому студент, заранее изучив содержание государственного экзамена, сможет лучше сориентироваться в вопросах и контрольных заданиях, стоящих в его билете.

Формулировка вопросов экзаменационного билета совпадает с формулировкой перечня рекомендованных для подготовки вопросов государственного экзамена.

В процессе подготовки к государственному экзамену для студента важно уметь соотносить конспект лекций и учебники. Ошибкой является как подготовка исключительно по конспектам лекций, так и подготовка исключительно по учебникам.

Рекомендуется при подготовке к государственному экзамену сочетать данные источники следующим образом: при проработке той или иной темы курса сначала следует уделить внимание конспектам лекций, а затем учебникам или интернет-источникам. Лекции обладают рядом преимуществ: они более оперативно иллюстрируют состояние научной проработки того или иного теоретического вопроса, дают ответ с учетом новых теоретических разработок, т.е. отражают самую современную информацию. Для написания же и опубликования печатной продукции нужно время, поэтому изложение некоторого учебного материала устаревает. Кроме того, для более полного представления и для сравнения учебной информации необходимо использовать как минимум два учебных источника.

Прорабатывая вопросы и задачи при подготовке к государственному экзамену, полезно тезисно записать ответы на наиболее трудные, с точки зрения студента, вопросы и (или) задачи. Запись включает дополнительные (моторные) ресурсы памяти.

Представляется крайне важным посещение студентами проводимой перед государственным экзаменом консультации. Здесь есть возможность задать вопросы преподавателю по тем разделам и темам, которые недостаточно или противоречиво освещены в учебной, научной литературе или вызывают затруднение в восприятии.

Важно, чтобы студент грамотно распределил время, отведенное для подготовки к государственному экзамену. В этой связи целесообразно составить календарный план подготовки к экзамену, в котором в определенной последовательности отражается изучение или повторение всех экзаменационных материалов. Подготовку к экзамену студент должен вести систематично в соответствии с составленным планом.

Зачастую студенты выбирают «штурмовой метод», когда подготовка ведется хаотично, материал прорабатывается бессистемно. Такая подготовка не может выработать прочную систему знаний. Поэтому знания, приобретенные с помощью подобного метода, в лучшем случае закрепляются на уровне представления.



Во время экзамена за отведенное для подготовки время студент должен сформулировать четкий ответ по каждому вопросу и задаче билета. Во время подготовки рекомендуется не записывать на лист ответа все содержание ответа, а составить развернутый план, которому необходимо следовать во время сдачи экзамена.

Отвечая на экзаменационные вопросы, необходимо придерживаться определенного плана ответа, который не позволит студенту уйти в сторону от содержания поставленных вопросов. При ответе на экзамене допускается многообразие мнений. Приветствуется, если студент не читает с листа, а свободно излагает материал, ориентируясь на заранее составленный план.

К выступлению выпускника на государственном экзамене предъявляются следующие требования:

- ответ должен строго соответствовать объему вопросов и задачи билета;
- ответ должен полностью исчерпывать содержание вопросов и задачи билета;
- ответ должен соответствовать определенному плану, который рекомендуется огласить в начале выступления;
- выступление на государственном экзамене должно соответствовать нормам и правилам публичной речи, быть четким, обоснованным, логичным.

Во время ответа на содержащиеся в билете вопросы и задания надо быть готовым к дополнительным или уточняющим вопросам. Дополнительные вопросы задаются членами государственной комиссии в рамках билета и связаны, как правило, с неполным ответом. Уточняющие вопросы задаются, чтобы конкретизировать мысли студента. Полный ответ на уточняющие вопросы лишь усиливает эффект от общего ответа студента.

Итоговая оценка знаний предполагает дифференцированный подход к студенту, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основных теоретических положений, понятий и категорий. Оценивается так же культура речи, грамотное комментирование, приведение примеров, умение связывать теорию с практикой, творчески применять знания к неординарным ситуациям, излагать материал доказательно, полемизировать там, где это необходимо.

#### ***6.4. Критерии оценки результатов сдачи государственного экзамена***

1. Государственный экзамен оценивается по четырехбалльной шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».
2. Экзаменуемому предлагается (на выбор) один билет, в котором содержится один вопрос, одно простое контрольное задание и одно комплексное контрольное задание.
3. Итоговая оценка по каждому вопросу и заданию из билета исчисляется как среднее арифметическое выставленных экзаменационной комиссией оценок с учетом результатов обсуждения.

4. Итоговая оценка за экзамен исчисляется как среднее арифметическое от выставленных оценок по отдельным вопросам с учетом результатов обсуждения и принимается большинством голосов членов комиссии.
5. Решение комиссией принимается простым большинством голосов членов ГЭК, участвующих в заседании. При равном числе голосов председательствующий обладает правом решающего голоса.
6. Критерии оценивания результатов сдачи студентами государственного экзамена приведены в таблице 2.

Таблица 2

### Критерии оценки результатов сдачи государственного экзамена

Оценка	Критерии оценки
<b>Отлично</b>	<p>Оценка <b>«отлично»</b> ставится, если студент:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показывает высокий уровень компетентности, знания программного материала, учебной, периодической и монографической литературы, законодательства и практики его применения, раскрывает не только основные понятия и анализирует их с точки зрения различных авторов.</li> <li>- показывает не только высокий уровень теоретических знаний по дисциплинам, включенным в итоговый государственный экзамен по специализации, но и видит междисциплинарные связи.</li> <li>- профессионально, грамотно, последовательно, хорошим языком четко излагает материал, аргументировано формулирует выводы.</li> <li>- знает, в рамках требований к специальности, законодательно-нормативную и практическую базу.</li> <li>- на вопросы членов комиссии отвечает кратко, аргументировано, уверенно, по существу.</li> </ul>
<b>Хорошо</b>	<p>Оценка <b>«хорошо»</b> ставится, если студент:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показывает достаточный уровень компетентности, знания лекционного материала, учебной и методической литературы, законодательства и практики его применения.</li> <li>- уверенно и профессионально, грамотным языком, ясно, четко и понятно излагает состояние и суть вопроса.</li> <li>- знает нормативно-законодательную и практическую базу, но при ответе допускает несущественные погрешности.</li> <li>- показывает достаточный уровень профессиональных знаний, свободно оперирует понятиями, методами оценки принятия решений.</li> <li>- имеет представление о междисциплинарных связях, увязывает знания, полученные при изучении различных дисциплин, умеет анализировать практические ситуации, но допускает некоторые погрешности.</li> <li>- ответ построен логично, материал излагается хорошим языком, привлекается информативный и иллюстрированный материал, но при ответе допускает некоторые погрешности.</li> <li>- вопросы, задаваемые членами экзаменационной комиссии, не вызывают существенных затруднений.</li> </ul> <p>Допускается 1-2 незначительные ошибки.</p>
<b>Удовлетворительно</b>	<p>Оценка <b>«удовлетворительно»</b> ставится, если студент:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показывает достаточные знания учебного материала, но при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами.</li> <li>- на поставленные членами комиссии вопросы отвечает неуверенно, допускает погрешности.</li> <li>- выпускник владеет практическими навыками, привлекает</li> </ul>

	иллюстративный материал, но чувствует себя неуверенно при анализе междисциплинарных связей. В ответе не всегда присутствует логика, аргументы привлекаются недостаточно веские. На поставленные комиссией вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания. Допускается не более 3-4 ошибок.
<b>Неудовлетворительно</b>	Оценка « <b>неудовлетворительно</b> » ставится, если студент: - показывает слабые знания учебного материала, законодательства и практики его применения, низкий уровень компетентности, неуверенное изложение вопроса. - имеет слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. - неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные членами комиссии вопросы или затрудняется с ответом. Отказывается от ответа. Ставится при наличии свыше пяти ошибок.

