

МИНОБРНАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет физической культуры



УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель ОПОП, д.п.н., профессор

О.И. Загревский  
2022 г.

Программа государственной итоговой аттестации

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль) подготовки  
«Технологии спортивной подготовки»

Год приема

2022

Томск– 2022

Автор:

Кандидат пед. наук, доцент Беженцева Л.М. Беженцева

Программа разработана в соответствии с Положением о порядке проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования – программ бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры в Национальном исследовательском Томском государственном университете (далее – Положение о ГИА в НИ ТГУ), рассмотрена и рекомендована для использования в учебном процессе учебно-методической комиссией факультета физической культуры.

Протокол УМК № 1 от 26 января 2022 г.

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

1	Цель и задачи государственной итоговой аттестации	4
2	Место государственной итоговой аттестации в структуре образовательной программы	4
3	Объем, формы и срок государственной итоговой аттестации	4
4	Порядок организации и проведения государственной итоговой аттестации	4
5	Результаты освоения образовательной программы	6
6	Программа государственного экзамена	8
7	Критерии оценки результатов сдачи государственного экзамена	18
8	Порядок выполнения выпускной квалификационной работы и подготовки к защите выпускной квалификационной работы	19
9	Требования к выполнению выпускной квалификационной работы	20
10	Критерии оценки защиты выпускной квалификационной работы	21
11	Особенности проведения государственной итоговой аттестации для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ	23
12	Особенности проведения государственной итоговой аттестации с применением дистанционных образовательных технологий	23
13	Апелляция по результатам государственной итоговой аттестации	25
14	Информационные технологии, используемые при проведении государственной итоговой аттестации	26
15	Материально-техническая база, необходимая для проведения государственной итоговой аттестации	27
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ А</b>	<b>27</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Б</b>	<b>32</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ В</b>	<b>34</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Г</b>	<b>35</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Д</b>	<b>36</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Е</b>	<b>37</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ Ж</b>	<b>38</b>
	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ З</b>	<b>41</b>

## **1. Цель и задачи государственной итоговой аттестации**

1.1 Целью государственной итоговой аттестации (далее – ГИА) является определение соответствия результатов освоения обучающимися по образовательной программе по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки» требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата).

1.2 Задачами ГИА являются:

- проверка уровня сформированности компетенций и степени владения выпускником теоретическими знаниями, умениями и практическими навыками для профессиональной деятельности в соответствии с ФГОС ВО и образовательной программой по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки» с учетом видов деятельности, на которые ориентирована программа;
- принятие решения о присвоении квалификации «бакалавр» по результатам ГИА и выдаче документа о высшем образовании;
- разработка рекомендаций по совершенствованию подготовки выпускников на основании результатов работы государственной экзаменационной комиссии (ГЭК).

## **2. Место государственной итоговой аттестации в структуре образовательной программы**

2.1 ГИА представляет собой Блок 3 «Государственная итоговая аттестация» образовательной программы, в полном объеме относится к базовой части, является обязательной и завершается присвоением квалификации «бакалавр».

## **3. Объем, формы и срок государственной итоговой аттестации**

3.1 Объем ГИА составляет 9 зачётных единиц, 324 часа. На проведение государственной итоговой аттестации выделяется 2 недели.

3.2 ГИА проводится в формах государственного экзамена и защиты выпускной квалификационной работы бакалавра (далее - ВКР, далее вместе - государственные итоговые испытания). В соответствии с ФГОС ВО государственный экзамен включает в себя подготовку к сдаче и сдачу государственного экзамена, защита выпускной квалификационной работы включает в себя подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты выпускной квалификационной работы.

3.3 ГИА проводится в сроки, установленные календарным учебным графиком образовательной программы. Расписание аттестационных испытаний доводится до сведения обучающихся не позднее, чем за 1 месяц до начала периода ГИА.

## **4. Порядок организации и проведения государственной итоговой аттестации**

4.1 К прохождению ГИА допускается обучающийся, не имеющий академической задолженности и в полном объеме выполнивший учебный план или индивидуальный учебный план по образовательной программе по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки».

