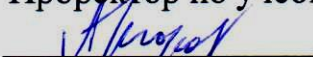



Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Чесноков Николай Николаевич
Должность: ректор
Дата подписания: 14.02.2025 15:29:05
Уникальный идентификатор документа:
5e9ae4b60d16915751e63381ecd1d5aaaf99f38

Министерство спорта Российской Федерации

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«МОСКОВСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

ОДОБРЕНО
на заседании УМК МГАФК
от «18» ноября 2024 г.
протокол № 7/24
Председатель УМК
Проректор по учебной работе
 А.П. Морозов

УТВЕРЖДЕНО
Решением Ученого совета МГАФК
от «25» ноября 2024 г.
протокол № 45
Председатель Ученого совета
Ректор
 Н.Н. Чесноков



**ПРОГРАММА
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
ВЫПУСКНИКОВ**

Направление подготовки
49.03.01 «Физическая культура»
(уровень высшего образования - бакалавриат)

Основная профессиональная образовательная программа
«Физкультурно-оздоровительные технологии»

Форма обучения
Очная/заочная

Малаховка, 2024

Программа государственной итоговой аттестации обновлена на основании решения Ученого совета МГАФК
Протокол № 50 от «24» ноября 2020 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена на основании решения Ученого совета МГАФК
Протокол № 7 от «30» ноября 2021 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена на основании решения Ученого совета МГАФК
Протокол № 19 от «29» ноября 2022 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена на основании решения Ученого совета МГАФК
Протокол № 33 от «27» ноября 2023 г.

Программа государственной итоговой аттестации обновлена на основании решения Ученого совета МГАФК
Протокол № 45 от «25» ноября 2024 г.

Разработчики:

Лопухина Александра Сергеевна – доцент кафедры теории и методики физической культуры, к.пед.н.

Корж Татьяна Вячеславовна – старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры, начальник Учебного отдела

Рецензенты ОПОП:

Желонкина Марина Евгеньевна – генеральный директор АО «СПОРТИНВЕСТ» фитнес-клуб «World Class», г. Жуковский.

Чаплыгина Оксана Сергеевна - начальник отдела по организации спортивной работы Муниципального автономного учреждения Раменского городского округа «Многофункциональный физкультурно-спортивный комплекс «Борисоглебский».

1. Общие положения

1.1. Нормативные документы

Программа государственной итоговой аттестации (далее - ГИА) составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (далее - ФГОС ВО) по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. № 940 (с изменениями и дополнениями от 08.02.2021 г. № 83);
- Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29 июня 2015 г. N 636).

1.2. Цель государственной итоговой аттестации

Целью государственной итоговой аттестации является определение соответствия результатов освоения обучающимися основной профессиональной образовательной программы «Физкультурно-оздоровительные технологии» (далее - ОПОП) требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата).

1.3. Объем государственной итоговой аттестации,

в соответствии с ФГОС ВО составляет – 324 часа (9 зачетных единиц).

1.4 Области профессиональной деятельности выпускников.

Области профессиональной деятельности и сферы профессиональной деятельности, в которых выпускники, освоившие программу бакалавриата (далее – выпускники), могут осуществлять профессиональную деятельность:

01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований);

05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации).

Выпускники могут осуществлять профессиональную деятельность в других областях профессиональной деятельности и (или) сферах профессиональной деятельности при условии соответствия уровня их образования и полученных компетенций требованиям к квалификации работника.

В рамках освоения программы бакалавриата выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

педагогический;
рекреационный;
организационно-методический;
организационно-управленческий;
научно-исследовательский.

2. Требования к уровню подготовленности

Выпускник, освоивший ОПОП, должен обладать следующими компетенциями:

а) универсальные (УК):

УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности.

УК-10. Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению.

б) общепрофессиональные ОПК):

ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-2. Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную

ориентацию в процессе занятий

ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

ОПК-5. Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения

ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни

ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ОПК-8. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга

ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся

ОПК-10. Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта

ОПК-11. Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности

ОПК-12. Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики

ОПК-13. Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта

ОПК-14. Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса

ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий

ОПК-16. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности

в) профессиональные (ПК):

по типам задач профессиональной деятельности:

педагогический

ПК-1. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, средства и приемы организации деятельности обучающихся, методы контроля и оценки результатов освоения дополнительной образовательной программы

рекреационный

ПК-2 Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в организациях различного типа

ПК-3 Способен применять средства и методы физической культуры для коррекции состояния лиц различного пола и возраста с учетом их профессиональной деятельности

организационно-методический

ПК-4 Способен разрабатывать учебно-методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы детей и взрослых

ПК-5 Способен осуществлять методическое сопровождение деятельности специалистов в области физической культуры и спорта

ПК-6 Способен проводить периодический и текущий контроль функционального состояния занимающихся; осуществлять оценку эффективности тренировочного процесса для различного контингента населения и вносить коррективы в содержание программ занятий физической культурой и спортом

ПК-7 Способен разрабатывать программы и вести индивидуальные занятия физической культурой и спортом для различного контингента, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния

организационно-управленческий

ПК-8 Способен обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

ПК-9 Способен управлять эксплуатацией инвентаря и оборудования, используемого для деятельности в области физической культуры и спорта по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях

научно-исследовательский

ПК-10 Способен использовать методы сбора, обработки и анализа информации, необходимой для осуществления профессиональной деятельности, формулировать и представлять обобщения и выводы о достижениях в сфере физической культуры и спорта

3. Виды итоговых аттестационных испытаний

Аттестационные испытания выпускников ФГБОУ ВО МГАФК по направлению 49.03.01 Физическая культура, ОПОП «Физкультурно-оздоровительные технологии» включают:

- сдачу государственного экзамена;
- защиту выпускной квалификационной работы (далее – ВКР), включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты.

3.1. Государственный экзамен

Государственный экзамен предназначен для определения подготовленности выпускника к выполнению профессиональных задач, установленных ФГОС ВО.

Государственный экзамен демонстрирует сформированность универсальных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций, носит междисциплинарный характер и ориентирован на выявление целостной системы сформированности научных знаний, полученных в процессе изучения дисциплин (модулей), имеющих определяющее значение для профессиональной деятельности выпускника.

3.1.1. Процедура экзамена

Государственный экзамен проходит на заседании государственной экзаменационной комиссии (далее - ГЭК). После того как выпускник берет экзаменационный билет (всего 30 билетов), который включает в себя 2 (два) общетеоретических вопроса и 1 (один) вопрос профильной направленности (часть вопросов содержит практические задания), ему предоставляется время для подготовки. После подготовки выпускник отвечает на вопросы билета, члены ГЭК, в случае необходимости, задают ему дополнительные вопросы либо просят пояснить отдельные фрагменты ответов.

Каждым членом ГЭК на каждого выпускника заполняется оценочная ведомость согласно вопросам в билете. По окончании государственного аттестационного испытания, на закрытом заседании членов ГЭК проводится определение общего уровня подготовленности каждого выпускника и принимается решение об оценке за экзамен.

Результаты государственного экзамена объявляются в день его проведения.

3.1.2. Критерии оценки государственного экзамена

Государственный экзамен оценивается по четырехбалльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

«отлично» выставляется в том случае, если, по мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает высокий уровень компетентности, знание материала, учебной и научной литературы, законодательства и практики его применения, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Студент показывает не только высокий уровень теоретических знаний по дисциплинам, включенным в государственный экзамен, но и видит междисциплинарные связи. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы членов комиссии отвечает уверенно, по существу.

«хорошо» выставляется в том случае, если, по мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного материала, учебной и методической литературы, законодательства и практики его применения. Ответ построен логично, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса.

Выпускник знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности при решении практических задач. Вопросы, задаваемые членами экзаменационной комиссии, не вызывают существенных затруднений.

«удовлетворительно» выставляется в том случае, если, по мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные членами комиссии вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные комиссией вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.

«неудовлетворительно» выставляется в том случае, если выпускник показывает слабые знания лекционного и практического материала, учебной литературы, законодательства и практики его применения, низкий уровень компетентности, неуверенное изложение содержания вопросов. Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций и решения задач. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные членами комиссии вопросы или затрудняется с ответом.

3.1.3. Перечень экзаменационных вопросов

1. Физиологическая характеристика работы в зоне умеренной мощности.
2. Сущность процесса воспитания, его особенности и принципы реализации.
3. Физиологическая характеристика работы в зоне большой мощности.
4. Понятие о коллективе, стадии его развития и воспитательная функция. Методы формирования коллектива.
5. Физиологическая характеристика работы в зоне субмаксимальной мощности.
6. Стили педагогической деятельности. Их реализация и оценка в деятельности спортивного педагога.
7. Физиологическая характеристика предстартового состояния спортсменов.
8. Педагогический такт, речь и этикетные нормы в общении спортивного педагога.
9. Физиологические основы утомления спортсменов.
10. Потребности и мотивы при занятиях спортом.
11. Физиологическая характеристика восстановительных процессов.
12. Предсоревновательные психические состояния, методы их регулирования.
13. Функциональные резервы организма спортсмена.
14. Психолого-педагогические особенности личности тренера и его деятельности.

15. Физиологические механизмы и закономерности развития мышечной силы.
16. Понятие волевых качеств спортсмена.
17. Физиологические механизмы и закономерности развития быстроты.
18. Самовоспитание личности в спорте.
19. Физиологическая характеристика и роль разминки.
20. Лидеры в спортивной группе или команде.
21. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.
22. Основные направления деятельности спортивных организаций, осуществляющих менеджмент физической культуры и спорта на федеральном уровне управления (Министерство спорта РФ, ОКР, Общероссийские Федерации по видам спорта и др.).
23. Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.
24. Контрактная система в сфере физической культуры и спорта. Содержание контракта, порядок заключения и расторжения контракта.
25. Физиологические механизмы и закономерности формирования двигательных навыков.
26. Современная система управления физической культурой и спортом в Российской Федерации.
27. Развитие функций внешнего дыхания и газообмена при спортивной тренировке.
28. Общая характеристика правовых основ физкультурно-спортивного движения в России (Конституция РФ, Трудовой кодекс РФ, ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»).
29. Развитие функций кровообращения при спортивной деятельности.
30. Физическая культура как социальная система, ее структура, цель, задачи и принципы функционирования в обществе.
31. Понятие об иммунитете. Виды иммунитета. Нарушения иммунной системы.
32. Содержание оздоровительных технологий физической культуры для укрепления здоровья.
33. Запрещенный список. Классификация допинговых средств и методов, их краткая характеристика, влияние на организм человека.
34. Специфические особенности спортивных соревнований.
35. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Методика проведения и оценка функциональных проб с физической нагрузкой. Инструментальные методы исследования. Спортивное сердце.
36. Факторы, определяющие результативность занятий физическими упражнениями.
37. Внешнее и внутреннее дыхание. Методы исследования системы внешнего дыхания. Показатели функционального состояния и функциональные пробы системы внешнего дыхания.
38. Характеристика этапов спортивной подготовки.

