

В соответствии с решением Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (далее - РГУФКСМиТ) от 25.01.2022 г. (протокол № 123) обновлены пункты 6 подпунктов «г» рабочих программ дисциплин, пункты 8 программ практик, пункты 9 программ научных исследований, пункты 8 программ государственной итоговой аттестации основных образовательных программ (основных профессиональных образовательных программ), реализуемых в 2022-2023 учебном году В РГУФКСМиТ, в части:

1) *Лицензионного программного обеспечения:*

- а) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- б) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- в) Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
- г) программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC.

2) *Современных профессиональных баз данных и информационные справочные системы:*

- а. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>;
- б. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>;
- в. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>
- г. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- д. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>;
- е. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

В соответствии с решением Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (далее - РГУФКСМиТ) от 26.01.2021 г. (протокол № 108) обновлены пункты 6 подпунктов «г» рабочих программ дисциплин, пункты 8 программ практик, пункты 9 программ научных исследований, пункты 8 программ государственной итоговой аттестации основных образовательных программ (основных профессиональных образовательных программ), реализуемых в 2021-2022 учебном году В РГУФКСМиТ, в части:

1) *Лицензионного программного обеспечения:*

- а) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- б) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- в) Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
- г) программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC.
- д) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ

2) *Современных профессиональных баз данных и информационные справочные системы:*

- а. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>;
- б. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>;
- в. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>
- г. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- д. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>;
- е. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

В соответствии с решением Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (далее - РГУФКСМиТ) от 26.05.2020г. (протокол № 99) обновлены пункты 6 подпунктов «г» рабочих программ дисциплин, пункты 8 программ практик, пункты 9 программ научных исследований, пункты 8 программ государственной итоговой аттестации основных образовательных программ (основных профессиональных образовательных программ), реализуемых в 2020-2021 учебном году В РГУФКСМиТ, в части:

1) *Лицензионного программного обеспечения:*

- а) Операционная система – Microsoft Windows 10;
- б) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
- в) Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
- г) программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC.

2) *Современных профессиональных баз данных и информационные справочные системы:*

- а. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>;
- б. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>;
- в. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>
- г. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- д. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>;
- е. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

В соответствии с решением Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (далее - РГУФКСМиТ) от 28.05.2019г. (протокол № 88) обновлены пункты 6 подпунктов «г» рабочих программ дисциплин, пункты 8 программ практик, пункты 9 программ научных исследований, пункты 8 программ государственной итоговой аттестации основных образовательных программ (основных профессиональных образовательных программ), реализуемых в 2019-2020 учебном году В РГУФКСМиТ, в части:

1) *Лицензионного программного обеспечения:*

- а) Windows Professional, x64 Ed.;
- б) Microsoft Office 2016;
- в) Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
- д) Acrobat Reader DC.

2) *Современных профессиональных баз данных и информационные справочные системы:*

- а. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>;
- б. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>;
- в. Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>
- г. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- д. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>;
- е. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

В соответствии с решением Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (далее - РГУФКСМиТ) от 28.05.2018г. (протокол № 77) обновлены пункты 6 подпунктов «г» рабочих программ дисциплин, пункты 8 программ практик, пункты 9 программ научных исследований, пункты 8 программ государственной итоговой аттестации основных образовательных программ (основных профессиональных образовательных программ), реализуемых в 2018-2019 учебном году В РГУФКСМиТ, в части:

1) *Лицензионного программного обеспечения:*

- а) Windows XP Professional, x64 Ed.;
- б) Microsoft Office 2003 Suites;
- в) Microsoft Visio Standard Russian Academic Open;
- д) Adobe Presenter Licensed 7.0 WIN AOO License MUL L-Presenter CPTL.

2) *Современных профессиональных баз данных:*

- а) портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>;
- б) [реестр примерных основных программ](http://fgosreestr.ru/) Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>;
- в) Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.

3) *Информационно-справочных систем:*

- а) информационно-правовой портал Гарант.ру <http://www.garant.ru/>;
- б) справочной правовой системы КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/> .
- в) электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ».

Программа государственной итоговой аттестации и методические материалы основной образовательной программы используются для 2017 и 2018 годов набора.

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



**Институт спорта и физического воспитания**

**ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Направление подготовки:  
49. 03.01.– Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2017, 2018

Москва – 2017 г.

Программа государственной итоговой аттестации  
утверждена и рекомендована Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 9 от «27» апреля 2017 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания Экспертно-методического совета  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 07 от «29» марта 2018 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена  
на основании решения заседания

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Баталов Алексей Григорьевич, к.п.н., профессор, заведующий кафедрой  
теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на  
коньках

Новикова Лариса Александровна, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой  
теории и методики гимнастики

Рецензент:

Вовк Сергей Иванович, д.п.н., доцент, заведующий кафедрой теоретико-  
методических основ физической культуры и спорта

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

**Целью** прохождения государственной итоговой аттестации (далее – ГИА) является - обеспечение готовности выпускников к непрерывному процессу совершенствования и развития своего интеллектуального, общекультурного и профессионального уровня.

Данная программа реализуется на русском языке.

Основные задачи прохождения ГИА являются:

- формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС ВО бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01. «Физическая культура», направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»;

- подготовить выпускников, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления спортивной тренировкой на этапах многолетней спортивной подготовки;

- научить внедрению в практику достижений отечественных и зарубежных специалистов, стимулировать к собственным инновационным разработкам, созданию на этой основе предпосылок к дальнейшему усовершенствованию в избранном виде спорта.

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

- Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
- Защита выпускной квалификационной работы (далее – ВКР), включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты. Видом выпускной работы является бакалаврская работа.

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

ГИА по направлению 49.03.01. «Физическая культура», направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» в структуре ООП (ОПОП) относится к Базовой части раздела БЗ.Г.1 – «Подготовка и сдача государственного экзамена» и БЗ.Д.1 – «Подготовка и защита ВКР», является итоговой аттестацией обучающихся по итогам освоении ООП (ОПОП).

Программа разработана на основе формируемых у обучающихся общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, освоение которых является требованием ФГОС ВО + к выпускникам образовательной программы по направлению подготовки



49.03.01. «Физическая культура», направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты освоения ООП (ОПОП)
	наименование
1	2
	<i>Обще-культурные компетенции:</i>
ОК-1	<b>Знать:</b> философские основы профессиональной деятельности; основные философские категории и проблемы человеческого бытия
	<b>Уметь:</b> анализировать мировоззренческие, социально и лично значимые философские проблемы; системно анализировать и выбирать социально-психологические концепции
	<b>Владеть:</b> навыками работы с основными философскими категориями; технологиями приобретения, использования и обновления философских знаний для анализа предметно-практической деятельности.
ОК-2	<b>Знать:</b> процесс историко-культурного развития человека и человечества; всемирную и отечественную историю и культуру; особенности национальных традиций, текстов; движущие силы и закономерности исторического процесса; место человека в историческом процессе; политическую организацию общества.
	<b>Уметь:</b> определять ценность того или иного исторического или культурного факта или явления; уметь соотносить факты и явления с исторической эпохой и принадлежностью к культурной традиции; проявлять и транслировать уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям; анализировать многообразие культур и цивилизаций; оценивать роль цивилизаций в их взаимодействии.
	<b>Владеть:</b> навыками исторического, историко-типологического, сравнительно-типологического анализа для определения места профессиональной деятельности в культурно-исторической парадигме; навыками бережного отношения к культурному наследию и человеку; информацией о движущих силах исторического процесса; приемами анализа сложных социальных проблем в контексте событий мировой истории и современного социума.
ОК-3	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- базовые экономические понятия, объективные основы функционирования экономики и поведения экономических агентов ; знать основные виды финансовых институтов и финансовых инструментов, основы функционирования финансовых рынков</li> <li>- условия функционирования национальной экономики, понятия и факторы экономического роста</li> </ul>

	<p>- знать основы российской налоговой системы</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать финансовую и экономическую информацию, необходимую для принятия обоснованных решений в профессиональной сфере,</li> <li>- оценивать процентные, кредитные, курсовые, рыночные, операционные, общеэкономические, политические риски неблагоприятных экономических и политических событий для профессиональных проектов;</li> <li>- решать типичные задачи, связанные с профессиональным и личным финансовым планированием</li> <li>- искать и собирать финансовую и экономическую информацию.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами финансового планирования профессиональной деятельности, использования экономических знаний в профессиональной практике</li> </ul>
<i>ОК-4</i>	<p><b>Знать:</b> систему отечественного законодательства; основные положения международных документов и договоров, Конституции РФ, других основных нормативно-правовых документов; механизмы применения основных нормативно-правовых актов; тенденции законодательства и судебной практики.</p> <p><b>Уметь:</b> оперативно находить нужную информацию в международных документах, нормативно-правовых актах, рекомендательных документах, грамотно её использовать; с позиций правовых норм анализировать конкретные ситуации, возникающие в повседневной практике; анализировать и оценивать законодательные инициативы; принимать адекватные решения при возникновении критических, спорных ситуаций</p> <p><b>Владеть:</b> навыками применения правовых знаний в текущей профессиональной деятельности</p>
<i>ОК-5</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- систему современного русского и иностранного языков; нормы словоупотребления; нормы русской грамматики и грамматики иностранного языка; орфографические нормы современного русского языка и изучаемого иностранного языка; нормы пунктуации и их возможную вариантность;</li> <li>- литературный язык как особую высшую, обработанную форму общенародного (национального) языка:</li> <li>- специфику различных функционально-смысловых типов речи (описание, повествование, рассуждение), разнообразные языковые средства для обеспечения логической связности письменного и устного текста.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать устные и письменные, монологические и диалогические речевые произведения научных и деловых жанров с учетом целей, задач, условий общения, включая научное и деловое общение в среде Интернет;</li> <li>- свободно общаться и читать оригинальную монографическую и периодическую литературу на иностранном языке по профессиональной тематике и статьи из газет и журналов, издаваемых на иностранных языках и в сети Интернет.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными формами, видами устной и письменной коммуникации в учебной и профессиональной деятельности;</li> <li>- технологиями самостоятельной подготовки текстов различной жанрово-стилистической принадлежности</li> <li>- культурой речи;</li> <li>- иностранным языком на уровне контакта с носителями языка с целью быть понятым по широкому кругу жизненных и профессиональных вопросов.</li> </ul>
<i>ОК-6</i>	<p><b>Знать:</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- структуру общества как сложной системы;</li> <li>- особенности влияния социальной среды на формирование личности и мировоззрения человека;</li> <li>- основные социально-философские концепции и соответствующую проблематику.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- корректно применять знания об обществе как системе в различных формах социальной практики;</li> <li>- выделять, формулировать и логично аргументировать собственную мировоззренческую позицию в процессе межличностной коммуникации с учетом ее специфики ;</li> <li>- самостоятельно анализировать различные социальные проблемы с использованием философской терминологии и философских подходов.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностями к конструктивной критике и самокритике.</li> <li>- умениями работать в команде, взаимодействовать с экспертами в предметных областях,</li> <li>- навыками воспринимать разнообразие и культурные различия, принимать социальные и этические обязательства.</li> </ul>
<i>ОК-7</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пути и средства профессионального самосовершенствования: профессиональные форумы, конференции, семинары, тренинги; магистратура, аспирантура);</li> <li>- систему категорий и методов, направленных на формирование аналитического и логического мышления;</li> <li>- закономерности профессионально-творческого и культурно-нравственного развития;</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать информационные источники (сайты, форумы, периодические издания);</li> <li>- анализировать культурную, профессиональную и личностную информацию и использовать ее для повышения своей квалификации и личностных качеств.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> навыками организации самообразования, технологиями приобретения, использования и обновления социально-культурных, психологических, профессиональных знаний.</p>
<i>ОК-8</i>	<p><b>Знать:</b></p> <p>основные методы физического воспитания и укрепления здоровья.</p>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- регулярно следовать им в повседневной жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.</li> </ul>
<i>ОК-9</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- цель, задачи и структуру службы медицины катастроф;</li> <li>- методы и приемы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера;</li> <li>- методы транспортировки поражённых и больных; знать основы ухода за больным.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС</li> </ul>