4.2 Для проведения ГИА в Университете создаются государственные экзаменационные комиссии.

4.3 Для рассмотрения апелляций по результатам ГИА в Университете создаются апелляционные комиссии.

4.4 Государственная экзаменационная и апелляционная комиссии (далее вместе – комиссии) действуют в течение календарного года.

4.5 Основными функциями ГЭК являются:

- определение соответствия результатов освоения обучающимися по образовательной программе по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки» требованиям СУОС НИ ТГУ путем проверки уровня сформированности компетенций и степени владения выпускником теоретическими знаниями, умениями и практическими навыками для профессиональной деятельности с учетом видов деятельности, на которые ориентирована образовательная программа;
- принятие решения о присвоении квалификации (степени) по результатам ГИА и выдаче обучающемуся документа об образовании (с отличием/без отличия) и о квалификации;
- разработка рекомендаций, направленных на совершенствование подготовки обучающихся, на основании результатов работы ГЭК.

4.6 Основной функцией апелляционной комиссии является рассмотрение апелляций обучающихся о нарушении, по их мнению, установленной процедуры проведения государственного аттестационного испытания и/или несогласии с результатами государственного экзамена.

4.7 Основной формой деятельности комиссий при проведении государственных аттестационных испытаний являются заседания.

4.8 Результат государственного аттестационного испытания определяется оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». Оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» означают успешное прохождение государственного аттестационного испытания.

4.9 Обучающиеся, не прошедшие ГИА в связи с неявкой на государственное аттестационное испытание по уважительной причине (временная нетрудоспособность, исполнение общественных или государственных обязанностей, вызов в суд, транспортные проблемы (отмена рейса, отсутствие билетов), погодные условия или в других случаях, перечень которых устанавливается организацией самостоятельно), вправе пройти ее в течение 6 месяцев после завершения ГИА. Обучающийся должен представить в организацию документ, подтверждающий причину его отсутствия. Обучающийся, не прошедший одно государственное аттестационное испытание по уважительной причине, допускается к сдаче следующего государственного аттестационного испытания.

4.10 Обучающиеся, не прошедшие ГИА в связи с неявкой на государственное аттестационное испытание по неуважительной причине или в связи с получением оценки «неудовлетворительно», отчисляются из организации с выдачей справки об обучении как не выполнившие обязанностей по добросовестному освоению образовательной программы и выполнению учебного плана.

4.11 Лицо, не прошедшее ГИА, может повторно пройти ГИА не ранее чем через 10 месяцев и не позднее чем через 5 лет после срока проведения государственной итоговой аттестации, которая не пройдена обучающимся. Указанное лицо может повторно пройти ГИА не более двух раз. Для повторного прохождения ГИА указанное лицо по его заявлению восстанавливается в организации на период времени, установленный организацией, но не менее периода времени, предусмотренного календарным учебным графиком для ГИА по соответствующей образовательной программе. При повторном прохождении ГИА по желанию обучающегося решением организации ему может быть установлена иная тема выпускной квалификационной работы.

4.12 ГИА для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) может проводиться с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Особенности проведения ГИА для инвалидов и лиц с ОВЗ определяются п.11 настоящей программы.

4.13 ГИА может проводиться с применением дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ). Особенности проведения ГИА с применением ДОТ определяются п.12 настоящей программы.

4.14 По результатам государственных аттестационных испытаний обучающийся имеет право на апелляцию. Порядок апелляции по результатам государственных аттестационных испытаний определяются п.13 настоящей программы.