39. Оценка функционального состояния нервной системы. Типы высшей нервной системы по И.П. Павлову. Вегетативная нервная система. Координационная функция нервной системы. Анализаторы. Методы исследования нервной системы.
40. Методы оценки эффективности спортивной тренировки.
41. Отбор и ориентация в спорте.
42. Методы подготовки спортсменов.
43. Врачебно-педагогические наблюдения за спортсменами. Задачи, организация и содержание. Совместная работа врача и тренера в управлении тренировочным процессом.
44. Информационно-коммуникационные технологии сопровождения тренировочного и образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта.
45. Понятие об утомлении и переутомлении. Перетренированность и перенапряжение: причины, признаки и симптомы. Стадии перетренированности. Виды физического перенапряжения: острое и хроническое.
46. Физическая нагрузка, способы ее контроля и регулирования на занятиях физическими упражнениями.
47. Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Внешние причины возникновения болезней. Внутренние условия возникновения болезней.
48. Спортивная тренировка как основная форма подготовки спортсмена.
49. Понятие о травмах. Основные причины спортивного травматизма. Характеристика травм. Первая помощь при травмах.
50. Особенности организации урочных и неурочных форм занятий физическими упражнениями.
51. Неотложные состояния в спорте. Основные причины возникновения, симптомы, профилактика.
52. Материально-техническое оснащение физкультурно-спортивных сооружений для проведения занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.
53. Допинг: определение, нарушение антидопинговых правил. Процедурные вопросы проведения допинг-контроля. Особенности проведения допинг-контроля для несовершеннолетних спортсменов.
54. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года.
55. Средства восстановления работоспособности после физических нагрузок. Классификация средств восстановления и их характеристика. Основные принципы использования восстановительных средств.
56. Обеспечение безопасности занятий физическими упражнениями.
57. Медицинские группы для занятий физической культурой. Их характеристика. Специфика организации и проведения занятий физической культурой в специальных медицинских группах. Общие противопоказания для занятий физической культурой в специальных медицинских группах.

58. Виды и методы педагогического контроля в физическом воспитании.
59. Понятие о здоровье и норме. Компоненты здоровья. Факторы, определяющие индивидуальное здоровье. Показатели общественного здоровья. Категории образа жизни (уровень жизни, качество жизни и стиль жизни).
60. Методы научных исследований в сфере физической культуры и спорта.
61. Место и роль физкультурно-оздоровительных технологий в формировании здорового образа жизни различных контингентов населения.
62. Содержание физической активности человека на разных этапах онтогенеза.
63. Структура и содержание оздоровительной тренировки. Принципы дозирования физической нагрузки в тренировках с оздоровительной направленностью.
64. Классификация средств, применяемых в физкультурно-оздоровительных технологиях.
65. Оздоровительное значение циклических и ациклических физических упражнений, применяемых в физкультурно-оздоровительных технологиях.
66. Методика проведения индивидуальной тренировки в тренажерном зале с лицами, имеющими избыточную массу тела (*практическое задание № 1*).
67. Методика проведения занятий, направленных на профилактику заболеваний опорно-двигательного аппарата, с различным контингентом населения (*практическое задание № 2*).
68. Методика проведения занятий, направленных на профилактику заболеваний сердечно - сосудистой системы, с различным контингентом населения (*практическое задание № 3*).
69. Характеристика современных фитнес-технологий: табата.
70. Характеристика производственной гимнастики для различных групп труда.
71. Характеристика программ аквафитнеса различной направленности для занимающихся с высоким, средним и/или низким уровнями физической подготовленности (по выбору студента) (*практическое задание № 4*).
72. Методика развития выносливости в тренировках оздоровительной направленности у занимающихся 18-19 лет (*практическое задание № 5*).
73. Методика совершенствования силовых способностей в процессе занятий с оздоровительной направленностью у лиц среднего возраста (*практическое задание № 6*).
74. Характеристика современных фитнес-технологий: стретчинг (*практическое задание № 7*).
75. Методика поддержания гибкости и подвижности суставо-связочного аппарата занимающихся у лиц пожилого возраста на оздоровительных занятиях по программе «Активное долголетие» (*практическое задание № 8*).
76. Методика развития координационных способностей школьников 7-10 лет на занятиях по программе дополнительного образования для детей и взрослых (*практическое задание № 9*).
77. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного возраста (*практическое задание № 10*).

78. Организация, средства и особенности методики проведения оздоровительных занятий во внеурочное время со школьниками, имеющими ослабленное здоровье (*практическое задание № 11*).
79. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий с учетом возрастно-половых особенностей для лиц зрелого возраста.
80. Особенности методики проведения физкультурно-оздоровительных занятий с людьми пожилого возраста. Характеристика программы «Активное долголетие».
81. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик: степ-аэробика (*практическое задание № 12*).
82. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик: атлетическая гимнастика (*практическое задание № 13*).
83. Характеристика современных фитнес-технологий: кроссфит.
84. Организация и проведение массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий (*практическое задание № 14*).
85. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик: калланетика (*практическое задание № 15*).
86. Характеристика физкультурно-оздоровительных методик: скандинавская ходьба.
87. Характеристика современных фитнес-технологий: бодифлекс.
88. Характеристика авторской системы оздоровления Бубновского С.М.
89. Организация и проведение массовых спортивных мероприятий с учащейся молодежью (*практическое задание № 16*).
90. Характеристика современных фитнес-технологий: сайкл (*практическое задание № 17*).

3.1.4. Перечень типовых контрольных заданий (практических заданий/ситуационных задач):

Практическое задание №1. Вы - инструктор тренажерного зала в фитнес-клубе. К Вам обратился за помощью клиент. Самостоятельные занятия в течение 3-х месяцев с целью снижения избыточного веса не дали ожидаемого результата. **Данные клиента:** возраст-53 года, рост- 178,5 см, вес 94 кг. **Задание:** составьте индивидуальную программу тренировок для снижения избыточной массы тела и дайте необходимые рекомендации по питанию.

Практическое задание № 2. Вы - инструктор групповых программ в фитнес-клубе по степ-аэробике, пилатесу, фитнес-йоге и аквааэробике. Какие из перечисленных программ будут отвечать задачам профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата у женщин зрелого возраста? Обоснуйте свой выбор.

Практическое задание № 3. Задание: Вы ведете занятия в группе ОФП в физкультурно-оздоровительном комплексе. Составьте конспект основной части оздоровительного занятия (8 упражнений), направленного на профилактику заболеваний сердечно - сосудистых системы

занимающихся в возрасте 45-50 лет. **Оборудование:** спортивный зал, бодибары весом 3-9 кг, медицинболы весом 3-5 кг, фитболы диаметром 75 см.

Практическое задание № 4. Вы работаете инструктором по аквафитнесу. **Задание:** составьте конспект (8 упражнений) основной части занятия аквааэробикой по программе Aqua Advance для занимающихся с высоким, средним и/или низким уровнями физической подготовленности (по Вашему выбору). **Материально-техническое обеспечение:** бассейн, аксессуары для аквааэробики: аква-гантели, перчатки.

Практическое задание № 5. **Задание:** составьте комплекс (6-8 упражнений) основной части оздоровительного занятия в бассейне, направленного на развитие общей выносливости. **Оборудование:** бассейн (25 м x 6 дорожек), ласты, лопатки, нудлы.

Практическое задание № 6. Вы работаете инструктором в тренажерном зале в физкультурно - спортивном комплексе. **Задание:** составьте конспект (7-8 упражнений) основной части тренировочного занятия для женщин 35-40 лет, направленного на развитие силовых способностей. **Материально-техническое обеспечение:** тренажерный зал, кардио тренажеры, блочные тренажеры, свободные веса (штанга, гантели).

Практическое задание № 7. **Задание:** составьте комплекс из 6-8 упражнений основной части занятия по программе «Стретчинг», для девушек 16-18 лет на занятиях по программе дополнительного образования детей и взрослых. **Материально-техническое обеспечение:** спортивно-игровой зал, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические палки.

Практическое задание № 8. Вы работаете инструктором групповых программ по аэробике (пилатес, фитнес-йога, анти-гравити-йога, стретчинг) и аква-фитнесу в фитнес-клубе. Какие из перечисленных программ отвечают задачам поддержания подвижности в суставах у занимающихся пожилого возраста? Обоснуйте свой выбор.

Практическое задание № 9. **Задание:** составьте комплекс упражнений, направленный на развитие координационных способностей школьников 7-10 лет на дополнительных занятиях физической культурой. **Материально-техническое обеспечение:** гимнастический зал с зеркалами, балансировочные платформы и/или диски, гимнастические мячи диаметром 26-28 см, гимнастические скакалки.

Практическое задание № 10. **Задание:** составьте конспект основной части занятия с оздоровительной направленностью для детей старшего дошкольного возраста. **Материально-техническое обеспечение:** зал для физкультурных занятий, оборудованный гимнастической стенкой; спортивный инвентарь: гимнастические обручи, малые мячи (диаметр 20 см), гимнастические скамейки.

Практическое задание № 11. **Задание:** составьте комплекс из 8 упражнений, направленный на профилактику нарушений функций

опорно-двигательного аппарата, учащихся младшего школьного возраста.
Материально-техническое обеспечение: гимнастическая стенка, гимнастические палки и скамейки, медицинболы (весом 1,2,3 кг), фитболы (диаметр 55-60 см), балансировочные платформы.

Практическое задание № 12. Задание: составьте комплекс упражнений (8-12) из программы степ-аэробики.
Материально-техническое обеспечение: гимнастический зал с зеркалами, гимнастические коврики, степ-платформы.

Практическое задание № 13. Задание: составить комплекс упражнений основной части занятия атлетической гимнастикой, направленный на увеличение мышечной массы у мужчин 25-30 лет, используя блочные силовые тренажеры и свободные веса.

Практическое задание № 14. Задание: перечислите необходимые документы для проведения мероприятия «День здоровья» с учащимися 9-11 классов в общеобразовательной школе. Составьте программу данного мероприятия.

Практическое задание № 15. Задание: составьте комплекс из 8 упражнений программы калланетики для девушек 17-19 лет, занимающихся в группе ОФП в физкультурно-оздоровительном комплексе.
Материально-техническое обеспечение: гимнастический зал с зеркалами, гимнастические коврики, гимнастические палки, медицинболы весом 2-5 кг.