	<p>природного, техногенного, социального и биолого-социального характера;</p> <p>- выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности.</p>
	<p><b>Владеть:</b></p> <p>- навыками разработки и контроля исполнения мероприятий по обеспечению безопасности в процессе трудовой деятельности.</p>
	<p><i>Обще-профессиональные компетенции:</i></p>
<b>ОПК-1</b>	<p><i>Знать:</i> анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности.</p>
	<p><i>Уметь:</i> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.</p>
	<p><i>Владеть:</i> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.</p>
<b>ОПК-2</b>	<p><i>Знать:</i> методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта</p>
	<p><i>Уметь:</i> применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры</p>
	<p><i>Владеть:</i> навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта</p>
<b>ОПК-3</b>	<p><i>Знать:</i> требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта</p>
	<p><i>Уметь:</i> разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.</p>
	<p><i>Владеть:</i> навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.</p>
<b>ОПК-4</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие основы педагогики, психологии, культурологи, истории;</li> <li>- цель, задачи и методы педагогической деятельности;</li> <li>- характеристики социально-личностных качеств: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, гражданственности, коммуникативности, толерантности.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять в профессиональной деятельности комплекс технологий, направленных на целенаправленное формирование у учеников социально-личностных качеств;</li> <li>- обоснованно подходить к выбору средств, методов педагогического процесса.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> навыками воспитательной деятельности по целенаправленному формированию у учеников социально-личностных качеств: целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, гражданственности, коммуникативности, толерантности.</p>
<b>ОПК-5</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений;</li> <li>- основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии;</li> <li>- основы спортивной метрологии.</li> </ul>

	<p><b>Уметь:</b> осуществлять выбор средств и методов оценки физических способностей и функциональных состояний занимающихся, техники выполнения физических упражнений с учетом особенностей физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.</p>
<b>ОПК-6</b>	<p><b>Знать:</b> состав средств и методов избранного вида спорта при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.</p>
	<p><b>Уметь:</b> применять средства и методы избранного вида спорта для решения задач оздоровительной направленности, рекреационной деятельности при проведении занятий с лицами различного пола и возраста.</p>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками формирования здорового образа жизни средствами избранного вида спорта; построения тренировочных программ оздоровительной направленности, обеспечивающих стойкий положительный эффект от применения выбранных средств и методов.</li> </ul>
<b>ОПК-7</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности;</li> <li>- требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм при осуществлении профессиональной деятельности;</li> <li>- особенности методики профилактики травматизма при осуществлении профессиональной деятельности;</li> <li>- приемы оказания первой доврачебной помощи.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить инструктаж по технике безопасности;</li> <li>- в процессе профессиональной деятельности соблюдать требования безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм;</li> <li>- проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умениями обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм;</li> <li>- навыками обеспечения профилактики травматизма в процессе профессиональной деятельности;</li> <li>- приемами оказания первой доврачебной помощи.</li> </ul>
<b>ОПК-8</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта;</li> <li>- документы планирования и проведения соревнований;</li> <li>- особенности организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>- обязанности организаторов и судей соревнования;</li> <li>- основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить соревнования различного уровня;</li> <li>- осуществлять объективное судейство соревнований;</li> <li>- обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации и проведения соревнований различного уровня;</li> <li>- умением осуществлять объективное судейство соревнований.</li> </ul>
<b>ОПК-9</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- цели, задачи, основные виды деятельности физкультурно-спортивных организаций;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- документы планирования, учетно-отчетной деятельности физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- организационно-управленческие подходы в руководстве работой малых коллективов.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями нормативных актов, Законодательства (трудового и гражданского кодексов);</li> <li>- проводить контроль деятельности физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- руководить работой малых коллективов.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умениями осуществлять планирование и методическое обеспечение деятельности физкультурно-спортивных организаций в соответствии с требованиями стандартов;</li> <li>- умениями проводить учет и отчетность о деятельности физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- умениями руководить работой малых коллективов, оценивать результаты их деятельности на основе объективных показателей.</li> </ul>
<b>ОПК-10</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- цели, задачи и характер физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методы пропаганды здорового образа жизни среди различных групп населения;</li> <li>- методы формирования мотивационно-ценностной ориентации и установки ведения здорового образа жизни.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно объяснять положительные аспекты ЗОЖ;</li> <li>- формировать осознанное отношение различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- использовать методы формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки ведения здорового образа жизни.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методами формирования мотивационно-ценностных ориентаций и установки ведения здорового образа жизни.</li> </ul>
<b>ОПК-11</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы научно-методической деятельности;</li> <li>- апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- методы научного анализа и обработки результатов исследований;</li> <li>- методы формулирования и представления обобщений и выводов.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта</li> <li>- применять апробированные методики проведения научных исследований в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- интерпретировать результаты научных исследований с точки зрения адаптации организма к физической активности;</li> <li>- применять методы обработки результатов исследований, проводить научный анализ результатов исследований, формулировать и представлять обобщения и</li> </ul>

	<p>выводы.</p> <p><b>Владеть:</b> методикой проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик.</p>
<b>ОПК-12</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю ФКиС, ТФК и теорию спорта;</li> <li>- накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности;</li> <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>Уметь:</b> 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.</p>
	<p><b>Владеть:</b> навыками воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.</p>
<b>ОПК-13</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы поиска и обработки информации в области физической культуры и спорта;</li> <li>- стандартные задачи профессиональной деятельности;</li> <li>- основы информационной и библиографической культуры;</li> <li>- требования информационной безопасности.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культур с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> умениями применять информационно-коммуникационные технологии для решения стандартных задач профессиональной деятельности.</p>
	<i>Профессиональные компетенции:</i>
	<b>Педагогическая деятельность:</b>
<b>ПК-1</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные положения и принципы педагогики;</li> <li>- методы педагогического контроля и контроля качества обучения;</li> <li>- актуальные дидактические технологии.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать в профессиональной деятельности основные положения и принципы педагогики;</li> <li>- применять методы педагогического контроля и контроля качества обучения;</li> <li>- применять актуальные дидактические технологии обучения.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации обучения на основе положений и принципов педагогики;</li> <li>- методами педагогического контроля и контроля качества обучения в профессиональной деятельности;</li> <li>- умениями использовать в профессиональной деятельности актуальные дидактические технологии обучения.</li> </ul>
<b>ПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие основы теории и методики физической культуры;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия теории физической культуры;</li> <li>- основные средства и методы физического воспитания.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять положения теории физической культуры в образовательном процессе;</li> <li>- разрабатывать учебные программы по физической культуре;</li> <li>- использовать средства и методы физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками рационального построения образовательного процесса;</li> <li>- комплексом средств и методов физического воспитания при организации образовательного процесса;</li> <li>- навыками анализа и оценки всех этапов образовательного процесса.</li> </ul>
<b>ПК-3</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к содержанию образовательных программ;</li> <li>- рабочие документы планирования педагогического процесса;</li> <li>- цель, задачи, структуру, содержание, формы и виды учебных занятий различной направленности;</li> <li>- федеральные стандарты спортивной подготовки, типовые программы спортивной подготовки - по видам спорта.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать учебные планы на основе реализуемых образовательных программ;</li> <li>- разрабатывать учебные программы конкретных занятий в избранной физкультурно-спортивной деятельности на основе требований государственных стандартов.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> методикой разработки учебных планов и программ учебных занятий различной направленности.</p>
<b>ПК-4</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные методы физического воспитания и укрепления здоровья;</li> <li>- анатомо-физиологические, психолого-педагогические и физические особенности детей различного возраста;</li> <li>- гигиенические нормы и требования безопасности к местам учебных занятий по физической культуре;</li> <li>- цель, задачи, методы проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста;</li> <li>- цель, задачи, методы проведения учебных занятий по физической культуре с различными группами обучающихся в образовательных организациях;</li> <li>- цель, задачи, средства и формы организации внеклассной физкультурно-спортивной работы.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять перечисленный комплекс знаний при организации и проведении учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста и обучающимися в образовательных организациях;</li> <li>- организовывать внеклассную физкультурно-спортивную работу.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- комплексом средств и методов проведения учебных занятий по физической культуре с детьми дошкольного и школьного возраста;</li> <li>- комплексом средств и методов проведения учебных занятий по физической культуре с различными группами обучающихся в образовательных организациях;</li> <li>- различными формами организации внеклассной физкультурно-спортивной</li> </ul>



	работы.
<i>ПК-5</i>	<b>Знать:</b> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.
	<b>Уметь:</b> - определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития. - применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.
	<b>Владеть:</b> - методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся; - комплексом средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.
<i>ПК-6</i>	<b>Знать:</b> - основные принципы здорового образа жизни; - основные понятия рекреационной деятельности; - виды, формы, средства и методы рекреационной двигательной деятельности; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся. - состав средств и методов пропагандистской работы; - средства и методы обучения навыкам здорового образа жизни.
	<b>Уметь:</b> - выбирать средства и методы, обеспечивающие формирование здорового образа жизни; - анализировать информацию о состоянии здоровья и профессиональной деятельности занимающихся; - применять различные методы контроля за функциональным состоянием занимающихся. - применять эффективные средства пропаганды ЗОЖ в профессиональной деятельности; - осуществлять обучение навыкам здорового образа жизни средствами ФСД.
	<b>Владеть:</b> - средствами и приемами формирования у лиц осознанного отношения к состоянию своего здоровья и обеспечению активного долголетия; - навыками контроля и анализа за состоянием здоровья занимающихся.
<i>ПК-7</i>	<b>Знать:</b> - характеристики различных риск-геофакторов, неблагоприятно влияющих на организм человека в условиях холодного, жаркого, горного климата и др.; - процессы и механизмы акклиматизации - адаптации организма человека к новым климатическим условиям; - средства и методы выживания в природной среде в условиях воздействия на человека различных риск-геофакторов.
	<b>Уметь:</b> - применять средства и методы акклиматизации при решении задач профессиональной деятельности в новых климатических условиях; - применять стандартные технологии акклиматизации в условиях холодного, жаркого, горного климата.
	<b>Владеть:</b> комплексом средств и методы акклиматизации при решении задач

	профессиональной деятельности в новых климатических условиях.
	<b>Тренерская деятельность</b>
<b>ПК-8</b>	<b>Знать:</b> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.
	<b>Уметь:</b> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.
	<b>Владеть:</b> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.
<b>ПК-9</b>	<b>Знать:</b> - психологические аспекты обучения, воспитания и формирования мотивации к занятиям избранным видом спорта; - методы воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
	<b>Уметь:</b> - использовать полученные знания в области психологии физической культуры и спорта в практической работе со спортсменами в целях формирования у них мотивации к занятиям избранным видом спорта и воспитания моральных принципов честной спортивной конкуренции.
	<b>Владеть:</b> - умением формировать мотивацию к занятиям избранным видом спорта; - методами воспитания у обучающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции.
<b>ПК-10</b>	<b>Знать:</b> - теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки; - методики отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта; - современные методики по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.
	<b>Уметь:</b> - эффективно применять педагогические методы (тесты) при отборе; - определять предрасположенность к занятиями определенными видами спорта; - анализировать и прогнозировать спортивную одаренность (способности) ребенка; - использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта.
	<b>Владеть:</b> умением реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном

	<p>виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей обучающихся.</p>
<i>ПК-11</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта, примерные программы подготовки по виду спорта;</li> <li>- закономерности становления спортивного мастерства и формирования адаптационных процессов в ведущих функциональных системах;</li> <li>- содержание тренировочного процесса на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- методы планирования тренировочного процесса.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подбирать средства и методы, адекватные поставленным тренировочным задачам;</li> <li>- разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий;</li> <li>- использовать современные информационные и компьютерные технологии при разработке тренировочных планов (спортивной подготовки).</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта;</li> <li>- информационными и компьютерными технологиями при разработке документов планирования;</li> <li>- навыками построения перспективных и оперативных планов и программ на основе объективных форм контроля и оценки спортивной формы и уровня физической подготовленности.</li> </ul>
<i>ПК-12</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативные значения величины тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта;</li> <li>- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку на этапах спортивной подготовки;</li> <li>- причины возникновения спортивного травматизма и заболеваний;</li> <li>- средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- средства и методы восстановительных мероприятий с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- методики спортивного массажа, восстановительных процедур.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять значения величины тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта;</li> <li>- организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся;</li> <li>- использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- применять методики спортивного массажа.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- способностью применять методики спортивного массажа, средствами и методами восстановления и реабилитации после травм/повреждений;</li> <li>- навыками построения восстановительных мероприятий (циклов), совместно с медицинским персоналом.</li> </ul>
<i>ПК-13</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды и методы педагогического контроля и учета его результатов;</li> <li>- содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта;</li> <li>- актуальные технологии управления состоянием спортсмена.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать батареи тестов для различных видов педагогического контроля и организовывать их проведение;</li> <li>- пользоваться профессиональным инструментарием для сбора информации;</li> <li>- фиксировать, анализировать и обобщать результаты педагогического контроля;</li> <li>- находить организационные решения для коррекции состояния занимающихся.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.</li> </ul>
<i>ПК-14</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы теории и методики спортивной тренировки в избранном виде спорта;</li> <li>- средства и методы физической, технической и тактической подготовки в избранном виде спорта.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий;</li> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта демонстрировать технику движений, технико-тактические действия и средства выразительности.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности;</li> <li>- способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.</li> </ul>
<i>ПК-15</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- эффективные средства и методы индивидуальной спортивной подготовки.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности;</li> <li>- средствами и методами сохранения оптимального уровня спортивной подготовленности, необходимой для осуществления эффективной профессиональной деятельности. - организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия;</li> <li>- организовывать и проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul>
	<b>Рекреационная деятельность</b>
<i>ПК-16</i>	<p><b>Знать:</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы рекреационной деятельности;</li> <li>- разновидности мотивации к рекреационной деятельности и способах её формирования;</li> <li>- виды и приемы агитационно-пропагандистской и рекламной деятельности;</li> <li>- методы и средства сбора информации, а так же основные источники информации о двигательной рекреации.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям оздоровительно-рекреационной направленности;</li> <li>- получать информацию из различных источников о двигательной рекреации; пользоваться приемами и средствами первичной обработки информации о двигательной рекреации.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и приемами формирования представлений о положительном значении двигательной рекреации;</li> <li>- навыками получения и обработки информации об эффективности двигательной рекреации;</li> <li>- навыками разработки и реализации агитационно-пропагандистских проектов по привлечению населения к занятиям оздоровительно-рекреационной направленности.</li> </ul>
<i><b>ПК-17</b></i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные приемы рекреационной деятельности;</li> <li>- виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов;</li> <li>- методы контроля за функциональным состоянием занимающихся.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы и средства сбора информации об оздоровительно-рекреативной деятельности;</li> <li>- организовывать планомерное воздействие на трудящихся, в целях приобщения к систематическим занятиям оздоровительной физической культурой;</li> <li>- формировать у занимающихся знания и умения, необходимые для эффективного использования оздоровительной физической культуры в соответствии с состоянием здоровья и потребностями в занятиях.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и приемами рекреационно-оздоровительной деятельности для укрепления и коррекции состояния здоровья занимающихся;</li> <li>- навыками контроля и анализа за состоянием здоровья занимающихся.</li> </ul>
<i><b>ПК-18</b></i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- цель, задачи, основные направления двигательной рекреации с различными группами населения.</li> <li>- основные средства и методы двигательной рекреационной деятельности;</li> <li>- виды, формы занятий в ходе рекреационной двигательной деятельности;</li> <li>- методы контроля за функциональным состоянием занимающихся с учетом их индивидуального психофизического статуса.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности в соответствии с особенностями контингента;</li> <li>- собирать и анализировать информацию о состоянии здоровья обучающихся;</li> <li>- применять различные методы контроля и коррекции функционального состояния обучающихся на основе объективных данных.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами, методами двигательной рекреации для коррекции состояния здоровья обучающихся;</li> <li>- навыками анализа и контроля за состоянием здоровья обучающихся.</li> </ul>
<b>ПК-19</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия, задачи и принципы оздоровительной тренировки;</li> <li>- содержание программ оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния;</li> <li>- базовые компоненты и факторы ЗОЖ.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- извлекать информацию из различных источников затрагивающих проблемы состояния здоровья занимающихся;</li> <li>- применять весь спектр средств и методов оздоровительной направленности в своей практической деятельности;</li> <li>- конкретизировать проявление оздоровительного эффекта в процессе занятий.</li> </ul>
	<p><b>Владеть.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными методиками оздоровительной направленности;</li> <li>- навыками разработки и реализации оздоровительных технологий спортивно-рекреационной направленности.</li> </ul>
<b>ПК-20</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методические основы организации физкультурно-массовых, туристско-оздоровительных, туристско-спортивных и туристско-экологических мероприятий.</li> <li>- основные средства организации туристических мероприятий для различных групп населения.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать программы туристических мероприятий с уклоном на оздоровительную, спортивную и экологическую составляющие.</li> <li>- проводить анализ и оценивать эффективность туристско-экологических, туристско-спортивных и туристско-оздоровительных мероприятий.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и приёмами самостоятельного проектирования мероприятий туристской направленности и технологиями их реализации на практике.</li> <li>- способностями по проведению спортивных, рекреационно-оздоровительных, туристских и других мероприятий для различных групп населения.</li> </ul>
<b>Организационно-управленческая деятельность:</b>	
<b>ПК-21</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологию организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- формы отчетности о физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять основные документы, необходимые при организации и проведении массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- анализировать материально-техническую и финансовую сторону массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- выявлять связи взаимодействия ответственных групп при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий для эффективного профессионального взаимодействия с участниками оздоровительных и культурно-просветительских программ;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить физкультурные и спортивные мероприятия.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приёмами координации деятельности и взаимодействия всех групп организаторов массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий;</li> <li>- традиционными и современными технологиями профессиональной деятельности при организации массовых физкультурных и спортивно-зрелищных мероприятий.</li> </ul>
<i>ПК-22</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологию оперативного планирования;</li> <li>- роль планирования в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- методы разработки оперативных планов работы первичных структурных подразделений.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать оперативные планы работы;</li> <li>- использовать методы планирования в профессиональной деятельности;</li> <li>- реализовывать оперативные планы работы в структурных подразделениях организаций.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками реализации оперативных планов в первичных структурных подразделениях;</li> <li>- методами разработки оперативных планов и документооборота.</li> </ul>
<i>ПК-23</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные правила организации документооборота на предприятии;</li> <li>- нормативно-правовую базу документооборота предприятия;</li> <li>- технологию составления индивидуальных финансовых документов, учета и отчетности в сфере физической культуры;</li> <li>- экономические основы производства и предприятия;</li> <li>- функции и основные принципы менеджмента;</li> <li>- методы составления индивидуальных финансовых документов, учета и отчетности в сфере физической культуры.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разрабатывать и составлять финансовую отчетность;</li> <li>- работать с нормативными документами, относящиеся к профессиональной деятельности.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками составления сметы расходов, отчетов по командировкам;</li> <li>- навыками составления бизнес-плана физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- методами разработки отчетной документации;</li> <li>- навыками принятия управленческого решения.</li> </ul>
<i>ПК-24</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности и поведения на спортивных объектах;</li> <li>- классификацию спортивных сооружений;</li> <li>- архитектурные и конструктивные особенности спортивных сооружений;</li> <li>- структуру спортивных объектов;</li> <li>- требования ГОСТов, САНПИНов к материальной части;</li> <li>- технические особенности и инженерные коммуникации спортивных сооружений.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить анализ материально-технической базы.</li> <li>- использовать архитектурные, конструктивные и технические особенности</li> </ul>

	<p>спортивных сооружений в практике тренировочной и соревновательной деятельности.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками эффективного использования материально-технической базы;</li> <li>- средствами и приёмами самостоятельной деятельности при выборе спортивного объекта при проведении учебно-тренировочной, соревновательной и физкультурно-массовой работы;</li> <li>- навыками качественного осуществления своей профессиональной деятельности при работе на различных спортивных объектах.</li> </ul>
<b>ПК-25</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологию планирования и документы отчетности о физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях.</li> <li>- меры безопасности и профилактики травматизма при проведении физкультурно-спортивных мероприятий.</li> <li>- правила по соблюдению техники безопасности на спортивных сооружениях во время проведения спортивно-массовых мероприятий.</li> <li>- порядок оснащения спортивных залов средствами пожаротушения и аптечками первой помощи.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить инструктаж по технике безопасности, консультировать персонал спортивного объекта;</li> <li>- выбирать места для проведения занятий и осуществлять их подготовку;</li> <li>- учитывать метеорологические условия и уровень подготовленности занимающихся при проведении занятий;</li> <li>- проверять перед началом занятий качество и надёжность инвентаря и оборудования, состояние мест проведения занятий;</li> <li>- оперативно и адекватно реагировать на различные ситуации при проведении мероприятий.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> навыками организации проведения физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p>
<b>ПК-26</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технологию составления планов оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;</li> <li>- функции и основные принципы подбора инвентаря и экипировки;</li> <li>- методы составления финансовых документов.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></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>- выбирать необходимое оборудование, экипировку, инвентарь, исходя из технических характеристик, грамотно оценивать предлагаемые аналоги;</li> <li>- работать с нормативными документами, относящимися к профессиональной деятельности.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками безопасной и эффективной работы и качественного ухода за оборудованием и инвентарем.</li> <li>- навыками составления планово-финансовых документов по приобретению оборудования, инвентаря и экипировки.</li> </ul>
<b>ПК-27</b>	<p><b>Знать:</b></p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- специфику и требования к качеству товаров и услуг в профессиональной деятельности;</li> <li>- основные положения, функции и методы маркетинга;</li> <li>- принципы сегментирования и условия формирования конъюнктуры рынка;</li> <li>- условия, принципы и методы формирования цены физкультурно-спортивных услуг и товаров.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить целевую аудиторию и формировать у нее полноценное представление о предоставляемых услугах;</li> <li>- квалифицированно применять принципы и методы маркетинга при сегментировании рынка услуг и товаров спортивного назначения;</li> <li>- анализировать рыночную информацию и формирование цены, позиционирование и коммуникации продвижения товара.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными видами устной и письменной коммуникациями;</li> <li>- навыками получения первичной информации о рынке товаров и услуг в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- навыками работы с программными средствами при обработке информации;</li> <li>- методами математической статистики, разработки бизнес-плана и оценки оптимальной цены товара и экономических эффектов.</li> </ul>
	<b>Научно-исследовательская деятельность:</b>
<b>ПК-28</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте;</li> <li>- основные актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- принципы организации и проведения научно-исследовательских работ;</li> <li>- основы теории планирования эксперимента;</li> <li>- способы статистической обработки полученных результатов.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать, правильно организовать и провести научный эксперимент по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием апробированных методик;</li> <li>- статистически обрабатывать и анализировать результаты;</li> <li>- осуществлять научный анализ, общение и оформление результатов исследований;</li> <li>- использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния занимающихся.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников;</li> <li>- основами организации и проведения научно-исследовательских работ;</li> <li>- навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техникой.</li> <li>- использования информационных технологий для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности;</li> <li>- навыками дифференцированного подхода к решению (проблематики) возникающих вопросов в профессиональной деятельности.</li> </ul>
<b>ПК-29</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы математической статистики;</li> <li>- методы и принципы обеспечения стандартизации измерений;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- условия и факторы, влияющие на качество измерений;</li> <li>- методы и средства сбора информации, а также основные источники информации о физической культуре и спорте.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- квалифицированно применять метрологически обоснованные средства и методы измерения и контроля в физическом воспитании и спорте;</li> <li>- метрологически грамотно использовать измерительную информацию для обработки и анализа показателей различных видов подготовленности спортсменов и их соревновательных и тренировочных нагрузок;</li> <li>- обобщать результаты исследования и формулировать выводы.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками получения первичной информации и обработки результатов исследования;</li> <li>- навыками работы с программными средствами при обработке результатов исследования;</li> <li>- умениями получать и обрабатывать имеющиеся результаты с помощью новейших информационных технологий;</li> <li>- навыками аргументированного представления полученных в результате исследования выводов;</li> <li>- методами математической статистики и навыками рационального использования современной компьютерной техники.</li> </ul>
<b>ПК-30</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы организации научного исследования;</li> <li>- основы научного поиска, обработки и систематизации данных.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов;</li> <li>- использовать методы педагогической, психологической и функциональной диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.</p>
<b>Культурно-просветительская деятельность:</b>	
<b>ПК-31</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия пропагандистской и рекламной деятельности;</li> <li>- виды и формы мониторинга используемые в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- методы и средства сбора информации, а так же основные источники информации о физической культуре и спорта;</li> <li>- приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- основные приемы и средства анализа и обобщения информации о физической культуре и спорте.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать методы и средства сбора информации о физической культуре и спорта;</li> <li>- применять приемы агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной направленности;</li> <li>- анализировать информацию из различных источников о физической культуре и спорте;</li> <li>- пользоваться приемами и средствами первичной обработки информации о физической культуре и спорте.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- средствами и приемами представления, презентации достижений в физической культуре и спорте;</li> <li>- навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта из различных источников;</li> <li>- навыками разработки и реализации агитационно-пропагандистской проектов по привлечению населения к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью.</li> </ul>
<i>ПК-32</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- функции и средства общения;</li> <li>- стили педагогического общения;</li> <li>- психологию конфликта;</li> <li>- психологию межличностных отношений;</li> <li>- психологию личности и группы, группового поведения.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности;</li> <li>- выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам;</li> <li>- устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различными приемами, формами, видами устной и письменной речи в профессиональной деятельности;</li> <li>- приемами общения при работе с коллективом занимающихся и каждым индивидуумом;</li> <li>- психолого-педагогическими способами и методами создания благоприятного микроклимата в коллективе.</li> </ul>
<i>ПК-33</i>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- информационные средства, обеспечивающие формирование общественного мнения о физической культуре, как социокультурном явлении и факторе обеспечения здоровья;</li> <li>- средства рекламы в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- основные принципы деятельности информационных и рекламных агентств.</li> </ul>
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять на практике приемы и формы агитационно-пропагандистской работы, формирующие общественное мнение о физической культуре, как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья,</li> <li>- проводить подбор информации, обеспечивающей рекламирование в среде населения роли физической культуры в жизнедеятельности человека.</li> </ul>
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками публичных выступлений и навыками разработки и реализации проектов по формированию общественного мнения о физической культуре как части общей культуры и фактора обеспечения здоровья.</li> <li>- основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации, умением использовать программные средства, базы данных, работать в Интернете и использовать его ресурсы.</li> <li>- различными формами, видами устной и письменной коммуникации в учебной и профессиональной деятельности, культурой речи.</li> </ul>