### **6.5. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к государственному экзамену и его информационное обеспечение**

#### а) Основная литература:

- 1 Алексеев С.В. Спортивный маркетинг: учебник / С.В. Алексеев. - М: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 647 с.
- 2 Алексеев С.В. Спортивный менеджмент: учебник / С.В. Алексеев. - М: ЮНИТИ-ДАНА, 2016. - 687 с.
- 3 Волейбол: теория и практика : учебник для высших учебных заведений физической культуры и спорта / С. С. Даценко, К. А. Дашаев, Т. А. Злищева [и др.] ; под редакцией В. В. Рыщарев. — М. : Издательство «Спорт», 2016. — 456 с. — ISBN 978-5-9906734-7-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43905.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- 4 Волейбол: Учебник для вузов. / Под общ.ред. А.В. Беляева, М.В. Савина, - 4-е изд. ТВТ Дивизион, 2009. – 360с.
- 5 Гожин В.В. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. для слушателей образоват. учреждений и подразделений дополнит. проф. образования / В.В. Гожин. - М.: Физкультура и Спорт, 2008. - 232с.
- 6 Иваницкий М. Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): учебник для высших учебных заведений физической культуры / М.Ф. Иваницкий; под ред. Б. А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского.– 7-е изд. - М.: Олимпия, 2008. – 624 с.
- 7 Конфликтология : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс]: / В. П. Балан, А.В. Душкин, В.И. Новосельцев, В.И. Сумин, ред.: В.И. Новосельцев. - М. : Горячая линия - Телеком, 2015. - 343 с. - ISBN 978-5-9912-0446-0. - Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/366328> - ЭБС «Руконт», по паролю
- 8 Криличевский В.И., Педагогика физической культуры : учебник / В.И. Криличевский А.Г. Семенова, С.Н. Бекасова. - М. : КНОРУС, 2012. - 320 с.
- 9 Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для

- студентов ВУЗов / В.С. Кузнецов. – 11-е изд., стереотип. – М.: Академия, 2012. – 416 с.
- 10 Липсиц И.В. Экономика: учебник /И.В. Липсиц. -М.: Кнорус, 2013. –312 с.
  - 11 Макарова Г. А. Спортивная медицина: учебник / Г. А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2009. – 480 с.
  - 12 Маклаков А.Г. Общая психология : учебник /А.Г. Маклаков. - Санкт-Петербург: Питер, 2012. - 583 с.
  - 13 Митрохина В.В. Аэробика. Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В.В.Митрохина. - Электрон.текстовые данные.- М.: Российский университет дружбы народов, 2010.- 136 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11442>.-ЭБС «IPRbooks», по паролю
  - 14 Михайлов С. С. Спортивная биохимия. / С. С. Михайлов. – М.: Советский спорт, 2010. – 348 с.
  - 15 Неверкович С.Д. Педагогика физической культуры: учебник / С.Д. Неверкович, Т.В. Аронова, А.Р. Баймурзин и др. . - 3-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2014. - 368 с.
  - 16 Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В.Г.Никитушкин. - Электрон. текстовые данные.- М.: Советский спорт, 2013.- 280 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16824>.- ЭБС «IPRbooks», по паролю
  - 17 Обухова Л.Ф. Возрастная психология : учебник / Л.Ф. Обухова. - М. : Юрайт, 2015. – 460 с.
  - 18 Основы обучения технике игры в волейбол : учебное пособие / А. А. Гераськин, И. А. Рогов, Б. П. Сокур, Т. А. Колупаева. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 280 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65006.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
  - 19 Пидкасистый, П.И. Психология и педагогика : учебник / П.И. Пидкасистый. - 2-е изд., перераб. доп. - М. : Юрайт, 2011. - 714 с.
  - 20 Полиевский С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : уч. для студ. учр. высш. обр. / С.А. Полиевский.- М. : Издательский центр «Академия» (Сер.Бакалавриат), 2014. – 272 с.
  - 21 Размахова С.Ю. Аэробика. Теория, методика, практика занятий в вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ С.Ю.Размахова. - Электрон.текстовые данные.- М.: Российский университет дружбы народов, 2011.- 176 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/11532>.-ЭБС «IPRbooks», по паролю
  - 22 Семенов, Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/Л.А.Семенов. - Электрон. текстовые данные.- М.: Советский спорт, 2011.- 200 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16818>.- ЭБС «IPRbooks», по паролю
  - 23 Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А. С.Солодков, Е. Б. Сологуб. - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 620 с.
  - 24 Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник для студентов ВУЗов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 12-е изд., испр. - М.: Академия, 2014. - 480 с.

б)Дополнительная литература:

- 1 Авербах, Ю. Л. Учебник шахматной игры / Ю. Л. Авербах, А. С. Суэтин. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2016. — 542 с. — ISBN 978-5-906131-73-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43920.html> (дата обращения: 11.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- 2 Алексеев С.В. Спортивное право России: учебник / С. В. Алексеев. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2005. - 671 с.
- 3 Аэробика: Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры/ Под общ. ред. Е.Б. Мякинченко, М.П. Шестакова.- М.: ТВТ Дивизион, 2006.- 304 с.
- 4 Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Лыжный спорт [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2013. — 88 с. — 978-5-8179-0156-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29969.html>
- 5 Волков Н. И. Биохимия мышечной деятельности / Н. И. Волков, Э. Н. Несен, А. А. Осипенко, С. Н. Корсун. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 504 с.
- 6 Волейбол : учебно-методическое пособие / под редакцией С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2016. — 44 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65709.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- 7 Волейбол: энциклопедия / составители В. Л. Свиридов. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2016. — 624 с. — ISBN 978-5-906131-79-9. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/57789.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
- 8 Волко И.П. Практикум по спортивной психологии: учебное пособие / И.П. Волков. - Санкт-Петербург: Питер, 2002. - 288 с.
- 9 Галкин В. В. Экономика и управление физической культурой и спортом: учеб. пособие для вузов / В. В. Галкин – Ростов н/Д. : Феникс, 2006. – 448 с.
- 10 Гаськова Н. П. Основные аспекты здорового образа жизни / Н. П. Гаськова. – Иркутск, 2008. – 158 с.
- 11 Горбунов Г.Д. Психология физической культуры и спорта: учебник / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогун. - М. : Академия, 2009. - 255 с.
- 12 Грецов Г.В. Теория и методика обучения базовым видам спорта: легкая атлетика : учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Г.В. Грецов, С.Е. Войнова, А.А.гермонова. - М.: Издательский центр «Академия», 2013.-288 с.
- 13 Джордж Дж. М. Организационное поведение. Основы управления: учебное пособие [Электронный ресурс] / Дж. М. Джордж, Г. Р. Джоунс. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 463 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9860>.- ЭБС «IPRbooks», по паролю
- 14 Дубровский В. И. Спортивная медицина: учебник для студ. вузов / В. И. Дубровский. – М.: Владос, 2002. – 608 с.
- 15 Жилкин А.И. Легкая атлетика учеб. пособие для студ. высш.учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 464 с.
- 16 Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е. П. Ильин. - Санкт-Петербург : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2000. - 486 с.
- 17 Каморджанова Н.А. Бухгалтерский учет: учебное пособие / Н.А. Каморджанова, И.В. Карташова. - 6-е изд. - Санкт-Петербург : Питер, 2011. - 320 с.
- 18 Каратаев О.Р. Спортивные сооружения : учебник / О. Р. Каратаев, Е. С. Каратаева,