Практическое задание № 16. Задание: составьте программу организации и проведения физкультурно-спортивного мероприятия в вузе.

Практическое задание № 17. Задание: составить план-конспект занятия по программе «Сайкл», направленного на совершенствование скоростно-силовых способностей, занимающихся 18-22 лет, имеющих средний уровень физической подготовленности.
Материально-техническое обеспечение: тренажерный зал, сайкл-тренажеры.

3.2. Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа (бакалаврская работа) предназначена для определения исследовательских умений выпускника, глубины его знаний в избранной научной области, относящейся к профилю подготовки, навыков экспериментально-методической работы, освоенных компетенций. Содержание выпускной работы должно соответствовать проблематике дисциплин профессиональной направленности.

В работе выпускник должен показать умение выявлять и грамотно формулировать цели и задачи исследования значимые для теории и практики физической культуры и спорта. На основе анализа учебной, научной и методической литературы, материалов, отражающих практику физкультурно-спортивной деятельности: подбирать адекватные поставленным задачам методы и методики исследования; организовывать и осуществлять экспериментальные исследования; организовывать и проводить аналитическую работу по материалам методических разработок;

осуществлять необходимую обработку полученных результатов; оформлять результаты исследования; делать выводы и давать практические рекомендации.

Работа должна включать разделы с обоснованием выбора темы, ее актуальности. Необходимо указать объект, предмет и рабочую гипотезу, сформулировать цели и задачи исследования. Бакалаврская работа должна включать главы (разделы) с литературным обзором по теме исследования, описанием методов исследования, результатов исследования, выводов и практических рекомендаций, списка использованной литературы.

Выпускная квалифицированная работа может также представлять собой теоретическое исследование и выполняться в форме обобщенного научного реферата с анализом новейших, малодоступных научных работ, связанных единой тематикой и личного опыта. Итогом такой работы должны быть обобщающие выводы, имеющие научное и (или) практическое значение и применение.

3.2.1. Процедура защиты

Защита ВКР проходит публично на открытом (т.е. допускается присутствие всех желающих) заседании государственной экзаменационной комиссии, в которую входят представители разных кафедр, а также приглашенные специалисты отрасли.

Для защиты выпускной квалификационной работы студент должен подготовить демонстрационный материал, основанный на содержащихся в ВКР данных. Иллюстративный материал представляется с использованием мультимедиа проекционного и компьютерного оборудования. На защите ВКР допустимо представление демонстрационного материала в виде отдельных буклетов в качестве раздаточного материала для каждого члена Государственной экзаменационной комиссии.

Весь материал, представленный в электронных презентациях или в буклетах, должен быть идентичен иллюстрациям, содержащимся в выпускной квалификационной работе.

Защита ВКР представляет собой четко регламентированную процедуру:

- секретарь Государственной комиссии объявляет фамилию, имя, отчество студента, название темы ВКР и научного руководителя;
- студент делает доклад с изложением основных положений своей работы;
- члены Государственной экзаменационной комиссии и присутствующие, предварительно ознакомившись с выпускной квалификационной работой и отзывом научного руководителя, выслушав доклад, задают (при необходимости) вопросы, либо просят пояснить отдельные фрагменты положений и выводов по представленной работе. Число вопросов не ограничивается, но они должны касаться только темы ВКР;
- студент отвечает на вопросы сразу и имеет право пользоваться своей работой. Ответы на вопросы должны быть доказательными, теоретически аргументированными и подкреплены фактическим материалом. Полнота ответов в значительной степени влияет на оценку работы;
- ход защиты выпускной работы оформляется протоколом, в котором

фиксируются вопросы, заданные выпускнику, выступления, особые мнения членов Государственной экзаменационной комиссии и присутствующих;
- обсуждение работ и принятие решения об оценке проводится на закрытом заседании ГЭК по окончании процедуры защиты всей группы студентов-выпускников;

Результаты защиты ВКР объявляются в день ее проведения.

В этот же день по результатам государственной итоговой аттестации ГЭК принимает решение о присвоении выпускникам квалификации бакалавр.

Все решения ГЭК оформляются отдельными протоколами.

3.2.2. Критерии оценки ВКР

Выпускная квалификационная работа бакалавра оценивается по четырехбалльной системе («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

При оценке защиты ВКР используются следующие *критерии*:

- **«отлично»** заслуживает работа, в которой дано всестороннее и глубокое освещение избранной темы с учетом отраслевых особенностей, а ее автор показал умение работать с литературой и нормативными документами, и при этом формулировать собственные выводы;

- **«хорошо»** оценивается работа, отвечающая основным предъявляемым к ней требованиям. Выпускник показывает владение материалом, однако, не на все вопросы членов комиссии дает исчерпывающие и аргументированные ответы;

- **«удовлетворительно»** заслуживает работа, если в ней, в основном, соблюдены общие требования, но неполно раскрыты поставленные задачи. Выпускник посредственно владеет материалом, поверхностно отвечает на заданные ему во время защиты вопросы;

- **«неудовлетворительно»** оценивается работа, содержание которой не раскрывает выбранную тему, а также, если в отзыве руководителя имеются принципиальные замечания по ее содержанию, ответы на вопросы членов комиссии неправильны и не отличаются аргументированностью.

3.2.3. Примерная тематика ВКР

1. Миофасциальный релиз как средство повышения уровня физической подготовленности различного контингента занимающихся.

2. Комплексное использование средств аквафитнеса в оздоровительной тренировке занимающихся различных возрастных групп.

3. Исследование влияния занятий физической культурой на динамику функционального состояния организма занимающихся с учетом особенности их профессиональной деятельности.

4. Технология физического воспитания старших школьников с использованием средств аэробики.

5. Повышение уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста средствами фитнеса.

6. Физкультурно-оздоровительные технологии для профилактики нарушений функций внешнего дыхания у дошкольников,

школьников и студентов в образовательном процессе.

7. Физкультурно-оздоровительные технологии для профилактики нарушений зрения у дошкольников, школьников и студентов.

8. Методика развития выносливости мужчин 25-30 лет на занятиях оздоровительной направленности в условиях тренажерного зала.

9. Физкультурно-оздоровительные технологии для оптимизации функций сердечно - сосудистой системы у дошкольников, школьников и студентов в образовательном процессе.

10. Исследование физического развития и двигательной подготовленности дошкольников, школьников и студенческой молодежи.

11. Роль физкультурно-оздоровительных технологий в повышении качества жизни различных контингентов населения.

12. Методика комплексных занятий силовой и кардио направленности с женщинами первого зрелого возраста.

13. Место и роль ВФСК ГТО в формировании двигательной активности различного контингента населения.

14. Использование фитнес-технологий для совершенствования физических качеств, коррекции телосложения и психоэмоционального состояния занимающихся (молодого, среднего и зрелого возраста).

15. Развитие координационных способностей у младших школьников средствами ритмической гимнастики.

16. Профилактика заболеваний и нарушений функций опорно-двигательного аппарата подростков в пубертатный период средствами оздоровительной физической культуры.

17. Физическая подготовка лиц среднего возраста средствами «Cycle» - тренировок.

18. Физическая подготовка студентов на основе спортивных единоборств и боевых искусств.

19. «Cycle» -тренировки как средство физической подготовки занимающихся в возрасте 18-22 лет.

20. Общая физическая подготовка студенческой молодежи средствами тренировок силовой направленности на основе учета их соматотипа.

21. Танцевальные фитнес-технологии как средство физической подготовки занимающихся различного возраста.

22. Дистанционные фитнес-тренировки как средство физической подготовки различного контингента занимающихся.

23. Фитнес-тренировки на нестабильной опоре как средство развития или совершенствования координационных способностей занимающихся различного возраста.

24. Фитнес-тренировки как средство совершенствования физических качеств и способностей квалифицированных спортсменов годичном цикле на подготовки.

4. Список рекомендуемой литературы.

4.1. Основная литература:

1. Анцыперов, В. В. Теория и методика обучения базовым видам спор Гимнастика : учебник-схемокурс. Ч. 1. Общие вопросы теории и методы / В.

В. Анцыперов, Е. А. Широбакина; ВГАФК. - Волгоград, 2013. - Библиогр.: - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения: 05.10.2020). - Режим доступа : для авторизир. пользователей.

2. Булгакова, О. В. Фитнес-аэробика : учебное пособие / О. В. Булгакова А. Брюханова. – Красноярск : Сибирский федеральный университет. - ISBN 978-5-7638-4017-9. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPRBOOKS : [сайт]. UR <https://www.iprbookshop.ru/100144.html> (дата обращения : 26.10.2021). Режим доступа : для авторизир. пользователей.

3. Бурякин, Ф. Г. Физическая культура зрелого и пожилого контингент населения (общие основы теории и практики) : учебное пособие / Ф Бурякин. – Москва : Русайнс, 2017. - 367 с.

4. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юра 2020. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-04492-8 Текст : электронный / ЭБС Юрайт [сайт]. - UR <https://urait.ru/bcode/453843> (дата обращения : 06.10.2020).

5. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472592> (дата обращения: 11.11.2021).

6. Горовая, В. И. Научно-исследовательская работа : учебное пособие для вузов / В. И. Горовая. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14688-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/479051> (дата обращения: 12.04.2021).

7. Григорьев, О. А. Организация физкультурно-оздоровительной работы в детском оздоровительном лагере : учебное пособие для среднего профессионального образования / О. А. Григорьев, Е. А. Стеблецов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 261 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13337-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476551> (дата обращения: 18.11.2021).

8. Дрещинский, В. А. Методология научных исследований : учебник вузов / В. А. Дрещинский. - 2-е изд., перераб. и доп. – Москва. - Издательство Юрайт, 2020. - (Высшее образование). – IS 978-5-534-07187-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - UR <https://urait.ru/bcode/453548> (дата обращения : 06.10.2020).

9. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания и развитие ребенка дошкольного возраста : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11219-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476079> (дата обращения: 11.11.2021).

10. Ким, С. В. Основы научно-методической деятельности педагога сферы физкультурного образования : учебно-методическое пособие / С. В. К СПбГАФК. - Санкт-Петербург, 2003. - Библиогр. : - ISBN 94988-022-6. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная сист ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 06.10.2020). - Режим доступа : для авторизир. пользователей.

11. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры спорта : учебное пособие / О. П. Кокоулина. – Москва : Евразийск открытый институт, 2011. - ISBN 978-5-374-00429-8. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт] URL : <http://www.iprbookshop.ru/11049.html> (дата обращения : 06.10.202 - Режим доступа : для авторизир. пользователей.