## 5. Объем и продолжительность ГИА.

Общий объем ГИА составляет 9 зачетных единиц, продолжительность - 6 недель, академических часов (в соответствии с учебным планом) - 324, формы обучения очная и заочная.

## **6. Программа государственного экзамена**

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

Государственный экзамен проводится по одной или нескольким дисциплинам или модулям ООП (ОПОП), результаты освоения которых имеют определяющее значение для профессиональной деятельности выпускников.

Успешное прохождение государственной итоговой аттестации является основанием для выдачи обучающемуся документа о высшем образовании и о квалификации образца, установленного Министерством образования и науки Российской Федерации.

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

Государственный экзамен проводится устно с обязательным составлением письменных тезисов ответов на специально подготовленных для этого бланках. *Экзамен проводится по билетам, которые включают два теоретических вопроса и одну задачу или задание.*

Для проведения государственной итоговой аттестации создается государственная экзаменационная комиссия (далее – комиссия). Комиссия действует в течение календарного года.

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

Обучающимся предоставляется возможность подготовки ответа на вопросы билета. После ответа председатель государственной экзаменационной комиссии предлагает ее членам задать обучающемуся дополнительные вопросы в рамках тематики вопросов в билете. Если обучающийся затрудняется при ответе на дополнительные вопросы, члены комиссии могут задать вопросы в рамках тематики программы государственного экзамена.

Ответы оцениваются каждым членом комиссии, а итоговая оценка по пятибалльной системе выставляется в результате закрытого обсуждения. Решения комиссий принимаются простым большинством голосов членов комиссий, участвующих в заседании. При равном числе голосов председательствующий обладает правом решающего голоса. Результаты

государственного аттестационного испытания, объявляются в день его проведения.

Каждый обучающийся имеет право ознакомиться с результатами оценки своей работы.

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

### *Вопросы:*

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

1. Понятие «физическая культура». Соотношение понятий «культура» (общества, личности) и «физическая культура». Основные аспекты в понимании физической культуры.

2. Срочные и кумулятивные биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Их суть. Роль кумулятивных изменений в адаптации организма под влиянием систематической тренировки.

3. Основные формы (виды и разновидности) физической культуры в современном обществе. Отличительные особенности базовой, профессионально-прикладной, оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры, спорта как компонента физической культуры.

4. Планирование как функция менеджмента. Сущность и виды планирования. Процесс планирования. Основные управленческие действия по планированию и организации спортивного мероприятия (соревнования).

5. Специфические и общекультурные функции физической культуры и спорта в современном обществе.

6. Врачебно-педагогический контроль. Основные задачи, форма и структура организации врачебно-педагогического контроля.

7. Федеральный закон «О физической культуре» как законодательная основа управления отраслью. Социальная значимость принятия закона «О физической культуре».

8. Роль олимпийского движения в развитии современного спорта. Олимпийская хартия: ее содержание, история создания, назначение.

9. Государственные и общественные органы управления физической культурой и спортом в России. Основные и специфические функции менеджмента физкультурно-спортивной организации (на примере Федерации по виду спорта).

10. Планирование и контроль в физическом воспитании и спортивной тренировке. Особенности форм и операций перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании.

11. Средства спортивной тренировки и их общая характеристика. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Классификация физических упражнений.

12. Тренировочные эффекты упражнения. Зависимость эффекта упражнения от режима, методов, условий его воспроизведения (общее представление о характере этой зависимости).

13. Особенности процесса вработывания при выполнении различных физических упражнений. Физиологический смысл и адаптивные изменения показателей, характеризующих вработывание.

14. Задачи и содержание спортивного отбора на этапах многолетней спортивной подготовки.

15. Использование закономерностей развития организма в подготовке юных спортсменов. Проявление наследственных и внешних факторов на разных этапах подготовки. Характерные темпы биологического развития и типы адаптации.

16. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Задачи, направленность и примерная величина нагрузки на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

17. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты процесса физического воспитания и спортивной тренировки. Типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения упражнений и между занятиями.

18. Утомление, его причины и следствия. Локализация и физиологические механизмы развития утомления.

19. Восстановление после физической нагрузки: фазы и характеристика физиологических изменений. Методы и приемы, способствующие ускорению восстановления и повышению его эффективности.

20. Острые патологические состояния при спортивной деятельности, механизмы возникновения, признаки, первая помощь и профилактика.

21. Общая характеристика психических состояний и методы их регуляции.

22. Характеристика методов строго регламентированного упражнения и их классификация.

23. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании и спортивной тренировке. Определяющие черты этих методов, возможности, предоставляемые им и ограничения.

24. Физиологическая сущность выносливости. Понятие об общей и специальной выносливости. Физиологические основы развития выносливости в избранном виде спорта.

25. Обще методические принципы физического воспитания (сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности). Основные правила, направления и пути реализации в физическом воспитании и спортивной тренировке этих принципов.

26. Перетренированность и перенапряжение. Основные симптомы, общая направленность лечения, профилактика.

27. Основы методики построения урочных форм занятий в физическом воспитании. Основные характеристики структуры, распределение материала по частям занятия, моторная и общая плотность, динамика нагрузки и порядок чередования с интервалами отдыха.

28. Особенности форм занятий неурочного типа. Отличительные черты неурочных занятий в физическом воспитании («малые» и «крупные» формы). Типичные признаки, отличающие малые формы занятий физическими упражнениями от крупных.

29. Понятие «спортивная форма», закономерности соотношения фаз развития спортивной формы и периодов тренировки. Особенности построения тренировки в различные периоды большого тренировочного цикла (макроцикла).

30. Структура отдельного тренировочного занятия и микроциклов. Основные и дополнительные тренировочные занятия их содержание и направленность. Факторы, влияющие на структуру микроциклов, типы микроциклов.

31. Структура средних циклов тренировки – мезоциклов. Типы мезоциклов, их характеристика и факторы, определяющие целесообразный порядок их чередования.

32. Основные стороны и формы спортивного движения в обществе. Общедоступный спорт и спорт высших достижений; особенности и взаимосвязь этих сторон спортивного движения.

33. Педагогические, медико-биологические и психологические средства восстановления и повышения работоспособности спортсменов.

34. Спортивные травмы, основные причины травматизма в спорте, первая доврачебная помощь, меры профилактики.

35. Суперкомпенсация, условия ее возникновения. Суперкомпенсация как основа биохимической адаптации организма под влиянием систематической тренировки.

36. Сила как одно из проявления функциональных свойств скелетной мышцы. Физиологические механизмы регуляции силы. Адаптация организма к силовой нагрузке. Физиологические закономерности тренировки силы скелетных мышц.

37. Двигательно-координационные способности. Специфическая направленность, средства и основы методики воспитания координационных способностей и их компонентов (способности точно соблюдать и регулировать пространственные параметры движений, способности к рациональному мышечному расслаблению, способности поддерживать равновесие).

38. Перечислите двигательные качества, являющиеся доминирующими в вашем виде спорта. Какие факторы влияют на их развитие и совершенствование.

39. Скоростные способности, факторы, лежащие в их основе. Особенности средств и методики воспитания скоростных способностей в избранном виде спорта.

40. Спортивно-техническая подготовка спортсмена. Задачи и содержание технической подготовки. Состав средств и методов технической подготовки. Этапы технической подготовки. Критерии спортивно-технического мастерства.

41. Тактическая подготовка спортсмена. Понятие «спортивная тактика», общий тактический замысел, тактическая модель, практические компоненты спортивной тактики. Особенности тактики в избранном виде спорта. Задачи и связи тактической подготовки с другими сторонами подготовки спортсмена.

42. Этапы обучения двигательным действиям (задачи, средства, методы). Физиологические закономерности формирования двигательного навыка.

43. Роль комплекса «Готов к труду и обороне» в формировании массового спортивного движения в СССР и России.

44. Системы спортивных соревнований. Типы соревнований и их признаки. Единый спортивный календарь и индивидуализированная система соревнований.

45. Средства и особенности методики направленного воздействия на развитие гибкости в процессе физического воспитания. Правила нормирования нагрузок в упражнениях, стимулирующих развитие гибкости.

46. Принцип максимизации и углублённой индивидуализированной специализации спортивной подготовки. Его основные характеристики и реализация в спортивной практике.

47. Принцип единства общей и специальной подготовки спортсмена. Его основные характеристики и реализация в спортивной тренировке.

48. Принцип перманентности (непрерывности) и цикличности подготовительно-соревновательного процесса. Его основные характеристики и реализация в спортивной практике.

49. Принцип сочетания в процессе спортивной подготовки тенденции постепенности и предельности в наращивании развивающе-тренирующих воздействий. Ступенчатая и волнообразная динамика спортивно-подготовительных нагрузок.

50. Принцип системного сочетания в спортивной подготовке опережающего и адаптивного моделирования соревновательной деятельности. Его основные характеристики и реализация в спортивной тренировке.



51. Принцип относительной избирательности и единства различных сторон подготовленности. Его основные характеристики и реализация в спортивной тренировке.

52. Рациональность и эффективность спортивной техники. Оценка эффективности двигательных действий (реализационная, сравнительная, и абсолютная эффективность) на примере вашего вида спорта.

53. Сила в перемещающих движениях. Особенности взаимодействия звеньев тела в двигательных действиях, требующих максимального проявления силы. Проблема слабого звена.