- А. С. Кузнецов. - [Б. м.] : Физическая культура, 2012. - 336 с.
- 19 Кравчук, Т.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма: учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по спец. 032103 - Рекреация и спорт.-оздоров. туризм: в 2 ч./Т. А. Кравчук, И. А. Зданович, В. Н. Агальцов. – Омск: Изд-во СибГУФК. – Ч. 1-2. – 2009. –328с.
  - 20 Кулагина И.Ю. Психология развития и возрастная психология : учебное пособие для вузов / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: Академический проспект, 2013. – 419 с.
  - 21 Лепёшкин В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры [Электронный ресурс]/ В.А. Лепёшкин— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2013.— 100 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40769.html>.— ЭБС «IPRbooks»
  - 22 Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С.А. Луценко, А.В. Михайлов. — Электрон. текстовые данные. — СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2012. — 80 с. — 978-5-8179-0146-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29967.html>
  - 23 Макеева, В.С. Физкультурно-оздоровительная работа в детских и молодежных лагерях: учеб. пособие для студ. вузов, обучающихся по спец. 032103 - Рекреация и спорт.-оздоров. туризм. Рекомендовано УМО / В. С. Макеева, М. А. Соломченко. – М., 2012. – 275 с.
  - 24 Маслов, А.Г. Полевые туристские лагеря / А.Г. Маслов, И.А. Дрогов. – М., 2010. – 160с.
  - 25 Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов: монография / В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 240 с.
  - 26 Озолин Н.Г. и др. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. - М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с., ил.
  - 27 Пармузина, Ю.В. Основы фитнес-аэробики : учеб. пособие / Е.П. Горбанева, Ю.В. Пармузина. - Волгоград : ВГАФК, 2011 .- 149 с. - Режим доступа:<https://rucont.ru/efd/230552>
  - 28 Подласый И. П. Педагогика: учебник. / И. П. Подласый. - 2-е изд., доп. – М. : Юрайт; Высшее образование, 2010. – 574 с.
  - 29 Полиевский С. А. Общая и специальная гигиена: учебник / С. А. Полиевский, А. Н. Шафранская. – М. : Издательский центр «Академия», 2009. – 304 с.
  - 30 Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие / А.В. Починкин. - 2-е изд., перераб. доп. - М.: Советский спорт, 2010. - 264 с.
  - 31 Пузыня Т.А. Финансово-экономический анализ деятельности спортивной организации [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Т.А. Пузыня. - Электрон. текстовые данные. - Саратов: Вузовское образование, 2013.- 151 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/45241>.
  - 32 Слостенин В.А. Педагогика: учебное пособие / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. - 4-е изд.. – М. : Школа-Пресс, 2007. – 512 с.
  - 33 Суслов Ф.П. Теория и методика спорта: учеб. пособие / Ф.П. Суслов. – М. : 4-й филиал Воениздата, 1997. – 416 с.
  - 34 Теория и методика обучения базовым видам спорта: Плавание: учебник для студ. Учреждений высшего проф. Образования / под ред. А. А. Литвинова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. -272 с. – (сер. бакалавриат)..— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/23768>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
  - 35 Фомин, Е. В. Волейбол. Начальное обучение / Е. В. Фомин, Л. В. Булыкина. — М. : Издательство «Спорт», 2015. — 88 с. — ISBN 978-5-9906578-2-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43904.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа:

- для авторизир. пользователей
- 36 Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба: научно-методические основы многолетней подготовки борцов/ Ю.А. Шахмурадов. - 2-е изд., дополн. - Махачкала: ИД «Эпоха», 2011. -386 с.
  - 37 Шулятьев, В. М. Студенческий волейбол : учебное пособие / В. М. Шулятьев. — М. : Российский университет дружбы народов, 2011. — 196 с. — ISBN 978-5-209-03544-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/11555.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
  - 38 Фаррахов А.Г. Теория менеджмента: учебное пособие / А.Г. Фаррахов. - М. : ИНФРА-М, 2014. – 272 с.
  - 39 Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юсла. – МН.: Тесей, 2003. – 528 с.
  - 40 Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол : приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №680 / . — Саратов : Вузовское образование, 2019. — 26 с. — ISBN 978-5-4487-0582-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87561.html> (дата обращения: 09.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
  - 41 Шамонин, А. В. Футбол : методика проведения занятий. Учебно-методическое пособие / А. В. Шамонин. — М. : Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2012. — 128 с. — ISBN 978-5-7264-0628-2. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/20046.html> (дата обращения: 11.10.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

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

- 1 <http://www.rsl.ru/> Российская государственная библиотека.
- 2 <http://www.consultant.ru/> Справочная правовая система «КонсультантПлюс».
- 3 <http://www.infosport.ru/spotlib/index.htm>Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
- 4 <http://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.
- 5 <http://www.ban.ru/> Библиотека РАН (г. Санкт-Петербург)
- 6 <http://www.lib.msu.ru/> Библиотека Московского государственного университета
- 7 <http://www.lib.pu.ru/rus/> Научная библиотека Санкт-Петербургского государственного университета
- 8 <http://www.mevriz.ru/> Менеджмент в России и за рубежом
- 9 <http://www.infosport.ru/press/sfa/index.htm>Спорт для всех
- 10 <http://www.infosport.ru/press/szr/index.htm>Спортивная жизнь России
- 11 <http://bmsi.ru/source/d6189538-a182-446f-a368-e90d0392945d/>Вестник спортивной науки
- 12 <http://www.iprbookshop.ru/> Электронно-библиотечная система