## **5. Результаты освоения образовательной программы**

5.1 ГИА проверяет уровень сформированности компетенций и степени владения выпускником теоретическими знаниями, умениями и практическими навыками для профессиональной деятельности как результатов освоения образовательной программы. Распределение компетенций по аттестационным испытаниям представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Распределение компетенций по аттестационным испытаниям

Компетенция	Гос. экзамен	ВКР
<b>Универсальные компетенции</b>		
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 иностранных языках.	+	+
УК-5 Способен учитывать разнообразие и мультикультурность общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах при межличностном и межгрупповом взаимодействии	+	
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 безопасные условия жизнедеятельности в различных средах для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества	+	
УК-9 Способен использовать принципы инклузии в социальной и профессиональной сферах	+	
УК-10 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	+	
УК-11 Способен формулировать и обосновывать свою гражданскую позицию	+	
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>		
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-ценостные 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.		+
<b>Профессиональные компетенции</b>		
ПК-1 Способен осуществлять тренировочный процесс на разных этапах спортивной подготовки с учетом пола, возраста и индивидуальных особенностей занимающихся	+	
ПК-2 Способен проектировать и реализовывать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта	+	
ПК-3 Способен преподавать по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры и спорта	+	

ПК-4 Способен проводить научный анализ результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы.		+
---	--	---

## **6. Программа государственного экзамена**

6.1 Вопросы экзаменационного билета проверяют сформированность и степень владения обучающимся теоретическими знаниями, умениями и практическими навыками для профессиональной деятельности всего перечня компетенций, проверяемых на государственном экзамене (п.5, таблица 1).

6.2 Экзаменационный билет содержит вопросы по дисциплинам, формирующими компетенции, проверяемые на государственном экзамене (п.5, таблица 1).

6.3 Экзаменационный билет состоит из:

- вопросов для проверки теоретических знаний (требующих развернутого ответа);
- заданий для проверки практических умений и навыков (требующих развернутого ответа).

Содержание экзаменационного билета может быть сформировано по типам вопросов (теоретические вопросы, практические задания).

Вопросы экзаменационного билета сформулированы в повествовательной форме.

Подготовленные экзаменационные билеты примерно одинакового объема экзаменационного материала, степени сложности и трудоемкости вопросов и заданий.

6.4 Содержание государственного экзамена, перечень тем и вопросов, выносимых на государственный экзамен с рекомендациями по подготовке и перечнем рекомендуемой литературы, представлены ниже и в Приложении А.

## **СОДЕРЖАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

### **1. Название дисциплины: Теория и методика физической культуры.**

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **1. ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ**

#### **1.1. Значимость теоретико-методических основ профессии. Отправные определения понятий.**

Вводное представление о предмете теории и методики физической культуры и спорта, его значение в профессиональном образовании и деятельности.

Определение понятия «физическая культура». Различия этого понятия в «бытовой» и профессиональной трактовке. Соотношение понятий «культура» (общества, личности) и «физическая культура»; общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру.

Понятия, частично совпадающие и смежные с понятием «физическая культура»: «физкультурная деятельность», «физкультурное движение», «спорт»; «физическое воспитание» и «физическая подготовка»; «физическая подготовленность», «физическое развитие» (сжатый анализ и формулирование определившегося смысла этих понятий).

#### **1.2. Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, ее компоненты (виды, разновидности) в обществе**

Цели и задачи. Обусловленность целей и задач, реализуемых в сфере физической культуры, общественными и личностными потребностями в оптимизации физического состояния и развития индивида, укреплении, сохранении и восстановлении здоровья, приобретении и сохранении достигнутого уровня физической подготовленности к жизненной практике, содействии общему развитию и социально направленному формированию личности. Общая характеристика типичных задач, преследуемых в различных разделах и направлениях

физкультурной практики (физкультурно-образовательных задач и задач по воспитанию физических и связанных с ними способностей, задач по приобретению прикладной физической подготовленности и сохранению «общей физической кондиции», спортивно-достижимических задач, физкультурно-реабилитационных и физкультурно-рекреативных задач).

Физические упражнения и другие факторы физической культуры. Рационально упорядоченное использование двигательной активности в виде физических упражнений как основной специфический компонент физической культуры. Существенные отличия физических упражнений от других форм двигательной активности (трудовой, повседневно-бытовой и т.д.) в качестве факторов физической культуры, воздействие которых упорядочено в соответствии с принципами и правилами, выработанными в ее сфере. Многообразие физических упражнений и возможности, предоставляемые ими для воздействия на функциональные и моррофункциональные свойства организма, развитие физических и непосредственно связанных с ними способностей, формирование двигательных умений и навыков.