12. Кукоба, Т. Б. Фитнес-технологии. Курс лекций : учебное пособие / Т Кукоба. - Москва : Московский педагогический государственн университет, 2020. - ISBN 978-5-4263-0866-4. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт] URL: <https://www.iprbookshop.ru/94691.html> (дата обращения : 26.10.202 – Режим доступа : для авторизир. пользователей. - D <https://doi.org/10.23682/94691>

13. Лаврухина, Г. М. Физкультурно-оздоровительные технологии, диагностика физического состояния населения в оздоровительной физической культуре : учебное пособие / Г. М. Лаврухина, Ю. А. Скачкова НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2014. - Библиогр. : – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМА (МГАФК): [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 21.04.202 - Режим доступа : для авторизир. пользователей.

14. Литвинов, С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование : учебное пособие для вузов / С. А. Литвинов. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 413 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11125-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/474835> (дата обращения: 18.11.2021).

15. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учебное пособие для вузов / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлёва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 138 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07225-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472490> (дата обращения: 18.11.2021).

16. Мухина, М. П. Выполнение курсовой и выпускной квалификационной работы по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Физкультурное образование»: учебно-методическое пособие / М. П. Мухина, Ю. А. Мельникова, А. Ю. Асеева ; под редакцией М. П. Мухина. — 2-е изд. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 100 с. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74261.html> (дата обращения: 16.11.2021). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

17. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента.

Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09443-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/474267> (дата обращения: 12.04.2021).

18. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Никитушкин. - 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт 2020. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07632-5 Текст : электронный//ЭБС Юрайт [сайт]. - UR <https://urait.ru/bcode/453593> (дата обращения : 06.10.2020).

19. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. - 2-е изд., испр. и доп. — Москва. - Издательство Юрайт, 2021. - (Высшее образование) ISBN 978-5-534-07339-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL : <https://urait.ru/bcode/472458> (дата обращения : 26.10.2021).

20. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 246 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08021-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472705> (дата обращения: 11.11.2021).

21. Платонов, Т. В. Физкультурно-оздоровительные технологии : технологии организации физкультурно-оздоровительной деятельности и ЗОЖ среди населения / Т. В. Платонов, Ю. А. Скачков, А. А. Чванов. - Сан Петербург, 2015. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 21.04.2020). - Режим доступа : для авторизир. пользователей.

22. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебное пособие для вузов / С. М. Воронин [и др.] ; под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476476> (дата обращения: 18.11.2021).

23. Рекомендации по написанию и оформлению курсовой работы, выпускной квалификационной работы и магистерской диссертации : учебно-методическое пособие / Е. В. Зудина, Я. Я. Кайль, М. В. Самсонова. — Волгоград : Волгоградский государственный социально-педагогический университет, 2016. - ISBN 2227-8397. — Текст : электронный Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - UR <http://www.iprbookshop.ru/57785.html> (дата обращения:-: 29.01.2020). Режим доступа : для авторизир. пользователей.

24. Степанова, Л.М. Аквааэробика: теоретические и практические аспекты : Допущено УМС ОГПУ в качестве учебного пособия для обучающихся по направлениям подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование, профилю Физическая культура; 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя

профилями подготовки), профилям Безопасность жизнедеятельности и Физическая ' культура, Физическая культура и Дополнительное образование (адаптивное физическое воспитание); 49.03.01 Физическая культура, профилю Физическая культура и спорт / Л.М. Степанова .— : Оренбург, 2020 .— 77 с. : ил. — URL: <https://lib.rucont.ru/efd/718430> (дата обращения: 11.11.2021)

25. Таланцев, А. Н. Рекомендации обучающимся по подготовке государственному экзамену и защите выпускной квалификационной работы : учебно-методическое пособие / А. Н. Таланцев, А. С. Солнцева. - Малаховка, 2017. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК): [сайт]. – URL : <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 26.10.2021). - Режим доступ : для авторизир. пользователей.

26. Темерева, В. Е. Биомеханика двигательной деятельности : учебно-методическое пособие / В. Е. Темерева, Г. Е. Шульгин. - МГАФК Малаховка, 2015. - 144 с. : табл. - Библиогр.: - С. 142. - 198.

27. Третьякова, Н. В. Теория и методика оздоровительной физической культуры : учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. Кетриш; под редакцией Н. В. Третьякова. - Москва: Издательство «Спорт», 2016. - ISBN 978-5-906839-23-7. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — UR <https://www.iprbookshop.ru/55566.html>(дата обращения : 26.10.2021). Режим доступа : для авторизир. пользователей.

28. Тулякова, О. В. Комплексный контроль в физической культуре и споте : учебное пособие / О. В. Тулякова. – Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. - ISBN 978-5-4497-0494-8. – Текст : электронный // Электрон библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - UR <http://www.iprbookshop.ru/93804.html> (дата обращения : 27.10.2020). Режим доступа : для авторизир. пользователей.

29. Факторович, А. А. Педагогические технологии : учебное пособие для вузов / А. А. Факторович. - 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 128 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-098 7. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. -UR <https://urait.ru/bcode/452715> (дата обращения : 27.10.2020).

30. Якубенко, Я. Э. Методика дистанционного обучения физической культуре : учебное пособие для вузов / Я. Э. Якубенко, Е. В. Конеева ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14926-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/485698> (дата обращения: 18.11.2021).

4.2. Дополнительная литература:

1. Власова, Е. М. Подвижные игры и игровые упражнения в школьной системе физического воспитания : учебное пособие. - ВЛГАФК.-Великие Луки, 2011.

2. Выготский, Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. - Москва: Юрайт, 2017. - 198 с. - Библиогр. : С. 193-199. - ISBN 978-5-534-02351-0

3. Городничев, Р. М. Физиология силы : монография / Р. М. Городничев, В. Н. Шляхтов. - ВЛГАФК. – Москва : Спорт, 2016. - 227 с.: ил. - Библиогр.: С.

205-227. - ISBN 978-5-906839-71-8

4. Камакин, О. Н. Организация досуга учащихся. 5-11 классы : игры, эстафеты, туристические старты и слеты / О. Н. Камакин. – Изд. 2-е. – Волгоград : Учитель, 2013. – 135 с. – ISBN 978-5-7057-2689-9: 92.70.

5. Комплекс упражнений по системе пилатеса для профилактики функциональных нарушений позвоночника у студентов : методические указания / составители Е. В. Филюшкина [и др.]. - Самара : Самарский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2019. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. - URL: <https://www.iprbookshop.ru/111619.html> (дата обращения : 26.10.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей

6. Кузьменко, М. В. Фитбол : 250 упражнений и игр для дошкольников : учебно-методическое пособие для студентов вузов физической культуры и специалистов дошкольного образования / М. В. Кузьменко, Л. В. Касап.- МГАФК.- Малаховка, 2012.

7. Лукьянова, Е. В. Методика рекреативно-оздоровительных занятий с учащимися младших классов со слабой степенью миопии : дис. ... канд. пед. Наук : 13.00.04 / Е. В. Лукьянова; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка, 2017. - 177 с.

8. Медведева, Е. Н. Детский фитнес коррекционно-развивающей направленности : учебное пособие / Е. Н. Медведева, Е. Ю. Смирнова, Т. К. Сахарнова. - НГУФК им. П. Ф. Лесгафта. - Санкт-Петербург, 2014. - ил. - Библиогр. : - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 21.04.2020). - Режим доступа : для авторизир. пользователей

9. Менхин, Ю. В., Менхин, А. В. Комбинированные и комплексные упражнения : учебное пособие.- МГАФК.-2-е изд.- Малаховка, 2006.- 64 с.

10. Никитушкин, В. Г. Метаучение о воспитании двигательных способностей : монография / В. Г. Никитушкин, Г. Н. Германов, Р. И. Купчинов. - Воронеж, 2016. - 508 с. : ил. - Библиогр. : с. 473-505. - ISBN 978-5-87172-083-7

11. Оздоровительная тренировка лиц зрелого возраста: направленность, содержание, методики : монография / С. В. Савин [и др.]; МПГУ. - Москва, 2017. - 198 с. - Библиогр.: с. в конце каждой главы. - ISBN 978-5-4263-0492-5

12. Садовников, Е. С. Системные механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий / Е. С. Садовников; Волгогр. гос. ун-т // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2013. - № 7. - С. 121-127. - Библиогр. : с. 127.

13. Сираковская, Я. В. Развитие координационных способностей у школьников средних классов на основе совершенствования функций сенсорных систем : монография / Я. В. Сираковская, О. В. Ильичёва. - МГАФК. - Малаховка, 2017. – Текст : электронный // Электронно-библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) : [сайт]. - URL: <http://lib.mgafk.ru> (дата обращения : 22.04.2020). - Режим доступа : для авторизир. пользователей

14. Сираковская, Я. В. Развитие координационных способностей у школьников средних классов на основе совершенствования функций

сенсорных систем : монография / Я. В. Сираковская, О. В. Ильичёва; МГАФК. - Малаховка, 2017. - 163 с. - Библиогр. : с. 135-146. - ISBN 978-5-00063-018-1

15. Сопов, В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности : учебное пособие / В. Ф. Сопов; РГУФК. – Москва : Академический Проект: Трикста, 2005. - 128 с.: ил. - Библиогр. : с. 118-120. - ISBN 5-8291-0589-6: 79.69.

16. Спортивно-оздоровительный атлетизм : сборник научных трудов / СПбГУФК; под ред. Г. П. Виноградова. - СПб., 2006. - 95 с. - б/ц.

17. Хуббиев, Ш. З. Структура индивидуальной оздоровительной программы по физической культуре и технология ее разработки / Ш. З. Хуббиев, С. Ш. Намозова, Т. Л. Незнамова; С.-Петерб. гос. ун-т// Теория и практика физической культуры. - 2015. - № 3. - С. 27-30. - Библиогр.: с. 30.

18. Якушева, А. Н. Коррекция функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата у пациентов с дорсопатиями поясничного отдела позвоночника методом линейной миофасциальной гимнастики : автореф. дис. ... канд. биол. Наук : 14.03.11 / А. Н. Якушева. - УралГУФК. - Челябинск, 2017. - 22 с. - Библиогр. : с. 20-22.

19. Янда, В. Функциональная диагностика мышц : учебное пособие / В.Янда. - Москва : Эксмо, 2010.-349 с. : ил.- (Цветные иллюстрированные медицинские атласы).- Библиогр. : с. 350.- ISBN 978-5-699-41595-3 : 1001.00.