## **7.Программа процедуры защиты выпускной квалификационной работы в соответствии с содержанием ГИА**

### **7.1.Перечень тем выпускных квалификационных работ**

1. Взаимосвязь функциональных резервов спортсменов (представителей разных видов спорта) с результативностью их деятельности.
2. Влияние психических состояний (тревога, предстартовая лихорадка, утомление, и др.) на соревновательную деятельность спортсменов.
3. Влияние социально-психологических особенностей спортсменов на результативность соревновательной деятельности.
4. Влияние физических упражнений на морфо-функциональные и адаптивные особенности организма.
5. Воздействие спорта на социализацию учащейся молодежи.
6. Воспитание специальной выносливости у спортсменов на этапе спортивного совершенствования
7. Изучение мотивов занятий физической культурой у мужчин и женщин
8. Изучение социально-психологического климата в спортивных коллективах.
9. Использование средств физической культуры для улучшения эмоционального состояния обучающихся
10. Оптимизация предстартового психологического состояния спортсменов
11. Организация занятий физической культурой по месту жительства
13. Организация занятий физической культурой по месту работы
14. Организация физкультурно-массовой работы для формирования у молодежи устойчивости к антиобщественным проявлениям
15. Особенности конфликтов в спортивных коллективах.
16. Особенности социально-психологической адаптации спортсменов на разных этапах макроцикла.
17. Особенности ценностной/мотивационной сферы спортсменов в индивидуальных и групповых видах спорта.
18. Планирование физкультурно-оздоровительных занятий с занимающимися (на примере определенного возраста)
19. Планирование процесса физического воспитания школьников специальной медицинской группы (а примере отдельных заболеваний)
20. Повышение качества жизни лиц пожилого возраста средствами физической культуры
21. Повышение умственной работоспособности средствами физической культуры.
22. Предпринимательская деятельность в сфере физической культуры и спорта.
23. Проблема допинга глазами студентов физкультурного вуза.
24. Проблемы и перспективы детского спорта в Иркутской области.
25. Проблемы трудоустройства выпускников физкультурных вузов
26. Программа развития избранного вида спорта в Иркутской области.
27. Программа развития спортивной федерации (вида спорта)
28. Психологические критерии спортивного отбора
29. Психологическое обеспечение процесса спортивной подготовки юных спортсменов
30. Совершенствование скоростно-силовых качеств у спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства
31. Социально-демографическая и ценностная характеристика посетителей спортивных клубов.
32. Спорт в системе ценностей современной российской молодежи.
33. Физическое развитие и физическая подготовленность юных спортсменов (на примере избранного вида спорта)
34. Формирование культуры здорового образа жизни в процессе физического воспитания детей в дошкольном образовательном учреждении



При реализации ООП (ОПОП) высшего образования обучающемуся (по письменному заявлению и в установленном локальными нормативными актами РГУФКСМиТ порядке) может быть предоставлена возможность подготовки и защиты выпускной квалификационной работы по теме, предложенной обучающимся (обучающимися). В случае обоснованности целесообразности ее разработки для практического применения в соответствующей области и сфере профессиональной деятельности или при решении задач профессиональной деятельности.

Для подготовки выпускной квалификационной работы за обучающимся (несколькими обучающимися, выполняющими выпускную квалификационную работу совместно) распорядительным актом закрепляется руководитель выпускной квалификационной работы из числа работников РГУФКСМиТ и при необходимости консультант (консультанты).

## ***7.2. Требования к выпускным квалификационным работам и порядку их выполнения, порядку его подготовки и представления***

Выпускная квалификационная работа (ВКР) представляет собой выполненную обучающимся письменную работу, демонстрирующую уровень подготовленности выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности.

Целью выпускной квалификационной работы является закрепление, систематизация и расширение теоретических и практических знаний в профессиональной сфере, развитие навыков самостоятельной работы и применение методов исследования, выявление подготовленности обучающегося для самостоятельной работы в профессиональной области.

Темы выпускных квалификационных работ определяются выпускающей кафедрой и утверждаются приказом ректора РГУФКСМиТ.

Студенту может предоставляться право выбора темы выпускной квалификационной работы вплоть до предложения своей тематики с необходимым обоснованием целесообразности ее разработки в соответствующей области профессиональной деятельности или на конкретном объекте профессиональной деятельности.

В рамках выполнения выпускной квалификационной работы студент должен решить следующие задачи:

- 1) обосновать актуальность темы;
- 2) изучить теоретические положения, нормативную документацию, статистические материалы, справочную и научную литературу по избранной теме;
- 3) изложить свою точку зрения по дискуссионным вопросам, относящимся к теме;
- 4) собрать статистический материал, характеризующий отдельные аспекты рассматриваемой проблемы и провести анализ собранных данных, используя соответствующие методы обработки и анализа информации;
- 5) на основе проведенного анализа проблемы сделать выводы и

разработать рекомендации;

б) оформить выпускную квалификационную работу в соответствии с нормативными требованиями.

В выпускной квалификационной работе студент должен показать:

-достаточную теоретическую подготовку и способность выделить и сформулировать проблемув сфере физической культуры и спорта;

-умение изучать и обобщать сведения, полученные из нормативных актов и специальной литературы;

-способность решать практические задачи в сфере физической культуры и спорта;

- умение грамотно подбирать и применять адекватные поставленным задачам методы исследования;

- умение логически строить текст, формулировать собственные выводы и предложения.

Студент допускается к защите ВКР при условии:

-получения положительного результата на государственном экзамене (с предварительным выполнением требований, предъявляемых к допуску к процедуре сдачи государственногоэкзамена);

- соблюдения графика и выполнения требуемых этапов подготовкиВКР.

### **Требования к объему и структуре выпускной квалификационной работы.**

Координацию и контроль подготовки ВКР осуществляет его руководитель. Руководители ВКР утверждаются решением кафедры, назначаются приказом ректора РГУФКСМиТ по представлению заведующего кафедрой.

Научные руководители ВКР назначаются из числа профессорско-преподавательского состава и научных работников Филиала, как правило, имеющих ученые степени и/или звания. Научными руководителями ВКР могут быть преподаватели других вузов, а также практические работники, являющиеся специалистами в соответствующей области профессиональной деятельности, со стажем научно-педагогической работы не менее 3 (трех) лет и, как правило, имеющие ученые степени и/или звания. Кафедра осуществляет контроль выполнения ВКР и, в случае необходимости, осуществляет замену научного руководителя.

В обязанности руководителя ВКР входит осуществление постоянного контроля за ходом подготовки ВКР с целью соблюдения студентами установленных сроков подготовки ВКР надлежащего качества, о чем свидетельствует отметка научного руководителя о выполнении ВКР в задании на выполнении ВКР. Связь с научным руководителем осуществляется на консультациях в установленные на кафедре дни, а также по каналам электронной связи. Научный руководитель консультирует студентов, проверяет содержание и оформление ВКР, подготавливает отзыв о работе студента в период подготовки ВКР.

С целью оказания выпускнику специализированных консультаций по отдельным аспектам выполняемого исследования наряду с руководителем может быть назначен консультант ВКР.

Содержание ВКР должно свидетельствовать о достаточно высокой теоретической подготовке студента, которую он должен иметь по окончании бакалавриата, о наличии у автора необходимых знаний по теме работы.

ВКР должна:

- иметь логичную структуру, обеспечивающую раскрытие темы;
- иметь правильно составленную библиографию;
- быть написана грамотно, хорошим литературным и профессиональным языком;
- иметь правильно оформленный инструментальный аппарат.

Выпускная квалификационная работа должна содержать следующую структуру, которая определяется логикой изложения полученных результатов:

**ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ** – оформляется в соответствии с Требованиями к выпускным квалификационным работам по программам высшего образования (программам бакалавриата и магистратуры) и программам среднего профессионального образования и порядок их выполнения в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (РГУФКСМиТ), утвержденными Ученым советом РГУФКСМиТ 28 июня 2016 г. (Протокол №56). На титульном листе указываются министерство, к которому относится филиал (Министерство спорта Российской Федерации), название университета, название Филиала и кафедры, на которой выполнена работа, вид работы (выпускная квалификационная работа), тема ВКР, направление подготовки, фамилия, имя и отчество студента (полностью), курс и профиль подготовки, форма обучения, данные о научном руководителе, город и год выполнения работы.