54. Специальные принципы построения спортивной тренировки (общая характеристика).

55. Техника физического упражнения. Отдельные (пространственные, временные, динамические) и комплексные (ритмические, качественные) характеристики техники физических упражнений.

56. Общая характеристика психических состояний и методы их регуляции.

57. Нагрузка в спортивной тренировке. Характеристика показателей «внешней» и «внутренней» стороны тренировочных и соревновательных нагрузок.

58. Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок и отдыха.

59. Определение понятия «спорт» в узком и широком его понимании. Спорт как собственно-соревновательная деятельность и система подготовки.

60. Оценка функциональной подготовленности организма спортсмена. Основные показатели функциональной подготовленности организма спортсмена и их динамика в спортивном макроцикле.

61. Психологическая подготовка спортсмена. Структура и совершенствование моральных и волевых качеств спортсмена. Структура и совершенствование психических возможностей спортсмена.

62. «Круговая тренировка» в физическом воспитании и спортивной тренировке. Методические варианты «круговой тренировки», направленные на комплексное воспитание физических качеств.

#### Пример задачи:

1. Определите интенсивность по ЧСС, назовите зону интенсивности и преобладающий биоэнергетический источник у спортсмена (лыжника-гонщика), который провёл тренировку с ЧСС в среднем 178 уд/мин (его ЧСС<sub>max</sub> – 200 уд/мин):

Правильное решение задачи: интенсивность находят по процентному отношению ЧСС<sub>тр</sub> к ЧСС<sub>max</sub>.  $I_{чсс} = \text{ЧСС}_{\text{тр}} : \text{ЧСС}_{\text{max}} \cdot 100 \% = 178 : 200 \cdot 100 \% = 89 \%$ , следовательно, нагрузка выполнена в III зоне интенсивности, в которой преобладает смешанное аэробно-анаэробное энергообеспечение.

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

При подготовке к государственному экзамену обучающийся знакомится с перечнем вопросов, вынесенных на государственный экзамен и списком рекомендуемой литературы. Для успешной сдачи государственного экзамена обучающийся должен посетить предэкзаменационную консультацию, которая проводится по вопросам, включенным в программу государственного экзамена.

Обучающемуся на экзамене предоставляется ручка, листы бумаги, калькулятор. Обучающимся и лицам, привлекаемым к ГИА, во время проведения государственных аттестационных испытаний запрещается иметь при себе и использовать технические средства связи.

Государственный экзамен проводится в соответствии с утвержденным расписанием государственной итоговой аттестации. На экзамене обучающиеся получают экзаменационный билет, включающий 2 вопроса и одну задачу или задание.

Устный ответ заслушивается государственной экзаменационной комиссией. В зависимости от полноты и глубины ответа на поставленные вопросы, членами государственной экзаменационной комиссии могут быть заданы дополнительные вопросы.

После заслушивания ответов на вопросы экзаменационных билетов всех обучающихся группы, комиссия принимает решение и выставляет отметки. Результаты государственного аттестационного испытания объявляются в день его проведения всей группе после окончания экзамена.

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

Результаты каждого государственного аттестационного испытания определяются оценками "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно". Оценки "отлично", "хорошо", "удовлетворительно" означают успешное прохождение государственного аттестационного испытания.

Оценка знаний обучающихся производится по следующим критериям:

*Оценка «отлично» и соответствующие ей оценки по пятибалльной шкале (5 баллов) – за глубокие знания всего материала программы подготовки, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений в сфере физической культуры и спорта, корректное употребление терминов, понятий и методологического инструментария спортивной науки, знакомство с оригинальными работами представителей спортивной науки и смежных дисциплин, владение основными положениями смежных дисциплин; логически последовательные, содержательные, полные, конкретные ответы на все вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы членов Государственной экзаменационной комиссии; использование в необходимой мере в ответах на вопросы*

материалов всей рекомендованной литературы.

*Оценка «хорошо» и соответствующие ей оценки по пятибалльной шкале (4 балла)* – за достаточно полные знания всего материала программы подготовки, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений в сфере физической культуры и спорта, корректное употребление терминов, понятий и методологического инструментария спортивной науки; логически последовательные, содержательные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам.

*Оценка «удовлетворительно» и соответствующие ей оценки по пятибалльной шкале (3 балла)* – за знание и понимание основных вопросов программы подготовки; конкретные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах экзаменаторов; наличие отдельных ошибок в употреблении терминов, понятий спортивной науки; при ответах на вопросы основная рекомендованная литература использована недостаточно.

*Оценка «неудовлетворительно» и соответствующие ей оценки по пятибалльной шкале (2 балла)* – за неправильный ответ или отсутствие ответа, грубые ошибки в ответе, непонимание сущности излагаемых вопросов, неправильные ответы на дополнительные вопросы.

При использовании неразрешенных материалов (включая заранее подготовленные ответы на экзаменационные вопросы) и технических средств, подтвержденном членами Государственной экзаменационной комиссии, студент удаляется с экзамена с оценкой «неудовлетворительно». Сдача итогового междисциплинарного государственного экзамена проводится на заседаниях Государственной экзаменационной комиссии с участием не менее двух третей ее состава. Решения Государственной экзаменационной комиссии принимаются на закрытых заседаниях простым большинством голосов членов комиссии, участвующих в заседании. При равном числе голосов, голос председателя является решающим.

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

а) Основная литература:

1. Захарьева, Н.Н. Возрастная физиология спорта : монография : рек. Эмс ИТРРиФ РГУФКСМиТ / Захарьева Н.Н. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - 380 с.: ил.

2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры : [учебник] / Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.: ил
3. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101: рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. – Изд. 5-е, испр. И доп. – М.: Сов. Спорт, 2010. – 340 с.
4. Педагогика физической культуры и спорта: учебник под ред. С.Д. Неверковича .- М.: Издательский центр «Академия», 2010.-336с.
5. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / Г.И. Попова, А.В. Самсонова. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2016. - 315 с.: ил.
6. Психология спорта : монография / под общ. ред. В.А. Садовниченко ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Ин-т чел., Фак. психологии. - М.: [Изд-во МГУ], 2011. - 423 с.: ил
7. Платонов, В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., 2014. - 623 с.

б) Дополнительная литература:

1. Абсалямова, И.В. Педагогический и медико-биологический контроль в фигурном катании на коньках : учеб. пособие для студентов РГУФКСиТ : [рек. Эмс РГУФКСиТ] / И.В. Абсалямова; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Физ. культура, 2008. - 43 с.: табл.
2. Азбука хоккея с шайбой : [пер. со швед. яз.] / авт. проекта Томми Боустедт ; Федер. хоккея Респ. Беларусь, Федер. хоккея Швеции. - Минск: Белорус, энцикл. им. Петруся Бровки, 2011. - 360 с.: ил.
3. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: (Учебное пособие): / О.Е. Афтимичук. – Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. – Кишинев: Ch.: Valinex SA, 2011. – 310 с.
4. Барчукова, Г.В. Теория и методика настольного тенниса: учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.В. Барчукова, В.М.М. Богушас, О.В. Матьцин. - М.: Academia, 2006. - 526 с.: ил.
5. Беляев, А.В. Волейбол : Теория и методика тренировки / А.В. Беляев, Л.В. Булыкина. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 175 с.: ил.
6. Бычков, Ю.М. Тренер в уроке фехтования / Ю.М. Бычков. – М.: Физическая культура и спорт, 2006. – 176 с.
7. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В.Верхошанский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2013. – 216 с.

8. Гавердовский, Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю.К. Гавердовский. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 912 с.
9. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300 : рек. умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры : в 2 т. - М.: Сов. спорт, 2014
10. Демченко, Н.С. Учебно-методическое пособие «Базовые катакиокусинкай», 2017. – 84 с.
11. Иванова, Г.П. Теннис: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100, 032101: доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Г.П. Иванова, Т.И. Князева ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2008. - 207 с.: ил.
12. Игнатьева, В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатьева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
13. Капралов, В.А. Спортивный бильярд / В.А. Капралов. - Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 320 с.: ил.
14. Корольков, А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.
15. Корх, А.Я. Спортивная стрельба: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под общ. ред. А.Я. Корха. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 255 с.
16. Крикуха, Ю.Ю. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля на этапе спортивного совершенствования : учебное пособие / Ю.Ю. Крикуха ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : СибГУФК, 2013. - 136 с.
17. Корольков, А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.
18. Легкая атлетика : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с.: ил.
19. Максимова, М.Н. Многолетняя спортивная тренировка в синхронном плавании: Учебное пособие для студентов РГУФК – М., 2004.

20. Мини-футбол (футзал). Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению «Физическая культура» и специальности «Физическая культура и спорт». / Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев, В.П. Губа. - Советский спорт, 2012. - 554 с.
21. Нестеровский, Д.И. Теория и методика баскетбола : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование" : рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.: ил.
22. Новикова, Л.А. Развитие гибкости в художественной гимнастике: учебно-метод. пособие/ Л.А. Новикова, А.С. Исмаилова. – М., 2016. – 48 с.
23. Оводков А. «Киберспорт как вид спорта: становление и развитие» [Электронный ресурс], 2013 URL: <http://www.team-empire.org/news/1594/>
24. Пожарский, В. Учебник шахмат в партиях чемпионов / В. Пожарский. - Ростов н/Д: Феникс, 2016. - 480 с.: ил.
25. Плавание: учеб. для студентов, обучающихся по дисциплине "Плавание" по направлению подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)" / под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма. - М.: ИНФРА-М, 2017. - 289 с
26. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с
27. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжников в бесснежный период : учебное пособие : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина. – М. : ТВТ Дивизион, 2015. – 144 с.
28. Распопова, Е.А. Прыжки в воду: Учебник для вузов физической культуры. - М.: ФОН, 2000.- 392с.
29. Смирнов, Ю.Н. Бадминтон: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100: доп. УМО высш. учеб. заведений РФ / Ю.Н. Смирнов. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2011. - 245 с.: табл.
30. Современное пятиборье: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / В.П.Киселев. – М.: Советский спорт, 2006. 144 с.
31. Степанов, С. В. Кёкусин каратэ-до: учебное пособие. Измен. и доп. – Екатеринбург: Урал. Ун-та, 2014. – 204 с.
32. Теория и методика футбола: учебник /под общ. Ред. В.П. Губа, А.В. Лексаков.- М.: Спорт, 2015.-568с.
33. Филимонов, В.И. Бокс. Спортивно-техническая и физическая подготовка / В.И. Филимонов // Монография. – М.: ИНСАН, 2000. – 432 с.

34. Фролов С.Н. Методика начального обучения технике водного поло/ С.Н.Фролов., Н.А. Чистова//Учебное пособие для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка». – М.: РГУФКСМиТ. – 2016. – 119 с.
35. Цыганков, Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для студентов вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд., перераб. и доп. / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с.: ил. 184
36. Чумаков, Е.М. Сто уроков САМБО. / Под редакцией С.Е. Табакова.– Изд.6-е, испр. и доп. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 448 с., ил.
37. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо : учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М. : Советский спорт, 2011. - 448 с.
38. Ховард, Г. Техника европейских танцев.-М.:Артис, 2003г.
39. Шилин, Ю.Н. Спортивная стрельба из лука. Теория и методика обучения: (учебное пособие) /Шилин Ю.Н., Белевич Е.Н./; М., ТВТ Девизион, 2011, 280 с.
- в) Шилин, Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба (учебное пособие) /Шилин Ю.Н., Насонова А.А./; М., ТВТ Дивизион, 2012, 319с.

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

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

***Зарубежные базы данных:***

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года





6.	Microsoft Office Access	Система управления базой данных. Устанавливается по мере необходимости использования в образовательном процессе.
7.	Microsoft Visio	Система обработки деловой графики, организационных схем. Устанавливается по мере необходимости.
8.	Microsoft Project	Система управления проектами работ. Устанавливается по мере необходимости.