4.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», информационно-справочных и поисковых систем, профессиональных баз данных:

1. Антиплагиат: российская система обнаружения текстовых заимствований <https://antiplagiat.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/>
3. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
4. Московская государственная академия физической культуры <https://mgafk.ru/>
5. Образовательная платформа МГАФК (SAKAI) <https://edu.mgafk.ru/portal>
6. Сервис организации видеоконференцсвязи, вебинаров, онлайн-конференций, интерактивные доски МГАФК <https://vks.mgafk.ru/>
7. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
8. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
9. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>
10. Электронная библиотечная система ЭЛМАРК (МГАФК) <http://lib.mgafk.ru>
11. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://urait.ru/>
12. Электронно-библиотечная система Elibrary <https://elibrary.ru>
13. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru>

14. Электронно-библиотечная система РУКОНТ <https://lib.rucont.ru>
15. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://minobrnauki.gov.ru/https://minobrnauki.gov.ru/>
16. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки <http://obrnadzor.gov.ru/ru/>
17. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
18. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru>
19. Федеральный центр и информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
20. Министерство спорта Российской Федерации <https://minsport.gov.ru>

5. 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 и мультимедийным оборудованием.
3. Калькуляторы, ручки, бумага.

6. 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 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 комиссий);
- 3) пользование необходимыми выпускникам техническими средствами при прохождении ГИА с учетом их индивидуальных особенностей; обеспечение возможности беспрепятственного доступа выпускников в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, 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 не позднее чем за 3 месяца до начала ГИА, подают письменное заявление о необходимости создания для них специальных условий при проведении ГИА. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей.

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

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

минут;

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

7. Рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену и защите выпускной квалификационной работы

Государственная итоговая аттестация проводится государственными экзаменационными комиссиями, формируемыми академией в целях определения соответствия результатов освоения обучающимися основных профессиональных образовательных программ высшего образования (далее – ОПОП ВО) требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

К государственной итоговой аттестации допускаются обучающиеся, не имеющие академических задолженностей и в полном объеме выполнившие учебный план (или индивидуальный учебный план) по конкретной ОПОПВО.

Государственная итоговая аттестация обучающихся в Московской государственной академии физической культуры включает сдачу государственного экзамена и защиту выпускной квалификационной работы (далее вместе - государственные аттестационные испытания).

Государственный экзамен проводится в форме междисциплинарного по нескольким дисциплинам и (или) модулям конкретной ОПОП ВО, результаты освоения которых, имеют определяющее значение для профессиональной деятельности выпускников. Государственный экзамен проводится в соответствии с Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата и программам магистратуры, реализуемым в ФГБОУ ВО Московской государственной академии физической культуры».

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

Вид выпускной квалификационной работы, требования к ней, порядок ее выполнения и критерии ее оценки установлены локальным нормативным актом Московской государственной академии физической культуры - «Положение о выпускной квалификационной работе».

Результаты каждого государственно аттестационного испытания определяются оценками: «отлично», "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно".

Оценки "отлично", "хорошо", "удовлетворительно" означают успешное прохождение государственного аттестационного испытания.

Особенности организации и проведения аттестационных испытаний

Порядок проведения и программы государственной итоговой аттестации доводятся до сведения обучающихся всех форм обучения не позднее, чем за полгода до начала государственной итоговой аттестации.

Студентам создаются необходимые для подготовки условия: проводятся обзорные лекции и консультации по вопросам

утвержденной программы государственных экзаменов в объеме, не менее 6 часов.

По результатам освоения ОПОП деканаты факультетов / отдел магистратуры готовят проекты приказов о допуске обучающихся к государственной итоговой аттестации.

Списки студентов, допущенных к государственной итоговой аттестации, утверждаются приказом ректора Московской государственной академии физической культуры.

Списки студентов, допущенных к государственной итоговой аттестации, объявляются не позднее, чем за 7 дней до начала государственной итоговой аттестации.

Не позднее, чем за 30 календарных дней до проведения первого государственного аттестационного испытания приказом ректора утверждается расписание государственных аттестационных испытаний, в котором указываются даты, время и место проведения государственных аттестационных испытаний и предэкзаменационных консультаций.

Расписание доводится до сведения обучающихся, членов государственных экзаменационных комиссий и апелляционных комиссий, секретарей государственных экзаменационных комиссий, руководителей и консультантов выпускных квалификационных работ.

При формировании расписания государственной итоговой аттестации устанавливается перерыв между государственными аттестационными испытаниями продолжительностью не менее 7 календарных дней.

За каждой государственной экзаменационной комиссией закрепляется аудитория, которая соответственно оформляется: оборудуются места для членов комиссии, определяются места для студентов.

В день экзамена списки студентов по экзаменационным комиссиям вывешиваются специалистами деканатов/отдела магистратуры на двери аудитории, где работает экзаменационная комиссия. Единовременно в аудиторию приглашаются студенты в количестве 6-8 человек.

Во время проведения государственных аттестационных испытаний обучающимся запрещается иметь при себе и использовать средства связи.

Также запрещается применение сдающими государственный экзамен, конспектов, шпаргалок, независимо от типа носителя информации, а также любых технических средств, средств передачи информации и подсказок.

Государственные аттестационные испытания

Государственный экзамен

Государственный экзамен является квалификационным и предназначен для определения теоретической и практической подготовленности выпускника к выполнению профессиональных задач, установленных ФГОС ВО.

Государственный экзамен демонстрирует сформированность общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций,

носит комплексный характер и ориентирован на выявление целостной системы сформированности научных знаний.

Процедура экзамена

Государственный экзамен проходит на заседании государственной экзаменационной комиссии (далее - ГЭК). После того как выпускник берет экзаменационный билет, который включает в себя 3 (три) вопроса: 2 (два) общетеоретических и 1 (один) - профильной направленности, ему предоставляется время для подготовки.

После подготовки выпускник в устной форме отвечает на вопросы билета, члены государственной экзаменационной комиссии в случае необходимости задают ему дополнительные вопросы либо просят пояснить отдельные фрагменты ответа.

Каждым членом ГЭК на каждого выпускника заполняется оценочная ведомость согласно вопросам в билете. По окончании государственного аттестационного испытания, на закрытом заседании членов ГЭК проводится определение общего уровня подготовленности выпускника и принимается решение об оценке за экзамен.

Результаты государственного экзамена объявляются в день его проведения.

Критерии оценки государственного экзамена

Государственный экзамен оценивается по четырех балльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Критерии оценивания:

Оценка **«отлично»** выставляется в том случае, если, по мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает высокий уровень компетентности, знание материала, учебной и научной литературы, законодательства и практики его применения, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Студент показывает не только высокий уровень теоретических знаний по дисциплинам, включенным в государственный экзамен, но и видит междисциплинарные связи. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументировано формулирует выводы. На вопросы членов комиссии отвечает уверенно, по существу.

Оценка **«хорошо»** выставляется в том случае, если, по мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного материала, учебной и методической литературы, законодательства и практики его применения. Ответ построен логично, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Выпускник знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности при решении практических задач. Вопросы, задаваемые членами экзаменационной комиссии, не вызывают существенных затруднений.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется в том случае, если, по

мнению всех членов государственной экзаменационной комиссии, выпускник показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные членами комиссии вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные комиссией вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется в том случае, если выпускник показывает слабые знания лекционного и практического материала, учебной литературы, законодательства и практики его применения, низкий уровень компетентности, неуверенное изложение содержания вопросов. Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций и решения задач. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные членами комиссии вопросы или затрудняется с ответом.

При ответе на тот или иной вопрос необходимо раскрыть:

- существенные признаки, касающиеся явлений и процессов, отмеченных в вопросе; обозначить основные понятия, связанные с ними, дать их качественную характеристику. Важно осознанно использовать разнообразные определения рассматриваемого понятия, сопоставляя их;
- круг явлений, связанных с обозначенной в вопросе проблемой. Показать роль и значимость проблемы в науке и практике;
- историческую логику и аспекты разработки конкретной проблемы, о которой идет речь в вопросе;
- систему объективных и субъективных влияний (факторов, форм, методов, средств, условий и др.) для проявления тех или иных социально – педагогических явлений и развития проблемы;
- конкретные примеры, иллюстрирующие изложение вопроса (материалы, исследования, факты, ситуации и т.п.).

Таким образом, опираясь на знания, полученные в ходе обучения студенты должны раскрыть основные понятия, обосновать актуальность проблемы в связи с современным видением ее решения.

Рекомендации по подготовке к ответу

После того как Вы взяли экзаменационный билет займите свое место за учебным столом и начинайте подготовку. Подготовка к ответу составляет 30-40 минут:

1. Внимательно прочтите содержание вопроса, остановитесь на ключевых словах. Постарайтесь вспомнить суть информации, раскрывающей вопрос, стараясь зрительно представить все элементы системы, о которой идет речь, их функции, связи между ними, нормы функционирования и основные свойства системы.
2. Сделайте краткие записи, структурируйте информацию и мысленно проговорите ответ. Составьте письменный план ответа, наметив ключевые

моменты и их взаимосвязь. Наполните план конкретными фактами.

3. Если не все удастся вспомнить, можно использовать следующий прием: страница делится на две части: один столбец – «Знаю», второй – «Не знаю». Запишите в левой части страницы любые сведения (имеющие отношение к вопросу), которые удалось вспомнить. По мере вспоминания – переносите содержание в правый столбик. После 10 – 15 минут такой работы – все перепишите на чистовик, выстраивая ответ в логической последовательности и мысленно проектируя свой ответ.

4. Обратите внимание на то, что скажете в начале ответа. Лучше начинать изложение с того, в чем есть глубокая уверенность. Этим можно произвести благоприятное впечатление на экзаменаторов.

5. Продумайте заключительные фразы ответа. Хорошо, если удастся подытожить то, что уже было сказано.

Рекомендации к ответу на экзаменационный билет

Продолжительность ответа на экзамене – как правило, составляет 20 минут.

1. Отвечайте по существу вопроса, а не подменяйте его ответом на другой вопрос. В противном случае экзаменаторы заметят, что речь идет не о том, о чем спрашивается и сделают вывод о плохом знании курса или не понимании сути вопроса.

2. Не молчите. Лучше несколько раз повторить одну и ту же мысль в разных вариантах, конкретизируя ее практическими примерами, чем безмолвствовать. Длинные паузы, молчание вместо ответа – воспринимаются экзаменаторами как свидетельство плохой подготовки и отсутствия необходимых знаний.