**ОГЛАВЛЕНИЕ** должно содержать перечень структурных элементов работы с указанием страниц, в том числе: введение; главы, параграфы, пункты; выводы; практические рекомендации; список литературы; приложения.

**ВВЕДЕНИЕ** (2—3 стр.) включает краткую характеристику основных вопросов изучаемой проблемы. В данном разделе обосновывается актуальность темы работы, показывается ее теоретическое и практическое значение, определяются объект, предмет, цель и задачи исследования, выдвигается рабочая гипотеза, перечисляются основные методы, применяемые для решения поставленных задач.

**Глава 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ** (15 – 20 стр.). Включает в себя изучение, анализ и обобщение современного состояния изучаемой проблемы со ссылками на авторов используемых источников. При выполнении данной главы студент должен проанализировать мнения разных авторов, сопоставить их, дать собственную интерпретацию. Из содержания главы должно быть ясно, где студент заимствует положения авторов, а где высказывает собственные суждения. Обзор литературы должен включать материалы не менее 30-40

источников, в зависимости от темы ВКР. Следует стремиться к тому, чтобы среди литературных источников было не менее 20% статей, опубликованных в академических журналах, в том числе зарубежных, за последние 3-5 лет.

На основе анализа литературы необходимо выявить имеющиеся противоречия разных авторов, определить малоизученные стороны интересующей проблемы. С учетом этого по итогам первой главы должно быть логически построено резюме, в котором находят свое отражение спорные или неясные стороны изучаемой проблемы, на основании чего разрабатывается рабочая гипотеза. В теоретических работах этот раздел отражает суть исследования. Резюме, таким образом, объясняет почему автор избрал именно эту тему исследования и логично увязывает первую главу с последующими, в которых приводятся результаты собственного исследования.

Глава 2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ (3 - 5 стр.). В данной главе формулируется цель (которая как можно точнее выражает конечный результат, к которому стремится исследователь), а также указываются задачи исследования. В главе также описываются организация исследования, условия проведения экспериментальных исследований (где проводились, с каким контингентом, в каких условиях, когда и как осуществлялись измерения и т.п.), методы, использованные в экспериментальной части, методика разработки экспериментальной программы, приборов, тренажеров, наглядных пособий и т.д. При использовании известных методик необходимо делать ссылки на авторов. При разработке собственных методик желательно дать их описание.

Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ (20-25 стр.). В главе излагается фактический материал исследования, представляются данные, полученные в ходе эксперимента, их анализ и тщательное обсуждение в соответствии с поставленными задачами, с приведением таблиц, диаграмм, графиков. В тексте автор оперирует только статистическими показателями, полученными в результате обработки цифрового материала. Первичные результаты исследований оформляются в виде протоколов, которые выносятся в приложение. Формулируется подтверждение или опровержение рабочей гипотезы.

**ВЫВОДЫ** – представляют собой общий итог проведенного исследования, являясь логическим завершением работы, имеют форму синтеза информации, накопленной в основной части работы. Каждый вывод обозначается соответствующим номером и должен отвечать на поставленные в работе задачи. Как правило, количество выводов должно быть не менее поставленных перед работой задач. Данная часть работы имеет очень важное значение, выполняя роль концовки, обусловленной логикой проведения исследования. В выводах кратко, сжато обобщаются основные результаты работы; указывается – решены ли были поставленные задачи, подтвердилась ли гипотеза исследования, дается оценка теоретической и практической значимости работы.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.** Описываются конкретные рекомендации по применению упражнений, методике тренировки,

тестированию и т.д. для использования в практике физической культуры и спорта полученных результатов исследования.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.** Данный раздел представляет перечень использованной литературы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем – на иностранном. Список должен содержать не менее 30-40 современных источников, изученных автором выпускной квалификационной работы (преимущественно даты издания не более 7 лет относительно года написания ВКР).

**ПРИЛОЖЕНИЯ.** В этом разделе помещается вспомогательный материал, несущий дополнительную необходимую информацию по содержанию работы, например анкеты, первичные результаты измерений, обобщающие таблицы, протоколы исследования, схемы приборов и т. п.). Целесообразно в приложении поместить акты внедрения (приложение б). Приложение начинается с титульного листа, на котором пишется слово ПРИЛОЖЕНИЕ. Разновидности приложения нумеруются самостоятельно (например: приложение 1; приложение 2 и т.д.). Если материал приложения располагается на нескольких страницах, то на второй и последующих страницах в правом верхнем углу следует указать на продолжение данного приложения, например: Приложение 1 (продолжение).

Общий объем выпускной квалификационной работы для бакалавров - не менее 40 – 45 страниц без учета приложения.

**Требования к оформлению выпускной квалификационной работы.** ВКР оформляется на русском языке. Допускается параллельное оформление текста работы или ее части на иностранном языке в форме дополнительного приложения.

Работа оформляется в виде текста, подготовленного на персональном компьютере с помощью текстового редактора Word и отпечатанного на принтере на листах формата А4 с одной стороны. Текст на листе должен иметь книжную ориентацию, альбомная ориентация допускается только для таблиц и схем в приложении. Основной цвет шрифта – черный. Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, определениях, применяя инструменты выделения и шрифты различных стилей.

Поля страницы должны иметь следующие размеры: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее – 15 мм, нижнее – 20 мм. Текст печатается через полтора интервала шрифтом Times New Roman, размер шрифта 14.

Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и равен 1 см. Перенос слов с одной строки на другую производится автоматически.

Наименования всех структурных элементов дипломного проекта (за исключением приложений) записываются в виде заголовков строчными буквами по центру страницы без подчеркивания (шрифт 14 жирный). Точка после заголовка не ставится.

Страницы нумеруются арабскими цифрами с соблюдением сквозной нумерации по всему тексту. Номер страницы проставляется в центре нижней

части листа без точки. Титульный лист включается в общую нумерацию страниц. Номер страницы на титульном листе не проставляется (нумерация страниц – автоматическая). Приложения включаются в общую нумерацию страниц. Иллюстрации и таблицы на листе формата А3 учитываются как одна страница.

Главы имеют порядковые номера в пределах всей ВКР и обозначаются арабскими цифрами. Номер параграфа состоит из номеров главы и параграфа, разделенных точкой. В конце номера параграфа точка не ставится. Главы основной части ВКР следует начинать с нового листа(страницы).

При ссылках на структурную часть текста выполняемой ВКР указываются номера глав, параграфов, пунктов, подпунктов, перечислений, графического материала, формул, таблиц, приложений, а также графы и строки таблицы данной ВКР. При ссылках следует писать: «... в соответствии с главой 2», « ... в соответствии с рисунком 2», «(Рис. 2)», «в соответствии с таблицей 1», «таблица 4», «... в соответствии с приложением 1» и т.п.

В тексте ВКР не должны использоваться сокращения слов и аббревиатуры за исключением общепринятых. Все цитаты, таблицы, фактические данные, приводимые в работе, должны быть снабжены ссылками на используемые источники (например, [2, стр. 10 – 12], где первое число обозначает номер источника из списка литературы). Использование источников из сети Интернет также должно сопровождаться соответствующими ссылками.