Использование в качестве средств реализации задач, предусматриваемых в сфере физической культуры, общепедагогических средств и методов, гигиенических, естественно-средовых и других факторов (ознакомительный обзор).

### **1.3. Система физической культуры в обществе (вводные представления)**

Понятие о системе физической культуры как социальной конструкции, упорядочивающей физкультурную практику в обществе, ее исходных основах (идейных, научно-прикладных, программно-нормативных, методических) и формах целостной организации в обществе. Стержневая роль системы физического воспитания в системе физической культуры и ее значения в рационализации физкультурного движения.

## **2. СИСТЕМНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

### **2.1. Общие и специфические функции физической культуры**

Функции физической культуры как объективно присущие ей свойства воздействовать на человека и человеческие отношения, удовлетворять потребности личности и общества в определенном отношении.

Характеристика специфических функций физической культуры - функций источника физического (физкультурного) образования, оптимизации физического состояния и развития индивида, в том числе благотворного воздействия на его здоровье, обеспечения общей и прикладной физической подготовленности, спортивно-достижимые, физкультурно-реабилитационные и физкультурно-рекреативные функции.

Общекультурные функции и функциональные связи физической культуры с другими сторонами культуры и социальной практики. Общекультурное значение физической культуры как средства трудового, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания, фактора социализации личности и социальной интеграции.

Теоретическое и практическое значение тщательного анализа и разграничения общекультурных и специфических функций физической культуры.

### **2.2. Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции ее современного развития.**

Взаимообусловленность функций и форм физической культуры. Отображение в социальной структуре физической культуры особенностей ее формирования, возникающих в силу различия тех или иных сфер жизнедеятельности в обществе и развития социальных потребностей. Определяющие черты физической культуры в системах образования-воспитания, производительного труда, здравоохранения, сферах повседневного быта, отдыха и развлечения. Актуальные проблемы обеспечения прогресса физической культуры на современном этапе развития российского общества.

### **3. ОБЩИЕ ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

#### **3.1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы**

**Целенаправленность и основные стороны физического воспитания** Физическое воспитание как важнейший процесс направленного функционирования физической культуры. Обучение двигательным действиям и воспитание (управление развитием) физических способностей - специфические стороны физического воспитания; их особенности, единство и органическая связь с другими сторонами целостного процесса воспитания. Структура процесса физического воспитания как относительно устойчивый порядок объединения всех его составляющих (компонентов, сторон, звеньев), их закономерные соотношения друг с другом и общая последовательность.

Цели и основные задачи, реализуемые в физическом воспитании.

Объективная обусловленность цели и задач, реализуемых в физическом воспитании, общественными потребностями, закономерностями физического развития и социального формирования индивида, коренными социальными отношениями, господствующими в конкретном обществе.

#### **3.2. Средства и методы в физическом воспитании**

##### **Специфические средства и методы физического воспитания**

##### **физические упражнения как основные средства физического воспитания**

Содержание и форма физического упражнения. Характеристика физического упражнения в качестве целостного двигательного действия, совершающегося по закономерностям физического воспитания. Форма физического упражнения как способ его выполнения, характеризующийся пространственной, временной и динамической упорядоченностью параметров. Диалектика соотношения содержания и формы физического упражнения.

Техника физического упражнения. Идентичность и отличие понятий «форма физического упражнения» и «техника физического упражнения». Отдельные (пространственные, временные, динамические и т.д.) и комплексные (ритмические, качественные и т.д.) характеристики техники физических упражнений; общие правила технического выполнения их.

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

Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты

Нагрузка при выполнении физических упражнений. Понятие о «нагрузке» как о количественной характеристике степени воздействия физического упражнения на выполняющее упражнение. Показатели нагрузки при выполнении физических упражнений, ее «внешняя» и «внутренняя» стороны, объем и интенсивность.