3. Проявляйте уважение к экзаменационной комиссии:

- если вопрос не понятен, переспросите или уточните его;
- внимательно, не перебивая, выслушивайте реплики экзаменаторов;
- демонстрируйте знание правил ведения деловой беседы, умение выслушивать собеседника и вести диалог, что также является свидетельством качества Вашей профессиональной подготовленности.

Организация подготовки к государственному экзамену

К экзамену и подготовке к нему нужно относиться как к важной части обучения, как к возможности саморазвития, а не как к препятствию, которое нужно преодолеть:

- постройте свой режим дня таким образом, чтобы было достаточно времени для полноценного отдыха. Не экономьте время на сне, так как это может снизить продуктивность интеллектуальной деятельности;
- определите для себя кратковременные периоды для отдыха (10-15 минут) при проведении подготовки. Отвлечитесь, сделайте несколько простых физических упражнений, что позволит лучше усвоить материал, ежели Вы будете сидеть несколько часов за учебником, не вставая с места;
- учите (повторяйте) материал последовательно, возвращаясь к каждому вопросу до трех раз (ознакомление – подробное изучение - повторение) – так более эффективно усваивается информация;
- если есть возможность, готовьтесь к экзамену группой в 3-4 человека, так как

можно распределить вопросы, которые каждый индивидуально подготовит, чтобы позже заниматься взаимно обучением. Можно также зачитывать ответы вслух, а затем – поочередно их проговаривать;

- учить материал эффективнее не по вопросам, а по смысловым разделам.

Обратите внимание на связь различных вопросов, – какие знания можно применять к ответам на самые разные вопросы в рамках курса;

- полезно делать мини – ответы, схематичные изображения и краткие записи ответов для осмысления и систематизации содержания вопросов;

- настройтесь на успех – это повышает уверенность и отражается на качестве ответа.

Работа с учебной литературой (конспектом)

1. Подготовьте необходимую информационно-справочную (словари, справочники) и рекомендованную научно-методическую литературу (учебники, учебные пособия) для получения исчерпывающих сведений по каждому экзаменационному вопросу.

2. Уточните наличие содержания и объем материала в лекциях и учебной литературе для раскрытия вопроса (беглый просмотр записей лекций или учебных пособий). Подготовка к раскрытию проблемы по разным источникам – залог глубокой и основательной подготовки.

3. Дополните конспекты недостающей информацией по отдельным аспектам, без которых невозможен полный ответ, используйте цветные, шрифтовые выделения, а также схемы, графики, таблицы – это помогает лучше запомнить материал.

4. Распределите весь материал на части с учетом их сложности, составьте график подготовки к экзамену, предусматривающий переключение с труда на отдых.

5. Подготовьте рабочее место для занятий: порядок, чистота, удобство, наличие канцелярских принадлежностей в хорошем состоянии и в нужном количестве.

6. Перенесите по возможности все дела и встречи, отвлекающие от подготовки на после экзаменационный период.

7. Внимательно прочтите материал конспекта, учебника или другого источника информации, с целью уточнений отдельных положений, структурирования информации, дополнения рабочих записей.

8. Повторно прочтите содержание вопроса, пропуская или бегло просматривая те части материала, которые были усвоены на предыдущем этапе.

9. Прочтите еще раз материал с установкой на запоминание. Запоминать следует не текст, а его смысл и его логику. В первую очередь необходимо запомнить термины, основные определения, понятия, законы, принципы, аксиомы, свойства изучаемых процессов и явлений, основные влияющие факторы, их взаимосвязи.

10. Многократное повторение материала с постепенным «сжиманием» его в объеме способствует хорошему усвоению и запоминанию.

11. В последний день подготовки к экзамену проговорите краткие ответы на все вопросы, а на тех, которые вызывают сомнения, остановитесь более подробно.

12. Накануне дня экзамена обеспечьте нормальный режим сна. Утром – бегло просмотрите все вопросы, мысленно кратко ответьте на них и уверенно идите на экзамен.

Выпускная квалификационная работа

Защита выпускной квалификационной работы (далее – ВКР) – это завершающий этап государственной итоговой аттестации выпускников.

Она проходит в соответствии с расписанием с участием той же экзаменационной комиссии, которая принимала государственный экзамен.

Под защитой выпускной квалификационной работы понимается защита научной проблемы, теоретического или экспериментально-практического исследования одной из актуальных тем в области будущей профессиональной деятельности.

Защита ВКР – это открытое мероприятие, на котором могут присутствовать студенты и преподаватели академии, представители работодателей и организаций, деятельность которых связана с проблемами, рассматриваемыми в работе.

Защита квалификационных работ осуществляется на открытом (публичном) заседании Государственной экзаменационной комиссии (ГЭК) с применением презентационных технологий.

Процедура защиты ВКР

Защита ВКР проходит публично на открытом (т.е. допускается присутствие всех желающих) заседании Государственной экзаменационной комиссии, в которую входят представители разных кафедр, а также приглашенные специалисты отрасли.

Для защиты выпускной квалификационной работы студент должен подготовить демонстрационный материал, основанный на содержащихся в ВКР данных.

Иллюстративный материал представляется с использованием мультимедиа проекционного и компьютерного оборудования.

На защите ВКР допустимо представление демонстрационного материала в виде отдельных буклетов в качестве раздаточного материала для каждого члена Государственной экзаменационной комиссии.

Весь материал, представленный в электронных презентациях или в буклетах, должен быть идентичен иллюстрациям, содержащимся в выпускной квалификационной работе.

Процедура защиты представляет собой четко регламентированную процедуру:

Выпускник передает в комиссию раздаточный материал (аппаратура для презентаций уже настроена и предварительно на «рабочий стол» компьютера скопирован материал доклада) и занимает место за кафедрой;

- секретарь Государственной комиссии объявляет фамилию, имя, отчество студента, название темы ВКР и научного руководителя;
- студент делает доклад с изложением основных положений своей работы в течении 7-10 минут;

- члены Государственной экзаменационной комиссии и присутствующие, предварительно ознакомившись с выпускной квалификационной работой и отзывом научного руководителя, выслушав доклад, задают (при необходимости) вопросы, либо просят пояснить отдельные фрагменты положений и выводов по представленной работе. Число вопросов не ограничивается, но они должны касаться только темы ВКР.
 - студент отвечает на вопросы сразу и имеет право пользоваться своей работой. Ответы на вопросы должны быть доказательными, теоретически аргументированными и подкреплены фактическим материалом. Полнота ответов в значительной степени влияет на оценку работы.
 - после того, как все вопросы членов комиссии исчерпаны, председатель объявляет, что защита закончена;
 - выпускник по своему желанию может выйти из аудитории или остаться на защиту своих сокурсников;
 - обсуждение работ проводится на закрытом заседании ГЭК по окончании процедуры защиты всей группы студентов-выпускников.
- Результаты защиты объявляются в день ее проведения.

Подготовка к защите ВКР

Защита выпускной квалификационной работы представляет собой доклад, который содержит наиболее важные тезисы и выводы работы. Содержание доклада строится в соответствии с логикой и последовательностью изложения материала в квалификационной работе. Доклад необходимо подготовить заранее.

Для написания доклада в защиту выпускной квалификационной работы обычно используются введение (с указанием предмета и объекта исследования, рабочей гипотезы, задач и методов исследования) и заключение работы. Поэтому целесообразно особенно тщательно проработать именно введение и заключение, затем пройтись по тексту работы, тезисно выбирая моменты, важные для раскрытия темы ВКР.

Готовясь к защите выпускной квалификационной работы, полезно также сделать раздаточный материал для членов Государственной экзаменационной комиссии. Для этого, наиболее интересные графики и таблицы Вашей работы отпечатайте, сброшюруйте в красивую папку, сделав титульный лист «Раздаточный материал к выпускной квалификационной работе по теме «...» студента (Ф.И.О.)». В папку с раздаточным материалом входят наиболее значимые графические материалы работы, а также приложения. Всего должно быть пять папок с раздаточными материалами, по одной на каждого члена комиссии.

Структура доклада

Доклад при защите выпускной квалификационной работы состоит из трех частей:

- вступление;
- основная часть;
- заключение.

Вступление должно занимать 10-15% всего времени защиты

выпускной квалификационной работы.

Доклад должен начинаться со слов «Уважаемые председатель и члены Государственной экзаменационной комиссии, разрешите представить Вам выпускную квалификационную работу на тему...

Во вступлении Вы должны отразить следующие вопросы:

- представление темы ВКР;
- предмет исследования;
- объект исследования;
- рабочая гипотеза;
- цель и задачи работы;
- методы исследования и организация.

Основная часть содержит тезисы выпускной квалификационной работы. Основную часть доклада не следует перегружать подробным рассмотрением теоретических аспектов. Следует лишь обозначить основу и высказать свое мнение по теоретическим положениям выпускной квалификационной работы.

В основной части доклада при защите выпускной квалификационной работы необходимо отразить следующие вопросы:

- краткая характеристика исследуемого объекта;
- результаты анализа исследуемого объекта в рамках темы выпускной квалификационной работы;
- выводы по результатам анализа проблемы;
- основные направления совершенствования или решения проблемы в соответствии с выбранной темой выпускной квалификационной работы;
- мероприятия по внедрению рекомендаций, разработанных в выпускной квалификационной работе;
- оценка эффективности предлагаемых мероприятий в результате реализации решений, разработанных в выпускной квалификационной работе;
- перспективность развития направления;
- научная и практическая значимость исследования.

Основная часть доклада занимает примерно 70% всего времени выступления на защите выпускной квалификационной работы.

Заключение содержит основные выводы, полученные в ходе выполнения выпускной квалификационной работы.

На заключение в докладе на защите выпускной квалификационной работы отводится 5-10% всего времени выступления.

При защите выпускной квалификационной работы:

- не надо превышать лимит времени, отведенного на выступление;
- не надо углубляться в детали;
- нельзя поднимать в конце выступления новые проблемы;
- никогда не надо признаваться, что забыли о чем-то сказать.

Приготовьтесь к тому, что Вас спросят:

- основные теоретические понятия;
- какой литературой Вы пользовались;
- Ваше собственное мнение по выбранной теме.

Рекомендации выступающему

При выступлении сосредоточьтесь, дайте себе твердую установку, что Вы знаете свою работу досконально и можете ответить на любой вопрос. Настройтесь позитивно.

В ходе выступления варьируйте своим голосом. Меняйте темп, тональность и громкость речи. Избегайте монотонности. Внимательно слушайте вопросы членов комиссии. Не волнуйтесь. Будьте логичны и последовательны в своих ответах. Старайтесь говорить без лексических ошибок.

Если Вы вынуждены читать по бумаге, отпечатайте свою речь крупным шрифтом с тройным интервалом. Не переворачивайте страницы. Аккуратно сдвигайте их в сторону.