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

Государственная итоговая аттестация бакалавров в качестве обязательного государственного аттестационного испытания включает защиту выпускной квалификационной работы (ВКР). ВКР является подтверждением соответствия профессиональной подготовленности студентов РГУФКСМиТ квалификационным требованиям федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Тема ВКР должна отражать новейшие достижения и тенденции в развитии отдельных аспектов теории и методики спортивной подготовки в избранном виде спорта. Темы ВКР, по возможности, должны быть связаны с характером будущей профессиональной деятельности и соответствовать целевой подготовке студентов. Возможно применение «сквозного» выполнения ВКР, при котором тема (или ее часть) последовательно разрабатывается в курсовых работах, а затем и в ВКР с постепенным расширением и углублением рассматриваемой проблемы.

При выборе темы необходимо учитывать следующие факторы, играющие существенную роль при написании работы:

- Соответствие темы ВКР основной научно-исследовательской проблеме и педагогической работе кафедры;
- Заинтересованность студента в глубоком изучении тех или иных аспектов соревновательной и тренировочной деятельности, особенностям спортивной подготовки на этапах многолетней подготовки, контроля в спорте;
- Склонность студента к аналитической или практической работе в выбранном направлении исследования;
- Наличие у студента доступа к литературным, нормативно-правовым и прочим источникам информации;
- Наличие у студента ресурсов для выполнения ВКР (база и контингент для проведения исследования; доступ к методикам исследования и

оборудованию для проведения испытаний, тестов и проб и т.д.), а также временных характеристик использования имеющихся ресурсов (возможность проведения исследования в сроки определённые заданием на выполнение ВКР);

- Имеющиеся у студента знания, а также научно-исследовательские и практико-методические умения в сфере физической культуры и спорта.

Защита ВКР проводится на заседании ГИА. Обучающимся и лицам, привлекаемым к ГИА, во время проведения государственных аттестационных испытаний запрещается иметь при себе и использовать технические средства связи.

Защита начинается с представления обучающегося, далее он делает доклад по теме бакалаврской работы. В своем докладе обучающийся раскрывает актуальность выбранной темы, основную цель и обусловленные ею конкретные задачи, освещает научную новизну результатов исследования, обосновывает положения, выносимые на защиту и их практическое использование. Научно-практическую значимость исследования обучающийся подтверждает полученными результатами. Во время доклада автор использует специально подготовленные иллюстративные материалы в виде презентаций и раздаточного материала для членов комиссии. По окончании доклада выпускнику задают вопросы председатель, члены комиссии.

Выпускнику разрешается пользоваться своей работой. По докладу и ответам на вопросы члены комиссии судят о широте кругозора обучающегося, его эрудиции, умении публично выступать и аргументировано отстаивать свою точку зрения при ответах на вопросы.

Результаты защиты ВКР оцениваются по всей совокупности имеющихся данных, в том числе: по содержанию ВКР; по оформлению ВКР; содержанию доклада выпускника; по ответам выпускника на вопросы при защите ВКР;

После выступления всех обучающихся группы, комиссия принимает решение и выставляет отметки. Результаты защиты ВКР объявляются в тот же день.

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

1. Построение многолетнего процесса спортивной тренировки в избранном виде спорта
2. Содержание учебно-тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта.
3. Прогнозирование спортивных достижений в избранном виде спорта.
4. Моделирование соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
5. Модельные характеристики спортсмена в избранном виде спорта.
6. Планирование тренировочных нагрузок в избранном виде спорта.

7. Планирование годового цикла подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.
8. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки спортсменов в избранном виде спорта.
9. Совершенствование физической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта.
10. Совершенствование технической подготовленности спортсменов в избранном виде спорта.
11. Особенности тактической и психологической подготовки спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.
12. Влияние эволюции правил соревнований на технику избранного вида спорта.
13. Содержание тренировочных нагрузок на различных этапах подготовки в избранном виде спорта.
14. Исследование параметров соревновательных нагрузок у спортсменов высокой квалификации в избранном виде спорта.
15. Физическая подготовка юных спортсменов в избранном виде спорта.
16. Техническая подготовка юных спортсменов в избранном виде спорта.
17. Психологическая подготовка юных спортсменов в избранном виде спорта.
18. Психология личности и деятельности тренера.
19. Определение отношений в системе тренер - спортсмен и влияние данного фактора на спортивно-тренировочную и соревновательную деятельность спортсменов высокой квалификации.
20. Развитие физических качеств в избранном виде спорта.
21. Развитие двигательных способностей у юных спортсменов.
22. Обучение отдельным элементам техники в избранном виде спорта.
23. Взаимосвязь показателей физической и технической подготовленности студентов РГУФКСМиТ на примере избранного вида спорта.
24. Оценка специальной физической подготовленности спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта.
25. Оценка технической подготовленности спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта.
26. Спортивный отбор и ориентация в ДЮСШ (на примере избранного вида спорта).
27. Спортивный отбор на этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта.
28. Спортивный отбор в сборные команды в избранном виде спорта.

29. Спортивный талант как фактор достижений высоких спортивных результатов в избранном виде спорта.

30. Основные тенденции развития научных исследований в избранном виде спорта.

Тема, предложенная студентом по согласованию с руководителем выпускной квалификационной работы.

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

### **Основные этапы подготовки и структура ВКР**

Выпускная квалификационная работа бакалавра представляет собой законченную научно-исследовательскую работу экспериментального или аналитического характера, выполненную самостоятельно, в которой рассматривается актуальная и практически значимая проблема сферы физической культуры и спорта.

Выполнение выпускной квалификационной работы целесообразно разделить на несколько этапов.

*Этапы выполнения выпускной квалификационной работы.*

1. Выбор темы ВКР (с учетом научно-практических склонностей студента и наличия материально-технической базы исследования);

2. Составление рабочего плана исследовательских этапов подготовки ВКР;

3. Определение: актуальности, проблемы, объекта, предмета, цели, выдвижение рабочей гипотезы исследования. Формулирование задач, ожидаемой практической и теоретической значимости работы (при наличии);

4. Подбор, изучение и анализ литературных источников и документов;

5. Конкретизация методов и овладение методиками исследования. Определение особенностей организации и проведения исследования;

6. Проведение исследования, в том числе педагогического эксперимента (при его наличии), математико-статистическая обработка, анализ, интерпретация (творческое осмысление) и описание результатов исследования. При написании работы аналитического характера под исследованием следует понимать аналитическую работу, связанную с изучением, преобразованием и осмысливанием разнообразной информации (литературные источники, нормативно-правовые акты, документы и другие источники информации) с целью глубокого и целостного понимания поведения изучаемого объекта и среды его функционирования;

7. Подбор и представление иллюстративного (рисунки, диаграммы, графики и т.д.) материала (в случае необходимости);

8. Подготовка выводов и практических рекомендаций на основе результатов исследования;

9. Написание и оформление чернового варианта ВКР;
10. Подготовка к апробации (предварительной защите): согласие (виза) научного руководителя, доклад, презентация, и т.д.;
11. Конкретизация (исправление) недостатков и, возможно, названия темы по итогам апробации. Конкретизация рабочего плана подготовки ВКР, структурирование параграфов, уточнение отдельных компонентов ВКР;
12. Оформление окончательного варианта ВКР;
13. Подготовка к защите;
14. Публичная защита ВКР перед государственной экзаменационной комиссией.

### **Оформление окончательного варианта ВКР**

Окончательным оформлением выпускной квалификационной работы завершается её написание. Основной текст ВКР должен быть изложен логично, с соблюдением причинно-следственных связей, с условием соблюдения связи одного параграфа с другим и одной главы с другой.

Весь текст ВКР, ссылки на литературу, подписи таблиц и рисунков, список литературы и т.д. должны быть оформлены с обязательным соблюдением определённых требований.

*Требования к структуре работы.*

Работа должна состоять из следующих структурных компонентов:

1. Титульный лист.
2. Оглавление.
3. Введение.
4. Глава 1. Литературный обзор.
5. Глава 2. Цель, задачи, методы и организация исследования.
6. Глава 3. (возможно, Глава. 4) Результаты исследования и их обсуждение.
7. Практические рекомендации.
8. Выводы.
9. Список литературы.
10. Приложения (при необходимости).

*Требования к объёму работы.*

Объём ВКР должен составлять от 50 до 70 машинописных страниц (без учёта приложений и вспомогательных указателей).

По разделам работы, объём составляет:

- Титульный лист – 1 страница; Оглавление – 1-2 страницы;  
Введение – 2-4 страницы;  
Глава 1. Литературный обзор – 20-30 страниц;  
Глава 2. Цель, задачи, методы и организация исследования – 6-8 страниц;  
Глава 3. Результаты исследования – 15-20 страниц; Практические рекомендации – 2-3 страницы;  
Выводы – 2-3 страницы;  
Список литературы – 3-5 страниц;

Приложения – количество страниц не регламентировано;

Последний лист ВКР – 1 страница.

*Требования к форматированию текста.*

Выпускная квалификационная работа должна быть набрана на компьютере в текстовом редакторе Microsoft Word с соблюдением следующих требований:

- Формат бумаги – А4;

- Поля: левое – 3 см, правое – 1 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см;

- Тип шрифта – Times New Roman;

- Размер шрифта – 14;

- Интервал – полуторный;

- Абзац – 1,25 см.;

- Нумерация страниц – сквозная, в верхней части листа, посередине без точки. На титульном листе номер страницы не ставится;

- Каждая структурная часть (**ОГЛАВЛЕНИЕ, ВВЕДЕНИЕ, ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ, ВЫВОДЫ, СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ, ПРИЛОЖЕНИЯ**) начинается с новой страницы.

- Заголовки структурных элементов следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, полужирным текстом;

- Заголовки разделов (**Глава 1, Глава 2, Глава 3**), подразделов (параграфов) печатают с абзацного отступа 1,25 см. строчными буквами с первой прописной буквы без точки в конце, полужирным текстом;

Тексты ВКР размещаются в электронно-библиотечной системе РГУФКСМиТ и проверяются на объём заимствования. Порядок проверки на объём заимствования, в том числе содержательного, выявления неправомерных заимствований устанавливается соответствующими локальными нормативными актами РГУФКСМиТ.

Текст ВКР в формате Adobe Reader после успешного прохождения ее защиты размещается в электронно-библиотечной системе РГУФКСМиТ. Для размещения в электронно-библиотечной системе Университета ВКР в электронном формате Adobe Reader (PDF), записанные на CD-диск (CD-R, CD-RW), передаются сотрудниками соответствующего института на основании акта приема-передачи сотрудникам центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту РГУФКСМиТ в течение двух месяцев после прохождения успешной защиты ВКР.

Дополнительные требования к ВКР отражены в методических материалах для обучающихся по подготовке и процедуре проведения ГИА.

*(Павлов Е. А., Гониянц С. А. Методические рекомендации по выполнению выпускной квалификационной работы (Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр. Форма обучения: очная, заочная, Москва, 2016).*

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

Результаты каждого государственного аттестационного испытания определяются оценками "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно". Оценки "отлично", "хорошо", "удовлетворительно" означают успешное прохождение государственного аттестационного испытания.

***Критерии оценки выпускной квалификационной работы.***

Основными качественными критериями оценки ВКР являются:

- научная новизна и актуальность работы;
- соответствие темы ВКР её содержанию;
- глубина, корректная математико-статистическая обработка данных, обоснованность анализа и интерпретации полученных результатов;
- степень самостоятельности студента, его инициативность, умение обобщать нормативные, научные и иные материалы, делать выводы;
- личный вклад выпускника в разработку поставленных вопросов;
- использование в работе современных методов исследований;
- возможность практического использования результатов работы;
- недостатки работы;
- достаточность использованной отечественной и зарубежной литературы по теме;
- четкость и грамотность изложения материала, качество оформления и представления работы, соответствие оформления ВКР методическим рекомендациям;
- умение вести полемику по теоретическим и практическим вопросам ВКР, глубина и правильность ответов на вопросы членов ГЭК.

Оценки «отлично» заслуживают выпускные квалификационные работы, темы которых представляют научный, методический или практический интерес, свидетельствуют об использовании автором адекватных приемов анализа, современных методов и средств решения поставленных задач.

Структура работы, оцененной на «отлично», должна быть логичной и соответствовать поставленной цели. В её заключении должны быть представлены четкие, обоснованные выводы, вносящие вклад в разрешение поставленной проблемы и намечающие перспективы её дальнейшей разработки.