Роль и типы интервалов отдыха в процессе выполнения физических упражнений. Активный и пассивный отдых в ходе занятий физическими упражнениями. Типы интервалов отдыха, соблюдаемых по ходу занятия и между занятиями в процессе физического воспитания.

Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы

Методы строго регламентированного упражнения. Отличительные черты методов строго регламентированного упражнения.

Игровой метод. Определяющие черты игрового метода в физическом воспитании.

Соревновательный метод. Определяющие черты соревновательного метода в физическом воспитании.

##### **Общепедагогические, гигиенические и другие средства и методы в физическом воспитании**

Методы речевого (словесного) воздействия. Многообразные формы и функции речевого воздействия в процессе физического воспитания. Общепедагогические словесные методы и их модификации, используемые в ходе занятий физическими упражнениями.

Средства и методы обеспечения наглядности. Непосредственная и опосредованная «наглядность» в физическом воспитании. Специфические пути обеспечения наглядности в процессе занятий физическими упражнениями.

Роль естественно-средовых и гигиенических факторов в физическом воспитании. Возможности направленного использования в целях физического воспитания солнечной радиации, свойств воздушной и водной среды, горноклиматических и других естественно-средовых условий. Принципиальные методические положения, касающиеся использования гигиенических факторов в процессе физического воспитания (в порядке связи с курсом гигиены).

#### **4. ПРИНЦИПЫ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**

##### **4.1. Система общих принципов, направляющих деятельность по физическому воспитанию**

Первостепенное значение во всех сферах воспитания коренных социальных принципов деятельности по направленному формированию и развитию человека в обществе. Необходимость руководствоваться в сфере физического воспитания общепедагогическими (в том числе общедидактическими) принципами. Основные правила, направления и пути реализации в физическом воспитании принципов сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности.

##### **4.2. Специальные принципы построения физического воспитания**

Принцип непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования в нем нагрузок с отдыхом; принципы постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий и адаптивного сбалансирования их динамики; принципы цикличности и возрастной адекватности направлений физического воспитания. Современные научные и практические данные, раскрывающие закономерности, лежащие в основе этих принципов; основные условия, от которых зависят особенности их реализации (возрастные факторы, степень предварительной подготовленности, условия основной деятельности занимающихся и т.д.).

### **5. ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ**

#### **5.1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения**

##### **Отправные положения**

Двигательные действия как предмет обучения. Конструктивные особенности и закономерности формирования двигательных действий, существенные для рационального построения процесса обучения им. Обучение двигательным действиям как процесс целесообразного управления формированием двигательных умений и навыков, их отличительные черты.

#### **5.2. Основы формирования двигательного навыка**

Основные задачи, решаемые в процессе обучения двигательным действиям.

Предпосылки и дидактические основы построения процесса обучения двигательному действию. Последовательность этапов в процессе обучения двигательному действию, их соотношение со стадиями формирования двигательного навыка.

#### **5.3. Структура процесса обучения и особенности его этапов**

Этап начального разучивания. Задачи, решаемые на этапе начального разучивания двигательного действия. Особенности средств и методов его начального разучивания. Пути управления формированием ориентировочной основы нового двигательного действия, выделения «опорных точек», актуализации мотивов и обеспечения адекватной установки на его разучивание. Пути первоначального практического освоения модели действия и облегчения его выполнения.

Этап углубленного разучивания. Задачи, решаемые на этапе углубленного разучивания двигательного действия. Особенности используемых для их решения средств и методов (основная тенденция изменения их состава по сравнению с первым этапом).

Режим упражнений, частота занятий и общее нормирование нагрузок и отдыха, способствующие углубленному разучиванию двигательных действий.