Цитаты воспроизводятся в тексте ВКР с соблюдением всех правил цитирования. Цитированная информация заключается в кавычки и сопровождается ссылкой на первоисточник.

Цифровой (графический) материал, как правило, оформляется в виде таблиц, графиков, диаграмм, иллюстраций и имеет по тексту отдельную сквозную нумерацию для каждого вида материала, выполненную арабскими цифрами.

При этом обязательно делается форматированная по правому краю надпись «Таблица» и указывается ее порядковый номер (без знака №), а на следующей строке по центру строчными буквами (размер шрифта – 14, шрифт жирный) – заголовок, кратко выражающий содержание приводимого материала.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другую страницу. При переносе части таблицы на другую страницу слово «Таблица» и номер ее указывают один раз справа над первой частью таблицы, над другими частями пишется слово

«Продолжение», форматированное по правому краю и указывают порядковую цифру таблицы, например:

«Продолжение таблицы 1». При переносе таблицы на другую страницу заголовок помещают только над ее первой частью. Необходимо указывать при переносе номера столбцов таблицы. В таблицах допускается применение 12 размера шрифта.

В ВКР используются только общепринятые сокращения и аббревиатуры. Если в работе принята особая система сокращений слов, наименований, то

перечень принятых сокращений должен быть приведен в структурном элементе «Обозначения и сокращения» после структурного элемента ВКР «Оглавление».

Приложения к ВКР оформляются на отдельных листах, причем каждое из них должно иметь свой тематический заголовок в правом верхнем углу страницы надписью

«Приложение» с указанием его порядковой цифры (арабскими цифрами) (Приложение 1, Приложение 2 и т.д.). Характер приложения определяется студентом самостоятельно, исходя из содержания работы. Текст каждого приложения может быть разделен на разделы, подразделы, пункты, подпункты, которые нумеруют в пределах каждого приложения. Приложения должны иметь общую с остальной частью работы сквозную нумерацию страниц.

Текст ВКР переплетается (брошюруется) в твердую обложку.

Текст выпускной квалификационной работы размещается в электронно-библиотечной системе Филиала.

ВКР подлежит обязательной проверке на объем заимствования при помощи системы «Антиплагиат.вуз». Для этого, обучающемуся необходимо сдать ВКР в электронном виде лицу, ответственному за проверку письменных работ с использованием системы «Антиплагиат.вуз». Такую проверку необходимо пройти до проведения на кафедре процедуры предварительной защиты ВКР.

При предоставлении ВКР на кафедру для прохождения процедуры предварительной защиты и принятия решения о ее допуске к защите, обучающимся заполняется и подписывается заявление по установленной форме.

Данным заявлением обучающийся подтверждает факт отсутствия в письменной работе заимствований из печатных и электронных источников третьих лиц, не подкрепленных соответствующими ссылками, и информированность обучающегося о возможных санкциях в случае обнаружения плагиата. Непредставление обучающимся заявления автоматически влечет за собой недопуск письменной работы к защите.

Обучающийся допускается к защите ВКР при наличии в ней не менее 70% оригинального текста (для уровня бакалавриата). При этом, обучающийся обязан не производить в работе изменения, направленные на обход алгоритмов проверки системы «Антиплагиат.вуз» (замена отдельных букв кириллического алфавита на буквы латинского алфавита, использование невидимых символов и другое). ВКР, измененная с целью обхода алгоритмов проверки системы «Антиплагиат.вуз» к защите не допускается.

При несогласии обучающегося с результатами проверки ВКР системой «Антиплагиат.вуз» заведующей кафедрой, на которой выполняется письменная работа, назначает комиссию для повторной проверки работы на наличие плагиата. Окончательное решение о допуске работы к защите принимается на заседании кафедры.

Процедура размещения ВКР в электронно-библиотечной системе осуществляется в соответствии с регламентом размещения текстов выпускных

квалификационных работ в электронной библиотечной системе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). Выпускные квалификационные работы размещаются на сайте ВКР-ВУЗ.РФ <http://www.vkr-vuz.ru/>

### **7.3. Критерии оценки результатов защиты выпускных квалификационных работ**

Защита выпускной квалификационной работы оценивается по четырехбалльной шкале: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценивания результатов защиты студентами ВКР приведены в табл.3.

Таблица 3

#### **Критерии оценки результатов защиты выпускной квалификационной работы**

<b>Оценка</b>	<b>Требования к компетенциям</b>
<b>Отлично</b>	Оценка «отлично» ставится, если студент: демонстрирует глубокие и полные теоретические знания в соответствии с содержанием ВКР; дает исчерпывающие ответы на вопросы по докладу, демонстрирует знание альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в области физической культуры; владение научной терминологией и безошибочным содержанием используемых терминов; умеет аргументировать актуальность и практическую значимость исследования; умеет аргументировать выводы, сделанные в результате проведенного исследования; обнаружил твердые навыки и умение приложить теоретические знания к практическому их применению в области физической культуры; грамотно аргументирует использование в ВКР методов исследования и математико-статистической обработки данных; излагает материал доклада свободно, логично и грамотно; представил выпускную квалификационную работу, оформленную в соответствии с требованиями; аккуратно и грамотно оформил иллюстрации к докладу; получил отзыв научного руководителя с высокой оценкой выполнения ВКР.
<b>Хорошо</b>	Оценка «хорошо» ставится, если студент: демонстрирует глубокие и полные теоретические знания в соответствии с содержанием ВКР; дает полный ответ на поставленные вопросы по докладу, демонстрирует знание основных альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в области физической культуры; в целом владеет научной терминологией, но в отдельных случаях не может раскрыть содержание используемых



	<p>терминов;</p> <p>умеет аргументировать выводы, сделанные в результате проведенного исследования;</p> <p>нечетко и неполно раскрывает отдельные факты из результатов собственного исследования;</p> <p>грамотно, логично излагает материал.</p> <p>не умеет грамотно аргументировать использование методов исследования и обработки результатов;</p> <p>представил выпускную квалификационную работу с техническими погрешностями;</p> <p>имеет незначительные замечания по оформлению иллюстраций к докладу;</p> <p>получил положительный отзыв научного руководителя без принципиальных замечаний по выполнению ВКР.</p>
<b>Удовлетворительно</b>	<p>Оценка «<b>удовлетворительно</b>» ставится, если студент:</p> <p>демонстрирует недостаточные теоретические знания по теме ВКР;</p> <p>дает недостаточно полный ответ на поставленные вопросы по докладу, демонстрирует знание отдельных, не всегда наиболее важных альтернативных точек зрения по исследуемой проблеме в области физической культуры;</p> <p>испытывает затруднения при попытках аргументировать выводы, сделанные в результате собственного исследования</p> <p>недостаточно владеет научной терминологией и часто испытывает затруднения при определении содержания используемых терминов;</p> <p>испытывает затруднения в объяснении методов исследования и математико-статистической обработки данных;</p> <p>в целом способен логично изложить материал, однако допускает существенные ошибки с точки зрения логической последовательности;</p> <p>допустил нарушения в оформлении ВКР (технические погрешности, несоответствие списка литературы цитированию ее в тексте, несоответствие требованиям структуры работы и т.д.);</p> <p>имеет серьезные замечания по оформлению иллюстраций к докладу;</p> <p>получил отзыв научного руководителя с низкой оценкой выполнения ВКР.</p>
<b>Неудовлетворительно</b>	<p>Оценка «<b>неудовлетворительно</b>» ставится, если студент:</p> <p>демонстрирует в ответах на вопросы к докладу отсутствие знаний по теме исследования;</p> <p>не отвечает на поставленные вопросы к докладу, либо дает ответы, которые ошибочны или носят фрагментарный характер;</p> <p>не способен оценить значение анализируемого явления для практики профессиональной деятельности в сфере физической культуры;</p> <p>не в состоянии аргументировать ключевые положения ответа, сделать самостоятельные выводы и рекомендации;</p> <p>не владеет научной терминологией, не способен определить содержание используемых терминов;</p>