Обязательно потренируйтесь в защите своей работы: расскажите о своей работе родителям, друзьям, приятелям, потренируйтесь перед зеркалом, сделайте аудиозапись своего доклада и прослушайте ее (можно несколько раз для исправления интонационных ошибок и неточностей).

Презентация доклада

Цели презентации:

- демонстрация Ваших возможностей и способностей организации доклада в соответствии с современными требованиями и с использованием современных информационных технологий;
- демонстрация в наглядной форме основных положений Вашего доклада.

Презентация должна помочь Вам рассказать членам Государственной экзаменационной комиссии (ГЭК) о своей выпускной квалификационной работе и продемонстрировать, что Вы можете сделать это профессионально.

Подготовка презентации предполагает следующие пошаговые действия:

1. Подготовка и согласование с научным руководителем текста доклада.
2. Разработка структуры презентации.
3. Создание презентации в программе Power Point.

Для того чтобы презентация была помощником для Вас и членов ГЭК, и не усложняла процесс защиты, используйте при ее создании следующие рекомендации:

- Презентация должна полностью соответствовать тексту доклада.
- Очередность слайдов должна четко соответствовать структуре доклада. Не планируйте в процессе доклада возвращаться к предыдущим слайдам или перелистывать их вперед, это усложнит процесс и может сбить ход Ваших рассуждений.
- Не пытайтесь отразить в презентации весь текст доклада! Слайды должны демонстрировать лишь основные положения Вашего доклада.
- Слайды не должны быть перегружены графической и текстовой информацией, различными эффектами анимации.
- Текст на слайдах не должен быть слишком мелким, чтобы члены экзаменационной комиссии могли легко прочитать его.
- Предложения должны быть короткими, максимум – 7-10 слов.

- В первую очередь Вам необходимо составить сам текст доклада, во вторую очередь – создать презентацию.
- Каждая отдельная информация должна быть в отдельном предложении или на отдельном слайде.
- Тезисы доклада должны быть общепонятными.
- Не допускаются орфографические ошибки в тексте презентации. Иллюстрации (рисунки, графики, таблицы) должны иметь четкое, краткое и корректное название.
- В дизайне презентации придерживайтесь принципа «чем меньше, тем лучше».
- Не следует использовать более 3 различных цветов на одном слайде.
- Сочетание цветов фона и текста должно быть таким, чтобы текст легко мог быть прочитан. Лучшее сочетание: светлый фон, черный текст.
- В качестве основного шрифта рекомендуется использовать черный или темно-синий.
- Лучше использовать одну цветовую гамму во всей презентации, а не различные стили для каждого слайда.
- Используйте только один вид шрифта. Лучше использовать простой печатный шрифт вместо экзотических и витиеватых шрифтов.
- Используйте прописные и строчные буквы, а не только прописные.
- Размещайте наиболее важные высказывания посередине слайдов.
- Используйте общеизвестные символы и знаки (неизвестные же Вам придется предварительно разъяснять слушателям).

Структура презентации

Структура презентации должна соответствовать структуре доклада:

1. Титульный слайд (1 слайд).
2. Предмет и объект исследования, рабочая гипотеза (1-2 слайда).
3. Цель и задачи ВКР (1-2 слайда).
4. Методы и организация исследования (1-2 слайда).
5. Результаты (1-6 слайда).
6. Финальный слайд (1 слайд).

Рекомендуемое общее количество слайдов – 10 – 15.

Титульный слайд должен содержать наименование вуза и выпускающей кафедры; тему ВКР; фамилию, имя, отчество докладчика; фамилию, имя, отчество научного руководителя, его ученая степень и ученое звание.

Цель и задачи ВКР должны быть четко структурированы и представлены в виде иерархической структуры.

В следующих слайдах докладчик должен показать, каким образом решались задачи, поставленные перед ним.

Для того чтобы доклад сохранил свою логику, можно следующими слайдами иллюстрировать как Вы решали поставленные задачи и какие результаты Вы получили.

Целесообразно продемонстрировать динамику некоторых показателей, на основе которых Вы будете делать выводы о состоянии проблемы.

Результаты решения задач могут быть представлены в виде списка или иерархической структуры, соответствующей «дереву целей» и задач. Финальным слайдом, как правило, благодарят за внимание: «*Спасибо (благодарю) за внимание*».

Оформление выпускной квалификационной работы

Выпускником на защиту предоставляется полностью оформленная, переплетенная выпускная квалификационная работа, содержащая: стандартный титульный лист, текст выпускной квалификационной работы с содержанием, списком литературы, приложениями и последним листом, подписанным выпускником, руководителем (консультантом), а также заведующим выпускающей кафедрой МГАФК (лист переплетается с выпускной квалификационной работой).

Также на защиту предоставляются:

- Отзыв научного руководителя выпускной квалификационной работы (вкладывается).
- Справка по результатам проверки выпускной квалификационной работы в системе «Антиплагиат ВУЗ» (вкладывается).

Все перечисленные документы передаются в Государственную экзаменационную комиссию не позднее, чем за 2 дня (календарных дня) до защиты. В эти же сроки в деканаты соответствующего факультета/отдел магистратуры выпускники предоставляют электронный вариант выпускной квалификационной работы (CD диск / флэш-карта).

Оформление выпускной квалификационной работы должно соответствовать следующей структуре:

- титульный лист;
- содержание (оглавление) работы;
- введение, содержащее сформулированные цель, объект и предмет исследования, рабочую гипотезу;
- 1 глава – не менее двух параграфов, название главы и параграфов должны соответствовать теме исследования;
- 2 глава – задачи, методы и организация исследования;
- 3 глава (результаты исследования и их обсуждение) – объем не менее 10 (десяти) страниц;
- выводы (в соответствии с поставленными в работе задачами);
- практические рекомендации (при наличии);
- список литературы;
- приложение.

Объем выпускной квалификационной работы и количество необходимых литературных источников должен составлять:

- для бакалавров – не менее 30 страниц компьютерного текста;
- список литературы - не менее 20 (двадцати) источников, из них не менее 10 (десяти) должны быть датированы последними 5-ю годами;
- работа должна содержать не менее 3 (трех) иллюстраций (таблицы, рисунки и пр.);

Текст выпускной квалификационной работы выполняется с

помощью компьютерной программы Microsoft Word, шрифт Times New Roman (14 кегль), цвет шрифта должен быть черным, межстрочный интервал – «полуторный», параметры страницы: левое поле – 30 мм, правое поле – 10 мм, верхнее поле – 20 мм, нижнее поле – 20 мм. Полуужирный шрифт не применяется. Абзацный отступ - должен быть одинаковым по всему тексту работы.

Выпускная квалификационная работа должна быть отпечатана на стандартных листах белой писчей бумаги формата А4 (210 x 297 мм). Текст размещается на одной стороне печатного листа. При выполнении работы необходимо соблюдать равномерную плотность, контрастность и четкость изображения по всему тексту. В работе должны быть четкие, не расплывшиеся линии, буквы, цифры и знаки. Опечатки, описки и графические неточности, обнаруженные в процессе подготовки выпускной квалификационной работы, допускается исправлять подчисткой или закрашиванием белой краской и нанесением на том же месте исправленного текста (графики) машинописным способом или черными чернилами, пастой или тушью - рукописным способом. Повреждения листов выпускной квалификационной работы, помарки и следы не полностью удаленного прежнего текста (графики) не допускаются.

Структурные элементы

Наименования структурных элементов выпускной квалификационной работы «СОДЕРЖАНИЕ», «ВВЕДЕНИЕ», «ВЫВОДЫ», «ЗАКЛЮЧЕНИЕ», «ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ», «СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ», «ПРИЛОЖЕНИЕ» служат заголовками структурных элементов работы.

Каждый структурный элемент выпускной квалификационной работы начинается с новой страницы.

Заголовки структурных элементов следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать, прописными буквами, не подчеркивая. Перенос слов в заголовке не допускается. Заголовки отделяют от текста сверху и снизу тремя интервалами.

Разделы. Подразделы. Пункты

При делении текста работы на пункты и подпункты необходимо, чтобы каждый пункт содержал законченную информацию. Разделы, подразделы, пункты и подпункты следует нумеровать арабскими цифрами и записывать с абзацного отступа.

Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего текста, за исключением приложений.

Пример - 1, 2, 3 и т.д.

Номер подраздела или пункта включает номер раздела и порядковый номер подраздела или пункта, разделенные точкой.

Пример - 1.1, 1.2, 1.3 и т.д.

Номер подпункта включает номер раздела, подраздела, пункта и порядковый номер подпункта, разделенные точкой.

Пример - 1.1.1.1, 1.1.1.2, 1.1.1.3 и т.д.

После номера раздела, подраздела, пункта и подпункта в тексте точку не

ставят.

Если текст подразделяют только на пункты, их следует нумеровать, за исключением приложений, порядковыми номерами в пределах всего текста.

Если раздел или подраздел имеет только один пункт, или пункт имеет один подпункт, то нумеровать его не следует.

Разделы, подразделы должны иметь заголовки. Пункты, как правило, заголовков не имеют. Заголовки должны четко и кратко отражать содержание разделов, подразделов.

Заголовки разделов, подразделов и пунктов следует печатать с абзацного отступа с прописной буквы, без точки в конце, не подчеркивая. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой.

Нумерация страниц

Страницы выпускной квалификационной работы следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту работы. Номер страницы проставляют в центре или справа верхней части листа без точки. Титульный лист включают в общую нумерацию страниц работы. Номер страницы на титульном листе не проставляют. Иллюстрации и таблицы, расположенные на отдельных листах, включают в общую нумерацию страниц работы. Иллюстрации и таблицы на листе формата А3 учитывают, как одну страницу.

Иллюстрации

Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, компьютерные распечатки, диаграммы, фотоснимки) следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице. Иллюстрации могут быть в компьютерном исполнении, в том числе и цветные. На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте работы.

Чертежи, графики, диаграммы, схемы, иллюстрации, помещаемые в работе, должны соответствовать требованиям государственных стандартов Единой системы конструкторской документации (ЕСКД). Допускается выполнение чертежей, графиков, диаграмм, схем посредством использования компьютерной печати. Фотоснимки размером меньше формата А4 должны быть наклеены на стандартные листы белой бумаги. Иллюстрации, за исключением иллюстрации приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией. Если рисунок один, то он обозначается "Рисунок 1". Слово "рисунок" и его наименование располагают посередине строки (под рисунком). Иллюстрации, при необходимости, могут иметь наименование и пояснительные данные (подрисуночный текст). Слово "Рисунок" и наименование помещают после пояснительных данных и располагают следующим образом: Рисунок 1 - Детали прибора.