Этап результирующей отработки действия. Задачи, решаемые на этом этапе обучения. Особенности применяемых здесь средств и методов совершенствования действия

## **6. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ**

### **6.1. Понятие о физических способностях, основные формы их проявления**

Термины физические способности и физические качества. Особенности проявления физических способностей в разных движениях

### **6.2. Основные закономерности развития физических способностей.**

Движения - ведущий фактор развития физических способностей. Зависимость развития способностей от режима двигательной деятельности. Этапность развития физических способностей. Неравномерность и гетерохронность (разновременность) развития способностей. Обратимость показателей развития способностей. Перенос физических качеств. Единство и взаимосвязь двигательных умений и физических способностей.

## **7. ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ**

### **7.1. Сила и основные методики ее воспитания**

Собственно силовые способности, задачи по их воспитанию. Основные факторы, лежащие в основе собственно силовых способностей; современные представления об их сущности. Критерии и способы оценки силовых способностей, используемые в практике физического воспитания. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания собственно силовых способностей.

Средства и основные черты методики. Отличительные признаки упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания собственно-силовых способностей. Дополнительные средства воздействия на развитие силовых способностей (внешние отягощения различного рода, тренажерные устройства).

Режимы работы мышц. Собственно-силовые и скоростно-силовые способности. Разновидности силовых способностей.

Средства развития силовых способностей. Методы развития силовых способностей:

- метод максимальных усилий;
- метод повторных непредельных усилий;
- метод изометрических усилий;
- метод изокинетических усилий;
- метод динамических усилий;
- «Ударный» метод.

### **7.2. Скоростные способности и основы методики их воспитания**

Дифференцированный характер способностей, определяющих временные параметры двигательных реакций и скорость движений. Критерии и способы оценки этих скоростных способностей, используемые в практике физического воспитания. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания скоростных способностей.

Особенности средств и методики воспитания скоростных способностей. Особенности упражнений, способствующих сокращению времени простых и сложных двигательных реакций. Основные методы и методические приемы в воспитании способности к простым и сложным двигательным реакциям (в частности, реакциям на движущийся объект и реакциям с выбором).

Особенности средств и методики воспитания двигательной быстроты (как способности, лимитирующей скоростные характеристики движений). Особенности собственно скоростных упражнений, их формы, разновидности.

## **8. ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ**

### **8.1. Выносливость и основы методики ее воспитания**

Обобщающее представление о выносливости как о комплексе функциональных возможностей, определяющих способность противостоять утомлению в процессе двигательной деятельности; основные факторы выносливости. Многообразие форм проявления выносливости; типы выносливости, проявляемой в двигательной деятельности; так называемая «общая» и «специальная» выносливость. Критерии и способы оценки выносливости в физическом воспитании.

Возрастные периоды, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие выносливости разного типа.

Средства воспитания выносливости. Отличительные черты упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания выносливости различного типа. Дополнительные средства воспитания выносливости.

Основы методики воспитания выносливости. Методические подходы, характеризующиеся преимущественно избирательным и целостным воздействием на факторы, определяющие выносливость. Пути направленного воздействия на аэробные и анаэробные возможности организма и другие факторы выносливости.

Особенности методики воспитания общей выносливости. Отличительные черты методики воспитания специфической выносливости («силовой», «скоростной», «координационной», смешанного типа) в условиях специализации в избранном виде деятельности (спортивной, трудовой).

### **8.2. Гибкость и основы методики ее воспитания**

Гибкость как одно из жизненно важных физических качеств. Современные представления о морффункциональных свойствах, лежащих в основе гибкости, и других факторах, определяющих ее. Критерии и способы оценки гибкости, используемые в физическом воспитании. Особенности задач по оптимизации развития гибкости, решаемых на различных этапах и в рамках профилированных направлений в физическом воспитании. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие гибкости.

Средства и особенности методики направленного воздействия на развитие гибкости в процессе физического воспитания. Отличительные черты упражнений на гибкость, их разновидности (активные, пассивные, комбинированные; динамические и статические). Методические подходы, приемы и условия, способствующие увеличению «растягивающего» эффекта упражнений.

### **8.3. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания**

1. Общее понятие и виды координационных способностей

2. Факторы, определяющие развитие координационных способностей

3. Возрастно-половые и индивидуальные особенности развития координационных способностей

4. Средства воспитания координационных способностей

5. Методы воспитания координационных способностей

Двигательно-координационные и непосредственно связанные с ними способности.