Работа должна быть написана научным литературным языком, тщательно выверена, научно-справочный аппарат должен соответствовать действующим ГОСТам и настоящим рекомендациям, содержать представление материала в виде схем, таблиц, графиков, матриц, иллюстраций и т.д.

Условием получения отличной оценки являются краткость и логичность доклада студента на публичной защите, в котором отражены основные положения и практическая значимость работы, а также четкие и аргументированные ответы на вопросы членов ГЭК.

В тех случаях, когда выпускная квалификационная работа не в полной мере отвечает перечисленным выше требованиям, она оценивается более низкой оценкой – «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Оценка за ВКР может быть снижена в следующих случаях:

***Недостатки в оформлении ВКР:***

- наличие неисправленных опечаток и пропущенных строк;
- отсутствие названий таблиц, графиков, гистограмм;
- отсутствие пояснений и условных обозначений к таблицам и графикам;
- отсутствие авторской интерпретации содержания таблиц и графиков;
- отсутствие в работе отдельных обязательных компонентов;
- наличие ошибок в оформлении библиографии и ссылок на источники;
- пропуск в содержании отдельных параграфов или даже целых глав;
- и т.п.

***Недостатки введения ВКР:***

- отсутствие или недостаточное обоснование актуальности темы исследования;
- отсутствие или некорректность формулировки проблемы исследования;
- некорректность формулировки цели исследования, определения объекта и предмета исследования;
- отсутствие или некорректность формулировки гипотезы и практической значимости исследования;
- и т.п.

***Недостатки первой главы ВКР:***

- наличие фактических ошибок в изложении «чужих» экспериментальных результатов или теоретических позиций;
- отсутствие упоминаний важных литературных источников, имеющих прямое отношение к решаемой проблеме и опубликованных в доступной для студента литературе не менее пяти лет назад;
- использование больших фрагментов чужих текстов без указания их источника (в том числе – ВКР других студентов);
- отсутствие анализа зарубежных работ, посвященных проблеме исследования;
- отсутствие анализа отечественных работ, посвященных проблеме исследования;
- теоретическая часть не завершается выводами;
- содержание первой главы не отражает название работы;
- отсутствуют логические переходы между параграфами и главами;
- и т.п.

***Недостатки второй главы ВКР:***



- некорректность формулировки задач исследования или их несоответствие цели исследования;
- несоответствие методов исследования, поставленным задачам, отсутствие или некорректность описания методов исследования;
- отсутствие описания организации исследования или нелогичная схема организации исследования;

- и т.п.

***Недостатки третьей и последующих (экспериментальных) глав ВКР:***

- несоответствие параграфов экспериментальных глав задачам исследования;
- отсутствие решения задач исследования в главах или некорректное решение задач;
- отсутствие доказательной базы, должной (корректной) математико-статистической обработки и обоснованности заключений, сделанных в главе;
- отсутствие интерпретации полученных результатов, выводы построены как констатация первичных данных;
- отсутствует сопоставление между собой данных, полученных разными методами;
- отсутствует содержательный анализ полученных данных;
- полученные результаты автор не пытается соотнести с результатами других исследователей, чьи работы он обсуждал в теоретической части;
- и т.п.

***Недостатки практических рекомендаций ВКР:***

- отсутствует связь практических рекомендаций с результатами работы;
- практические рекомендации носят слишком общий, не конкретный характер;
- практические рекомендации основаны на устаревших данных;
- практические рекомендации невозможно применить на практике;
- студент формулирует практические рекомендации, предлагая решения, выходящие за пределы его профессиональной компетентности, например: «расформировать ...», «создать структуру ...», «инвестировать в ...»;
- и т.п.

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

- программное обеспечение ГИА:
  1. Операционная система – Microsoft Windows.
  2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
  3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

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

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

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

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения государственной итоговой аттестации, групповых предэкзаменационных консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Калькуляторы, ручки, бумага.

## **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, прочесть и оформить задание, общаться с членами государственной экзаменационной комиссией);

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.

При реализации ООП (ОПОП) высшего образования 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 / представлении научного доклада об основных результатах подготовленной научно-квалификационной работы (диссертации) - не более чем на 15 минут.

## **6 ЧАСТЬ**

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

#### *6.1. Методические рекомендации по написанию курсовых работ, выпускных квалификационных работ.*

Овладение основами методологии научного познания в процессе изучения различных дисциплин учебного плана – один из основных компонентов профессиональной подготовки современного, творчески мыслящего специалиста. Итогом научно-исследовательской работы студента (НИРС) являются курсовая и затем выпускная квалификационная работа (ВКР) по дисциплине «Теория и методика избранного вида спорта». ВКР защищают на Государственной итоговой аттестационной комиссии (ГИА).

**Курсовая работа** как правило, содержит, анализ не менее 20 литературных источников по выбранной теме. В ней раскрывают уровень разработанности темы по данной научной дисциплине, используя помимо учебника другие публикации.

#### Структура плана курсовой работы

Введение

1. Теоретические основы ... (в соответствии с темой)

1.1.

1.2.

1.3.

2. Разработка состава средств и методов спортивной тренировки... (в соответствии с темой)

2.1. Краткая характеристика периода (этапа) подготовки ....

2.2.

2.3.

Заключение

Список литературы

Приложения

**ВКР** – это научно-исследовательская работа с применением всей совокупности общекультурных и профессиональных компетенций, сформированных в процессе всего периода обучения. По содержанию ВКР и особенно качеству её защиты аттестационная комиссия оценивает уровень профессиональной готовности выпускника к самостоятельной практической деятельности.

Весь ход научного исследования в рамках ВКР можно представить в виде следующей примерной логической схемы:

1. Выбор темы, обоснование её актуальности, новизны, практической значимости.
2. Постановка цели и конкретных задач исследования.
3. Определение объекта и предмета исследования.
4. Подбор и анализ литературы по избранной теме.
5. Выбор методов исследования, обеспечивающих решение поставленных задач.
6. Подбор контингента испытуемых и проведение эксперимента.
7. Математическая обработка экспериментальных данных, составление таблиц, графиков, схем, других иллюстраций.
8. Описание и обсуждение результатов исследования, включая литературную редакцию, распределение всего материала по главам.
9. Формирование выводов и разработка практических рекомендаций.
10. Составление списка использованной литературы по установленной библиографической форме.
11. Подготовка машинописного текста и художественное оформление законченной работы.
12. Презентация ВКР, подготовка доклада и иллюстраций к нему для апробации на кафедре и итоговой защиты на ГИА.

Выбор темы, её понимание – начальный, наиболее важный и ответственный этап исследования. При этом целесообразно ориентироваться на темы курсовых работ и тематику ВКР, рекомендованные Программой дисциплины (более 60 наименований). Лучше брать узкую тему и прорабатывать её более глубоко и детально. При этом очень важно учитывать имеющиеся у студента свои творческие идеи. Это позволяет работать более целеустремленно, с большим интересом обрабатывать и анализировать полученные научные результаты, т.е. переживать состояние, характерное для момента ожидания спортсменом достигнутого спортивного результата на лыжной трассе.

Рекомендуемый объем ВКР – около 40 машинописных страниц. По данной дисциплине традиционно сложилась определенная композиционная схема ВКР, основные структурные части которой имеют следующий порядок расположения и примерный объем:

- Титульный лист – 1 с.
- Содержание/оглавление – 1 с.
- Введение – 3 с.
- Глава 1. Обзор литературных источников – 10 с.
- Глава 2. Цель, задачи, методы, организация исследования – 5 с.
- Глава 3. Результаты исследования, их обсуждение – 14 с.
- Выводы и практические рекомендации – 3 с.
- Список литературы – 3 с.
- Приложение (в объём не включают).

Таким образом, самой объемной должна быть глава 3. Текст печатают на одной стороне стандартного листа белой односортной бумаги формата А4 через 1,5 промежуточных интервала, тип шрифта - Times New Roman. Каждая страница содержит в среднем 30 строк по 60 печатных знаков в строке, включая знаки препинания и пробелы между словами. Высота шрифта 14, размер левого поля 30 мм (его используют для переплётa) верхнего и нижнего полей – по 20 мм. Все страницы обязательно нумеруют, порядковый номер принято ставить в середине верхнего поля. Каждая глава начинается с новой страницы. Это же правило относится и к другим структурным частям работы: содержание/оглавление, введение, выводы и практические рекомендации, список литературы, приложение. После заголовка каждой структурной части точку не ставят. Это правило распространяется и на заголовки таблиц, рисунков.

**Титульный лист** является первой страницей ВКР, он заполняется по установленной форме, отображая в верхней его части полное название вуза, института и профилирующей кафедры. В центре указывают: выпускная квалификационная работа, строчкой ниже тема, далее на отдельной строке направление и профиль подготовки выпускника. Ниже по правому краю раскрывают сведения об исполнителе: фамилия, имя, отчество, студент (ка), курс и специализация. Затем информируют о научном руководителе: фамилия, имя, отчество, занимаемая должность и название кафедры, ученая степень, ученое звание. Внизу титульного листа указывают место (город) и через тире год выполнения работы.

**В содержании/оглавлении** все заголовки начинают с прописной (заглавной) буквы и после каждого из них указывают номер страницы, с которой начинается соответствующий раздел. Заголовки содержания должны точно повторять заголовки в тексте. Сокращать или давать их в другой формулировке по сравнению с заголовками в тексте ВКР недопустимо.

*Введение* – это, пожалуй, самая ответственная и информативная часть ВКР, поскольку содержит все необходимые, кратко изложенные квалификационные характеристики работы: актуальность темы, цель, объект и предмет исследования, гипотезу, научную новизну, практическую значимость, а также положения, выносимые на защиту.

*Актуальность темы* необходимо обосновать достаточно кратко, немногословно. В пределах 6-8 предложений надо подчеркнуть что известно, в чем обнаружена несостоятельность, что пока неизвестно, т.е. раскрыть главное – суть проблемной ситуации в избранной теме, из чего и будет ясна её актуальность.

*Цель исследования* логично вытекает из доказательства актуальности темы во взаимосвязи с названием работы. При её формулировке достаточно к теме ВКР добавить один из глаголов: «исследовать», «проанализировать», «обосновать», «изучить» и др.

*Объект исследования* характеризует генеральную совокупность объектов, из числа которых формируется выборка для проведения конкретного исследования. Например, объект – лыжники-спринтеры высокой квалификации.

*Предмет исследования* определяет тему ВКР. Допустим, предмет – кинематические характеристики техники коньковых ходов лыжников-гонщиков высокой квалификации на спринтерских дистанциях. Объект и предмет исследования соотносятся между собой как общее и частное.

*Гипотеза* формируется в виде научного предположения, вероятность которого может быть проверена только экспериментальным путем. Гипотеза может быть выражена в следующих формах: «Можно предположить, что ... будет способствовать ...», или « ... повлияет на ...», или « ... позволит улучшить ...», или « ... не зависит от ...» и т.д.

*Научная новизна* отображается использованием слова «впервые», далее раскрываются вклад и значимость проведенного исследования для дальнейшего развития взаимосвязанного с темой направления теории и практики лыжных гонок.

*Практическая значимость* представляется научно обоснованными рекомендациями по практическому использованию апробированных в эксперименте методов и средств совершенствования одного из блоков системы подготовки лыжника-гонщика.

*Положения, выносимые на защиту*, формулируют в виде утверждения по выводам, полученным в результате проведенного исследования.

**Глава 1. Обзор литературных источников** – серьезная и весьма ответственная работа, которая должна показать уровень усвоения студентом материалов специальной литературы, его умение систематизировать источники и выделять в каждом из них наиболее существенное во взаимосвязи с избранной темой. Поскольку ВКР посвящается сравнительно узкой теме, литературный обзор следует делать только по вопросам этой темы, а не по всей проблеме в целом. Из прочитанного, особенно в интернет-источниках, в ВКР включают только материал, имеющий непосредственное отношение к теме. Таким образом, при изучении литературы используется не вся информация, а только та, которая позволяет глубже усвоить суть темы и поэтому является ценной и полезной. Критерий оценки прочитанного – возможность его полезного использования в ВКР. Поэтому отбор необходимого материала – непростое дело, не механический, а творческий процесс, требующий вдумчивой, целеустремленной работы.