	<p>незнание принципов использованных в работе методов исследования и обработки данных;  не может логично изложить материал;  представил выпускную квалификационную работу, оформленную без соблюдения требований;  получил отрицательный отзыв научного руководителя.</p>
--	---

## **8.Перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

–программное обеспечение ГИА:

Иркутский филиал РГУФКСМиТ обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения: Лицензионные программы (Windows 7 Pt, MicrosoftOffice) WINHOME 10 RUS OLD NL AcdmcLeg+WINPRO 10 RUS Upgrd OLD nlAcdmc Office Std 2016 OLD NL Acdmc.Сублицензионный договор № ЛД 4935 от 12 декабря 2016г.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

–<https://profstandart.rosmintrud.ru/> Реестр профстандартов Минтруда Российской Федерации;

–<https://edu.ru/> Федеральный портал «Российское образование»;

–<https://www.minsport.gov.ru/> Министерство спорта Российской Федерации;

–<http://window.edu.ru/> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»;

–<http://school-collection.edu.ru/> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов;

–<http://fcior.edu.ru/> Федеральный центр информационных образовательных ресурсов;

–<http://obrnadzor.gov.ru/> Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор);

–<http://rosmethod.ru/> Специализированная информационно-образовательная программа, полностью обеспечивающая нормативно-правовое и методическое сопровождение образовательного процесса организации, реализующей программы среднего, высшего и дополнительного профессионального образования;

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

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

–<https://rucont.ru/> Национальный цифровой ресурс «Руконт».

## **9. Описание материально-технической базы, необходимой для проведения ГИА**

Иркутский филиал РГУФКСМиТ располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение итоговой государственной аттестации студентов-выпускников по направлению 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата).

Необходимый для реализации образовательной программы перечень материально-технического обеспечения включает всебя:

- оборудованные мультимедийным оборудованием и звуко-акустической системой учебные аудитории, в том числе аудитория для приема экзамена и защиты выпускной квалификационной работы;
- медицинский кабинет;
- библиотека.

<b>Оснащенность специальных помещений</b>	<b>Наименование специальных помещений</b>
Мебель: Столы письменный ученический – 19 шт.; стол письменный однотумбовый – 1 шт.; трибуна – 1шт. стул для посетителей иск.кожа – 39 шт. Шкаф закрытый офисный – 2 шт.; доска меловая – 1 шт. Технический инвентарь: Проектор BenqMX 704 – 1 шт.; ноутбук LenovoG-50 – 1 шт.; экран на штативе – 1 шт	Учебная аудитория для проведения государственной итоговой аттестации кабинет № 39

## **10. Порядок проведения государственной итоговой аттестации для выпускников из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Для выпускников из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья ГИА проводится образовательной организацией с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких выпускников (далее - индивидуальные особенности).

При проведении ГИА обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

1) проведение ГИА для лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с выпускниками, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для выпускников при прохождении ГИА;

2) присутствие в аудитории ассистента, оказывающего выпускникам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с членами государственной экзаменационной комиссии);

3) пользование необходимыми выпускникам техническими средствами при прохождении ГИА с учетом их индивидуальных особенностей;

4) обеспечение возможности беспрепятственного доступа выпускников в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов при отсутствии лифтов аудитория должна располагаться на первом этаже, наличие специальных кресел и других приспособлений).

Дополнительно при проведении ГИА обеспечивается соблюдение следующих требований в зависимости от категорий выпускников с ограниченными возможностями здоровья:

а) для слепых:

– задания для выполнения, а также инструкция о порядке ГИА оформляются рельефно-точечным шрифтом Брайля или в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, или зачитываются ассистентом;

– письменные задания выполняются на бумаге рельефно-точечным шрифтом Брайля или на компьютере со специализированным программным обеспечением для слепых, или надиктовываются ассистенту;

– выпускникам для выполнения задания при необходимости предоставляется комплект письменных принадлежностей и бумага для письма рельефно-точечным шрифтом Брайля, компьютер со специализированным программным обеспечением для слепых;

б) для слабовидящих:

– обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

– выпускникам для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

– задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения ГИА оформляются увеличенным шрифтом;

в) для глухих и слабослышащих, с тяжелыми нарушениями речи:

– обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

– по их желанию государственный экзамен может проводиться в письменной форме;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

–письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

–по их желанию государственный экзамен может проводиться в устной форме.

Выпускники или родители (законные представители) несовершеннолетних выпускников не позднее, чем за 3 месяца до начала ГИА, подают письменное заявление о необходимости создания для них специальных условий при проведении ГИА. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей.

По письменному заявлению обучающегося инвалида продолжительность сдачи обучающимся инвалидом государственного аттестационного испытания может быть увеличена по отношению к установленной продолжительности его сдачи:

–продолжительность сдачи государственного экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

–продолжительность подготовки обучающегося к ответу на государственном экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;

–продолжительность выступления обучающегося при защите выпускной квалификационной работы - не более чем на 15 минут.

## **11.Методические материалы для обучающихся по подготовке и процедуре проведенияГИА (Приложение к программе ГИА).**

*Приложения к программе ГИА*

### **Методические материалы для обучающихся по подготовке и процедуре проведенияГИА**

#### **1. Методические рекомендации по подготовке к государственному экзамену**

Государственный экзамен - это завершающий этап подготовки бакалавра, механизм выявления и оценки результатов обучения и установления

соответствия уровня профессиональной подготовки выпускников требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к государственному экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На государственном экзамене обучающийся демонстрирует то, что он приобрел в процессе.

В период подготовки к государственному экзамену студенты вновь обращаются к учебно-методическому материалу и закрепляют знания. Подготовка к государственному экзамену включает в себя два этапа: самостоятельная работа в течение всего периода обучения; непосредственная подготовка в дни, предшествующие государственному экзамену по темам учебных дисциплин, выносимым на государственную аттестацию.

При подготовке к государственному экзамену студентам целесообразно использовать материалы лекций, практических занятий, основную и дополнительную литературу.

Особо следует обратить внимание на умение использовать программу государственной итоговой аттестации в части ГЭ. Она включает в себя вопросы и контрольные (практические) задания — ситуационные задачи для государственного экзамена. Поэтому студент, заранее изучив содержание государственного экзамена, сможет лучше сориентироваться в вопросах и контрольных заданиях, стоящих в его билете.