Характеристика двигательно-координационных и непосредственно связанных с ними способностей как объектов направленного воздействия в процессе физического воспитания. Комплексный характер способностей, определяющих качество координации движений. Двигательно-координационные способности как основа ловкости (способности координировать движения при построении двигательных действий и способности перестраивать их в соответствии с требованиями меняющихся условий). Общие и частные критерии, используемые в практике физического воспитания для оценки данного комплекса способностей.

Средства и основы методики воспитания двигательно-координационных способностей. Отличительные признаки упражнений, используемых в качестве основных средств воспитания

двигательно-координационных способностей. Обеспечение регулярного пополнения и обновления двигательного опыта, систематического преодоления возрастающих координационных трудностей как главные линии в воспитании двигательно-координационных способностей. Основные методы и подходы, типичные для методики их воспитания. Правила нормирования нагрузок в упражнениях, предъявляющих повышенные требования к двигательно-координационным способностям, порядок включения таких упражнений в систему занятий на различных этапах физического воспитания.

## **9. ФОРМЫ ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ, ПЛАНИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ, КОНТРОЛЬ**

### **9.1. Структура занятия как относительно завершенного целостного звена процесса физического воспитания**

Соотношение формы и содержания занятия. Понятие о форме и содержании занятия как целостного звена физического воспитания. Определяющая роль содержания занятия; существенная роль способа построения (формы) занятия в обеспечении эффективности физического воспитания. Многообразие форм построения занятий в физическом воспитании.

Общие черты структуры различных форм занятий в физическом воспитании.

Педагогический аспект построения отдельного занятия в физическом воспитании. Основные характеристики структуры занятия (способ упорядочения деятельности занимающихся): характеристика структуры занятия как первичного целостного звена процесса физического воспитания: части занятия и их подразделы, их соотношение и общая последовательность, порядок распределения материала по частям занятия, моторная и общая плотность, динамика нагрузок и порядок ее чередования с интервалами отдыха.

### **9.2. Особенности форм занятий урочного и неурочного типа**

Особенности занятий урочного типа. Определяющие черты урока в физическом воспитании; педагогические возможности, представляемые урочными формами занятий. Типы уроков в физическом воспитании. Особенности постановки и реализации задач в урочных занятиях. Способы распределения материала и организации деятельности занимающихся в уроке физического воспитания («круговой» и «линейный» способ; «фронтальный»; «групповой» и «индивидуальный» способы и т.д.). Педагогический анализ урока.

Особенности занятий неурочного типа. Отличительные черты неурочных занятий в физическом воспитания (самостоятельные индивидуальные занятия, самостоятельные групповые занятия, состязания и др.). Необходимые предпосылки рациональной организации занятий неурочного типа и условия, при соблюдении которых они становятся органическими звенями целостного процесса физического воспитания.

### **9.3. Планирование и контроль в физическом воспитании.**

Планирование и контроль как инструменты оптимального построения процесса физического воспитания и управления его эффектами. Взаимообусловленность планирования и контроля, их единство.

Планирование. Сущность, объективные основы и аспекты планирования. Планирование как предвидение реального хода процесса физического воспитания. Основные аспекты планирования: планирование результирующих показателей, материала занятий и параметров, связанных с ними нагрузок, методических подходов и общего порядка построения процесса физического воспитания. Масштабы планирования во времени: перспективное, этапное (по этапам, четвертям, семестрам и т.п.), краткосрочное (оперативно-текущее) планирование.

Основные операции и формы планирования. Основные операции планирования; их последовательность, условия осуществления и особенности в различных условиях. Текстовые, графические, математические и другие формы планирования.

Особенности форм и операций, перспективного планирования. Перспективный план, общая программа. Конкретизация официальных учебных планов и унифицированной программы

применительно к реальным условиям осуществления задач физического воспитания и особенностям контингента. Особенности разработки перспективного плана при отсутствии унифицированной регламентирующей документации планирования.