Ссылки в тексте на источники, используемые в этом и других разделах работы, заключают в квадратные скобки, в которых проставляют цифры, соответствующие порядковому номеру в разделе «Список литературы», например [5] или [1, 8, 38].

Завершается глава 1 заключением о том, что по результатам проведенного анализа литературных источников данная тема ещё не раскрыта, или раскрыта частично, или раскрыта недостаточно глубоко, поэтому и нуждается в дальнейшей научной разработке. С учётом этого и сформулирована цель настоящего исследования.

**Глава 2. Цель, задачи, методы, организация исследования** – основополагающая в ВКР.

*Цель исследования* дублирует формулировку, приведенную во «Введении».

*Задачи исследования* вытекают из поставленной цели. Как правило, формулируют не менее трех решаемых в работе конкретных задач. При перечислении задач обычно используют слова: «определить», «установить», «выявить», «разработать» и т.п. Решение первой задачи чаще всего базируется на материале главы 1. Описание решения второй и последующих задач составляет содержание главы 3. Задачи необходимо формулировать как можно тщательнее, поскольку результаты их решения – это материал для четкого изложения выводов и практических рекомендаций (последняя задача чаще всего предусматривает разработку практических рекомендаций).

*Методы исследования* – необходимое условие достижения поставленной цели, инструмент в добывании фактического материала для решения задач исследования. Выбор адекватных методов определяет общую степень успешности в выполнении ВКР. В любой научной работе, как правило, первым методом исследования является «Анализ литературных источников», а последним – «Метод математической статистики». При



раскрытии каждого метода указывают, какие конкретные показатели исследуют или регистрируют с его помощью, приводят все используемые расчетные формулы и дают пояснение к ним. Например, описывая метод контрольных испытаний, необходимо раскрыть в педагогическом или лабораторном тестировании упражнения, которые обязательно стандартизируют по форме и условиям проведения. Наряду с этим характеризуют назначение каждого теста.

*В организации исследования* указывают количество, спортивную квалификацию, половую принадлежность, возраст, стаж занятий лыжными гонками участников исследования. Описывают каждый из трёх этапов исследования. Первый этап – это выбор темы, сбор и анализ литературных источников по теме, уточнение объекта и предмета исследования, разработка гипотезы, цели и задач исследования. Второй этап предусматривает проведение эксперимента, статистическую обработку, анализ, обобщение и обсуждение результатов. Третий, заключительный, этап включает описание результатов и оформление выполненного исследования с учётом требований к ВКР. При описании этапов указывают также их продолжительность – сроки начала и окончания каждого из них.

**Глава 3. Результаты исследования, их обсуждение** – это описание решения поставленных в работе задач с авторским пояснением и анализом. В текст этой главы необходимо включить не менее двух иллюстраций в виде таблиц, графиков, схем, диаграмм, которые нумеруют арабскими цифрами. Но если в работе одна таблица и один рисунок, то номер не присваивают. Каждая иллюстрация должна соответствовать тексту, в котором на неё делают ссылку в виде заключенного в круглые скобки порядкового номера, например «(рис. 2)». Можно ссылку формулировать в виде оборота: «... как это видно на рис. 2». По осям координат графиков обязательно указывают принятые в тексте условные буквенные обозначения и размерности отложенных величин в общепринятых сокращениях (км, кг, л и др.). Числовые значения масштаба шкал осей координат пишут левее оси ординат и ниже оси абсцисс. Каждой иллюстрации дают соответствующий основному тексту заголовок и располагают его под рисунком. Например:

*Рис. 2. Пульсограмма М. Иванова в финальном туре спринтерской гонки*

Для табличного материала принята следующая форма представления: над правым верхним углом таблицы помещают надпись, например Таблица 2, а посередине страницы пишут тематический заголовок, т.е. его располагают над материалом таблицы. Если таблица не уместится на одной странице, её переносят на следующую. При этом заголовок не повторяют, над таблицей пишут: «Продолжение таблицы 2». Но при переносе обязательно повторяют тематические заголовки вертикальной и горизонтальной граф.

При обсуждении полученные результаты обобщают, сравнивают, сопоставляют с результатами ранее выполненных исследований, обязательно сопровождая этот текст соответствующими библиографическими ссылками.

**Выводы и практические рекомендации** должны иметь логически стройное соответствие с поставленной в работе общей целью, и каждой конкретно сформулированной задачей. Выводы излагают кратко, каждый нумеруют арабскими цифрами. Вывод должен отражать результаты решения конкретной задачи, т.е. решение каждой из поставленных в работе задач обязательно в итоге оформляют формулировкой соответствующего вывода. В дополнение к выводам по задачам допускается приведение 1-2 обобщенных выводов по теме и цели работы.

В практических рекомендациях достаточно подробно раскрывают технологию использования полученных научных результатов, апробированной в эксперименте методики в реальной учебно-тренировочной деятельности специалистов-практиков. Например, предлагают экспериментально выявленный, научно обоснованный, оптимальный вариант построения тренировочного микроцикла на конкретном этапе годового цикла подготовки спортсменов определенной квалификации.

**Список литературы** должен содержать, как правило, не менее 35 источников, он характеризует степень осведомленности студента в имеющемся литературном материале по выбранной теме. Каждый включенный в список литературы источник обязательно должен иметь отражение в тексте ВКР. Работы, на которые нет ссылок в тексте, включая интернет-публикации, в библиографический список не включают.

В ВКР используют алфавитный способ группировки литературных источников, когда фамилии авторов или заглавия (если автор не указан) размещают по алфавиту. При этом разные алфавиты не смешивают, иностранные источники размещают по соответствующему алфавиту после перечня всех работ на русском языке. Используют сквозную нумерацию источников арабскими цифрами, сведения о каждом источнике оформляют в соответствии с установленными требованиями ГОСТа.

Примеры библиографического *оформления монографии* с одним, двумя и более авторами:

Раменская Т.И. Техническая подготовка лыжника / Т.И. Раменская. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 264 с.

Баталов А.Г. Таблицы эквивалентных результатов в лыжных гонках / А.Г. Баталов, К.Н. Спиридонов, Н.А. Храмов, А.В. Кубеев. – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 503 с.

*Оформление статьи из журнала:*

Кобзева Л.Ф. Биомеханические особенности техники конькового и классического лыжных ходов / Л.Ф. Кобзева, В.В. Ермаков // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 12. – С. 22-24.

*Оформление статьи из сборника:*

Захаров А.Д. Актуальные вопросы психологической подготовки лыжников-гонщиков / А.Д. Захаров // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы подготовки лыжников-гонщиков высокой квалификации». – Смоленск, 2011. – С. 77-81.

*Оформление автореферата кандидата наук:*

Бурдина М.Е. Моделирование индивидуальных систем соревнований лыжниц-гонщиц высокого класса в периоды подготовки к чемпионатам мира и Олимпийским играм: автореф. дис... канд. пед. наук / Бурдина Марина Евгеньевна; РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М., 2011. – 23 с.

**Раздел «Приложение»** вводят в ВКР достаточно редко, только в том случае, когда в процессе исследования накоплен какой-то вспомогательный материал. Например, подробное описание конструкции тренажера, измерительного прибора, протокола проведения наблюдений и т.д. При этом каждый материал должен иметь самостоятельный порядковый номер, чтобы он мог найти отражение в тексте в виде ссылки на него.

ВКР студент выполняет под руководством преподавателя-научного руководителя, совместная работа с которым начинается с выбора темы. Уже на этом первоначальном этапе студент, испытывающий трудности, вправе обратиться за консультацией/помощью. В дальнейшем научный руководитель:

- рекомендует необходимую литературу, справочные, архивные, статистические материалы, другие источники по избранной теме, т.к. основные вопросы любой темы обязательно заложены и отражены в более ранних исследованиях;

- проводит систематические консультации/беседы, корректирует содержание каждого раздела с учётом специфики и функционального назначения каждого из них;

- контролирует грамматически выверенный язык, стиль, точность, простоту, ясность изложения текста;

- оценивает качество иллюстративного материала и его взаимосвязь с текстом по результатам исследования;

- проверяет степень соответствия выводов задачам исследования, реализацию выводов и экспериментальных данных в разработанных практических рекомендациях;

- контролирует полное соответствие списка литературы приведенным в тексте источникам;

- оценивает содержание в целом, на этом основании готовит отзыв/дает согласие на представление ВКР к апробации на кафедре и итоговой защите на ГИА.

Поскольку ВКР – это прежде всего квалификационная работа, особое внимание студент совместно с научным руководителем уделяют литературному оформлению, точности и ясности языка, стилю. Именно языково-стилистическая культура ВКР объективно характеризует общий уровень культуры выпускника. Надо использовать простой и понятный язык,

исключать мудреные слова, не употреблять без надобности иностранные слова, особенно при элементарном незнании их смысла, не допускать жаргонные слова вместо соответствующих тщательно продуманных и принятых специальных научных терминов, например, «конёк» вместо «коньковый ход». После компьютерного набора рукопись ВКР обязательно тщательно вычитывают и исправляют все допущенные ошибки. Если ошибка/опечатка обнаружена в уже переплетенной работе, её исправляют от руки чернилами черного цвета.

### ***Порядок защиты выпускной квалификационной работы***

После оформления машинописного текста завершённой ВКР начинается подготовка к её апробации и итоговой защите. Они проходят в формате презентации результатов исследования и доклада продолжительностью до 10 мин. В структурном отношении доклад можно условно разделить на три части. Первая часть повторяет основные положения введения, дополняя его раскрытием задач и методов исследования, характеристикой состава участников исследования. Вторая, самая большая по объему, часть последовательно раскрывает результаты исследования с использованием иллюстративного материала в виде слайдов, таблиц и рисунков. В третьей, заключительной, части доклада перечисляют выводы и основные практически рекомендации. Все наиболее важные положения с помощью компьютера студент выводит на экран, что позволяет в числе профессиональных компетенций оценить уровень владения им навыками пользователя информационных технологий.

Доклад должен быть строго научным, хорошо аргументированным по содержанию. Особенно важно, чтобы речь студента была уверенной, выразительной, грамматически точной и правильной, с соблюдением норм литературного языка, в частности без неправильных ударений в словах, например «трéнеры», а не «трeнерá». Не следует без надобности употреблять иностранные слова, которые зачастую усложняют текст доклада. Зачем, допустим, с трудом произносить, говорить сбиваясь и путаясь «ничего экстраординарного», когда можно внятно и уверенно сказать «ничего особенного», или вместо диверсификация – разнообразие, вместо детерминировать – определять и т.д. В тексте доклада следует подчеркнуть или выделить шрифтом все ключевые слова, а цифры, особенно трех-четырехзначные, записывать прописью, чтобы во время выступления не путаться с падежами и не тратить время на подсчитывание нулей. К примеру: всего было обработано более двухсот (а не 200) результатов соревнований. Выступление, как правило, заканчивают словами: «Благодарю за внимание».

После доклада члены комиссии, как правило, задают студенту вопросы по материалу исследования, процедуре проведения эксперимента, уточнению задач и методов исследования, а также содержанию выводов и практических рекомендаций. Отвечая на вопросы, нужно касаться только существа каждого из них, т.к. четкий, грамотно сформулированный, логично аргументированный ответ на вопрос зачастую исключает последующие. При

этом важно достойно проявлять духовно-нравственные личностные качества, скромность в оценке полученных научных результатов и тактичное, уважительное отношение к задающим вопросы, авторам ранее выполненных исследований. Благоприятному впечатлению и расположению во многом способствует внешний вид студента, его элегантность, аккуратность, подтянутость, скромность и строгость в одежде.

Итоговую дифференцированную оценку Государственная аттестационная комиссия выводит с учётом:

- подготовленности выпускника как личности;
- соответствия представленного машинописного материала требованиям ВКР;
- содержания, выразительности, соблюдения норм литературного языка доклада;
- качества презентационного материала, эффективности его использования в докладе;
- научно-методической аргументированности ответов на вопросы членов ГАК.

Таковы основные структурно-содержательные характеристики и требования, предъявляемые к личности выпускника и его квалификационной работе при защите на ГИА.