Формулировка вопросов экзаменационного билета совпадает с формулировкой перечня рекомендованных для подготовки вопросов государственного экзамена.

В процессе подготовки к государственному экзамену для студента важно уметь соотносить конспект лекций и учебники. Ошибкой является как подготовка исключительно по конспектам лекций, так и подготовка исключительно по учебникам.

Рекомендуется при подготовке к государственному экзамену сочетать данные источники следующим образом: при проработке той или иной темы курса сначала следует уделить внимание конспектам лекций, а затем учебникам или интернет-источникам. Лекции обладают рядом преимуществ: они более оперативно иллюстрируют состояние научной проработки того или иного теоретического вопроса, дают ответ с учетом новых теоретических разработок, т.е. отражают самую современную информацию. Для написания же и опубликования печатной продукции нужно время, поэтому изложение некоторого учебного материала устаревает. Кроме того, для более полного представления и для сравнения учебной информации необходимо использовать как минимум два учебных источника.

Прорабатывая вопросы и задачи при подготовке к государственному экзамену, полезно тезисно записать ответы на наиболее трудные, с точки зрения студента, вопросы и (или) задачи. Запись включает дополнительные (моторные) ресурсы памяти.

Представляется крайне важным посещение студентами проводимой перед государственным экзаменом консультации. Здесь есть возможность задать вопросы преподавателю по тем разделам и темам, которые недостаточно или противоречиво освещены в учебной, научной литературе или вызывают затруднение в восприятии.

Важно, чтобы студент грамотно распределил время, отведенное для подготовки к государственному экзамену. В этой связи целесообразно составить календарный план подготовки к экзамену, в котором в определенной последовательности отражается изучение или повторение всех экзаменационных материалов. Подготовку к экзамену студент должен вести систематично в соответствии с составленным планом.

Зачастую студенты выбирают «штурмовой метод», когда подготовка ведется хаотично, материал прорабатывается бессистемно. Такая подготовка не может выработать прочную систему знаний. Поэтому знания, приобретенные с помощью подобного метода, в лучшем случае закрепляются на уровне представления.

Во время экзамена за отведенное для подготовки время студент должен сформулировать четкий ответ по каждому вопросу и задаче билета. Во время подготовки рекомендуется не записывать на лист ответа все содержание ответа, а составить развернутый план, которому необходимо следовать во время сдачи экзамена.

Отвечая на экзаменационные вопросы, необходимо придерживаться определенного плана ответа, который не позволит студенту уйти в сторону от содержания поставленных вопросов. При ответе на экзамене допускается многообразие мнений. Приветствуется, если студент не читает с листа, а свободно излагает материал, ориентируясь на заранее составленный план.

К выступлению выпускника на государственном экзамене предъявляются следующие требования:

- ответ должен строго соответствовать объему вопросов и задачи билета;
- ответ должен полностью исчерпывать содержание вопросов и задачи билета;
- ответ должен соответствовать определенному плану, который рекомендуется огласить в начале выступления;
- выступление на государственном экзамене должно соответствовать нормам и правилам публичной речи, быть четким, обоснованным, логичным.

Во время ответа на содержащиеся в билете вопросы и задания надо быть готовым к дополнительным или уточняющим вопросам. Дополнительные вопросы задаются членами государственной комиссии в рамках билета и связаны, как правило, с неполным ответом. Уточняющие вопросы задаются, чтобы конкретизировать мысли студента. Полный ответ на уточняющие вопросы лишь усиливает эффект от общего ответа студента.

Итоговая оценка знаний предполагает дифференцированный подход к студенту, учет его индивидуальных способностей, степень усвоения и систематизации основных теоретических положений, понятий и категорий. Оценивается так же культура речи, грамотное комментирование, приведение

примеров, умение связывать теорию с практикой, творчески применять знания к неординарным ситуациям, излагать материал доказательно, полемизировать там, где это необходимо.

## **1. Методические рекомендации по подготовке к ее защите выпускной квалификационной работы**

### **Подготовка к защите выпускной квалификационной работы (ВКР)**

Для подготовки к защите выпускной квалификационной работы необходимо подготовить доклад. При его составлении учитывается установленное ориентировочное время на защиту около 5-7 минут, что может составить по объему текста 3-4 листа формата А4.

Также обязательным является наличие демонстрационных материалов в форме презентации в формате Microsoft PowerPoint, кроме того, возможно наличие раздаточных материалов и т.п.

### **Примерная структура доклада на защите ВКР**

Структура доклада должна соответствовать содержанию ВКР.

#### **Вступление:**

- **Приветственное обращение:** Уважаемый председатель итоговой аттестационной комиссии, уважаемые члены комиссии и все присутствующие, Вашему вниманию представляется доклад на тему выпускной квалификационной работы (*тему называть не надо, так как она зачитывается секретарем комиссии*).

- **Актуальность темы** заключается в .....

- **Цель** исследования .....

- **Объект** исследования .....

- **Предмет** исследования .....

- **Гипотеза** .....

- **Задачи исследования** .....

- **Методы** исследования, использованные при написании работы (с конкретизацией их на слайде презентации)...

- **База исследования, количество испытуемых и их характеристика** .....

- **Организация эксперимента** (или исследования, если не проводился педагогический эксперимент) – кратко, в общих чертах описывается процедура эксперимента или исследования.

**Основная часть** (представляются основные результаты исследования в соответствии с задачами и выводами): нужно кратко изложить содержание третьей главы и выводы. Важно перечислить все **полученные результаты** и подробнее остановиться на более важных, например, на разработанной автором методике (*представить ее содержание, а не только результаты ее внедрения*). Излагаемый материал должен давать полное представление о том, чего достиг автор работы, насколько полученные результаты оригинальны и соответствуют поставленной цели.



**Заключительная часть (заключительное обращение):** Таким образом, в ходе исследования поставленная цель была достигнута, задачи – решены, гипотеза - ... *(в зависимости от результатов: подтверждена или частично подтверждена, или не подтверждена)*. Выводы были отражены в докладе, поэтому разрешите их не зачитывать. Благодарю за внимание.

### **Примерное содержание презентации**

Презентация выполняет функцию иллюстрации доклада. В презентации, как и в докладе, отражаются основные результаты, достигнутые в работе. Иллюстративный материал должен быть согласован с текстом доклада.

Все слайды должны быть пронумерованы. Информация на слайдах должна быть читаема, то есть следует избегать размещения на одном слайде большого объема текста или таблицы при помощи уменьшения размера шрифта (букв или цифр).

### **Структура презентации:**

- Титульный слайд – по аналогии с титульным листом ВКР *(с указанием наименования Филиала, с названием темы, направления подготовки, с указанием ФИО исполнителя и научного руководителя)*;

- Актуальность *(не обязательно)*;

- Цель, объект, предмет исследования *(в зависимости от объема текста - можно на одном или двух слайдах)*;

- Гипотеза;

- Задачи;

- Методы *(конкретизированные для иллюстрации доклада)*

- База исследования и испытуемые;

- Иллюстрация основных результатов исследования: *(методика, результаты в виде таблиц, рисунков, схем)*;

- Выводы *(кратко)* – для иллюстрации.

- Заключительный слайд – Спасибо (благодарю) за внимание!