Таблицы

Таблицы применяют для лучшей наглядности и удобства сравнения показателей. Наименование таблицы, при его наличии, должно отражать ее содержание, быть точным, кратким. Наименование таблицы следует помещать над таблицей по центру, в одну строку.

Таблицу следует располагать в работе непосредственно после текста,

в котором она упоминается впервые, или на следующей странице.

На все таблицы должны быть ссылки в отчете. При ссылке следует писать слово "таблица" с указанием ее номера.

Таблицу с большим числом строк допускается переносить на другой лист (страницу). При переносе части таблицы на другой лист (страницу) слово "Таблица", ее номер и наименование указывают один раз слева над первой частью таблицы, а над другими частями также по центру пишут слова "Продолжение таблицы" и указывают номер таблицы.

Таблицу с большим количеством граф допускается делить на части и помещать одну часть под другой в пределах одной страницы. Если строки и графы таблицы выходят за формат страницы, то в первом случае в каждой части таблицы повторяется головка, во втором случае - боковик. При делении таблицы на части допускается ее головку или боковик заменять соответственно номером граф и строк. При этом нумеруют арабскими цифрами графы и (или) строки первой части таблицы.

Если повторяющийся в разных строках графы таблицы текст состоит из одного слова, то его после первого написания допускается заменять кавычками; если из двух и более слов, то при первом повторении его заменяют словами "То же", а далее - кавычками. Ставить кавычки вместо повторяющихся цифр, марок, знаков, математических и химических символов не допускается. Если цифровые или иные данные в какой-либо строке таблицы не приводят, то в ней ставят прочерк.

Цифровой материал, как правило, оформляют в виде таблиц. Таблицы, за исключением таблиц приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией. Допускается нумеровать таблицы в пределах раздела. В этом случае номер таблицы состоит из номера раздела и порядкового номера таблицы, разделенных точкой.

Таблицы каждого приложения обозначают отдельной нумерацией арабскими цифрами с добавлением перед цифрой обозначения приложения.

Если в работе одна таблица, то она должна быть обозначена "Таблица 1" или "Таблица В.1", если она приведена в приложении В.

Заголовки граф и строк таблицы следует писать с прописной буквы в единственном числе, а подзаголовки граф - со строчной буквы, если они составляют одно предложение с заголовком, или с прописной буквы, если они имеют самостоятельное значение. В конце заголовков и подзаголовков таблиц точки не ставят.

Примечания и сноски

Примечания приводят, если необходимы пояснения или справочные данные к содержанию текста, таблиц или графического материала. Примечания следует помещать непосредственно после текстового, графического материала или в таблице, к которым относятся эти примечания. Слово "Примечание" следует печатать с прописной буквы с абзацного отступа и не подчеркивать. Если примечание одно, то после слова "Примечание" ставится тире и примечание печатается с прописной буквы. Одно примечание не нумеруют. Несколько примечаний нумеруют по порядку арабскими цифрами без проставления точки. Примечание к

таблице помещают в конце таблицы над линией, обозначающей окончание таблицы.

При необходимости дополнительного пояснения в работе его допускается оформлять в виде сноски. Знак сноски ставят непосредственно после того слова, числа, символа, предложения, к которому дается пояснение. Знак сноски выполняют надстрочно арабскими цифрами со скобкой. Допускается вместо цифр выполнять сноски звездочками "*". Применять более трех звездочек на странице не допускается. Сноску располагают в конце страницы с абзацного отступа, отделяя от текста короткой горизонтальной линией слева. Сноску к таблице располагают в конце таблицы над линией, обозначающей окончание таблицы.

Формулы и уравнения

Уравнения и формулы следует выделять из текста в отдельную строку. Выше и ниже каждой формулы или уравнения должно быть оставлено не менее одной свободной строки. Если уравнение не умещается в одну строку, то оно должно быть перенесено после знака равенства (=) или после знаков плюс (+), минус (-), умножения (x), деления (:) или других математических знаков, причем знак в начале следующей строки повторяют. При переносе формулы на знаке, символизирующем операцию умножения, применяют знак "X".

Пояснение значений символов и числовых коэффициентов следует приводить непосредственно под формулой в той же последовательности, в которой они даны в формуле. Формулы в работе следует нумеровать порядковой нумерацией в пределах всего документа арабскими цифрами в круглых скобках в крайнем правом положении на строке.

Формулы, помещаемые в приложениях, должны нумероваться отдельной нумерацией арабскими цифрами в пределах каждого приложения с добавлением перед каждой цифрой обозначения приложения, например, формула (В.1).

Список литературы

Список литературы должен включать библиографические записи на документы, использованные автором при работе над темой. К источникам относятся: нормативные правовые акты, локальные акты организаций, научные и учебные издания, статьи из периодических изданий, статистические сборники и другие отчетные и учетные документы, Интернет сайты и любые другие материалы, использованные при написании работы.

Список должен быть размещен в конце основного текста. Способ группировки библиографических записей – алфавитный.

При алфавитном способе группировки все библиографические записи располагают по алфавиту фамилий авторов или первых слов заглавий документов. Библиографические записи произведений авторов-однофамильцев располагают в алфавите их инициалов.

Произведения одного автора расставляются в списке по алфавиту заглавий. Для каждого документа предусмотрены следующие элементы библиографической характеристики:

- фамилия автора, инициалы;
- название;

- подзаголовочные сведения (учебник, учебное пособие, словарь и т. д.);
- выходные сведения (место издания, издательство, год издания); количественная характеристика (общее количество страниц в книге).

Общая схема библиографической записи отдельно изданного документа, включает обязательные элементы:

- Заголовок (фамилия, имя, отчество одного автора, как правило, первого, если их не более 3-х).
- Заглавие (название книги, указанное на титульном листе): сведения, относящиеся к заглавию (раскрывают тематику, вид, жанр, назначение документа и т.д.) / сведения об ответственности (содержат информацию об авторах, составителях, редакторах, переводчиках и т.п.; об организациях, от имени которых опубликован документ).
- сведения об издании (содержат данные о повторности издания, его переработке и т.п.).
- Место издания: Издательство или издающая организация, дата издания. – Объем (сведения о количестве страниц, листов).

Источником сведений для библиографической записи является титульный лист или иные части документа, заменяющие его. Запись составляется под фамилией первого автора, если авторов не более 3-х, и под заглавием, если авторов 4 и более, и авторы указаны не на титульном листе.

Библиографические записи в списке литературы оформляют согласно ГОСТ 7.1-2003 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления.

Примеры оформления библиографических записей документов в списке литературы приведены в Приложении 1.

Оформление приложений

Материал, дополняющий основной текст выпускной квалификационной работы, допускается помещать в приложениях. В качестве приложения могут быть представлены: графический материал, таблицы, формулы, карты, рисунки, фотографии и другой иллюстративный материал.

Приложение оформляют как продолжение документа на последующих его листах или оформляют в виде самостоятельного документа. В тексте работы на все приложения должны быть даны ссылки. Приложения располагают в порядке ссылок на них в тексте выпускной квалификационной работы.

Каждое приложение следует начинать с новой страницы с указанием наверху посередине страницы слова "Приложение", его обозначения. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично относительно текста с прописной буквы отдельной строкой.

Текст каждого приложения, при необходимости, может быть разделен на разделы, подразделы, пункты, подпункты, которые нумеруют в пределах каждого приложения. Перед номером ставится обозначение этого приложения.

Приложения должны иметь общую с остальной частью документа

сквозную нумерацию страниц.

Приложения должны быть перечислены в оглавлении выпускной квалификационной работы.

Цитаты, сноски

Цитата - (лат. cito – привожу), тематически, а также синтаксически или ритмически обособленный речевой фрагмент произведения, используемый в другом произведении как знак «чужой речи», как ссылка на содержание авторитетного источника. Если цитата находится внутри основного текста, она всегда отделяется от собственно авторской речи: пунктуационно (кавычками) или синтаксически (с помощью оборотов «как сказал», «как говорил», «по словам»).

Цитаты должны применяться тактично по принципиальным вопросам и положениям. Не рекомендуется употребление двух и более цитат подряд. Не допускается соединять две цитаты в одну. Цитировать авторов необходимо только по их произведениям. Когда источник не доступен, разрешается воспользоваться цитатой этого автора, опубликованной в каком-либо другом издании. В этом случае ссылке должны предшествовать слова:

Цит. по кн.: ...; Цит.

По ст.:

Например,

Цит. по кн.: Шимони К. Физическая электроника. – М., 1977. – С. 52.

При цитировании нужно соблюдать точное соответствие цитаты источнику. Допустимы лишь следующие отклонения:

- могут быть модернизированы орфография и пунктуация по современным правилам, если это не индивидуальная орфография или пунктуация автора;
- могут быть пропущены отдельные слова, словосочетания, фразы в цитате при условии, что, во-первых, мысль автора не будет искажена пропуском, во-вторых, этот пропуск будет обозначен многоточием.

Цитаты, точно соответствующие источнику, обязательно берутся в кавычки. Кавычки не ставят в стихотворной цитате, выключенной из текста, в цитате, взятой эпиграфом к книге или статье, в перефразированной цитате.

На каждую цитату, оформленную в кавычках или без кавычек, а также любое заимствование из чужой работы (таблицу, схему, карту и т. п.) должна быть дана библиографическая ссылка. Применение чужих идей, фактов, цитат без ссылки на источник заимствования является нарушением авторского права и расценивается как плагиат, т.е. присвоение чужого авторства, выдача чужого произведения или изобретения за собственное.

Такой порядок оформления ссылок на литературные источники позволяет избежать повторения названий источников при многократном их использовании в тексте.

9. Сведения о составителях программы ГИА:

Выпускающая кафедра: *Кафедра теории и методики физической культуры*


Руководитель ОПОП:

Лопухина Александра Сергеевна,

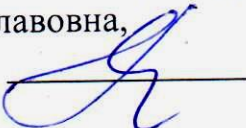
доцент, кандидат педагогических наук



Составители:

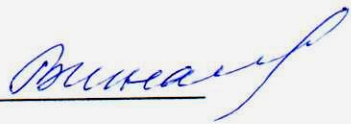
доцент, канд. пед. А.С. Лопухина 
старший преподаватель кафедры Т.В. Корж _____

Декан факультета физической культуры

Полянская Ирина Станиславовна,
доцент, канд. юрид.наук, 

Декан факультета

заочной формы обучения

Шнайдер Валерий Хаимович, профессор, канд. пед. наук, 

Дата составления: «31» октября 2024 г.