Годовой план как связующее звено между перспективным и этапным планированием. Целесообразная степень детализации намеченного в перспективном плане при составлении графика годового плана. Формы и способы разработки годового плана-графика.

Особенности форм и операций этапного планирования. Коррекция и детализация запланированного в годовом плане при составлении этапного плана (на четверть, период, средний цикл или аналогичную стадию процесса физического воспитания). Основания и способы расчета параметров, намечаемых в этапном плане; правила его разработки и оформления. Особенности форм и операций оперативно-текущего планирования. Правила разработки и оформления краткосрочного плана и конспекта занятия.

**Контроль.** Сущность и объекты педагогического контроля в физическом воспитании. Объекты педагогического контроля в физическом воспитании; направленность контроля на получение исходных данных, необходимых для планирования и рационального построения занятий, данных о характере, объеме и интенсивности воздействий, осуществляемых в процессе физического воспитания, данных о физическом и психическом состоянии занимающихся, о ближайших, следовых, кумулятивных эффектах занятий и общей динамике воспитательно-образовательных результатов физического воспитания. Единство педагогического, врачебного контроля и самоконтроля в физическом воспитании.

Особенности текущего и поэтапного контроля. Текущий (оперативный) контроль. Основные показатели, учитываемые в текущем контроле (по ходу занятия и в интервалах между занятиями), их критерии, методы и приемы регистрации и анализа. Текущая оценка успеваемости. Формы учета при текущем контроле.

Этапный контроль. Основные показатели кумулятивного эффекта физического воспитания, учитываемые при этапном контроле; методы их регистрации и оценки. Методика учета и анализа нагрузок и других характеристик процесса физического воспитания, подлежащих поэтапному контролю. Формы учета при этапном контроле.

Самоконтроль. Самоконтроль как необходимое условие эффективности физического воспитания. Минимальный комплекс показателей, подлежащих учету при ежедневном самоконтроле (включая самооценки); методика их регистрации и анализа. Основные требования к ведению дневника самоконтроля, обработке и использованию его материалов.

## **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАЗЛИЧНЫЕ ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА**

### **10. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Первостепенная роль физической культуры в жизни, развитии и воспитании детей раннего и дошкольного возраста. Особенности задач, решаемых на начальных этапах физического воспитания, их обусловленность закономерностями возрастного развития детей в дошкольные периоды жизни, потребностями подготовки к предстоящей деятельности, условиям семейного быта; критерии реализации задач.

Характеристика направленности, типичного состава средств и определяющих черт методики физического воспитания в общей системе воспитания, осуществляемого в яслях и детских садах.

Физическая культура в семейных и общественных формах воспитания детей раннего и дошкольного возраста. Методические основы направленного использования факторов физической культуры в условиях семейного быта дошкольников.

## **11. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

- типичные возрастные особенности детей школьного возраста
- цель, задачи и направленность физической культуры детей школьного возраста
- формы занятий физическими упражнениями

Социально-педагогическое и оздоровительное значение физического воспитания детей и молодежи школьного возраста, задачи, нормативные критерии. Роль физического воспитания и связанных с ним форм направленного использования физической культуры в системе общего и специального среднего образования. Социальные условия, определяющие направленность и формы осуществления физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Особенности задач, решаемых в физическом воспитании детей младшего, среднего и старшего школьного возраста, обусловленные закономерностями возрастного развития, направленностью и этапами образования. Система нормативов, действующих в физическом воспитании детей и молодежи школьного возраста.

Программное содержание и определяющие черты методики физического воспитания детей и молодежи школьного возраста. Основы содержания программ, регламентирующих физическое воспитание детей и молодежи школьного возраста; различия и состав средств, зависящие от избираемых форм общего, специального образования и физкультурно-спортивной деятельности.

Особенности методики обучения двигательным действиям и воспитания физических способностей, обусловленные особенностями содержания физического образования и закономерностями возрастного физического развития детей и молодежи школьного возраста.

### **11.1. Содержание учебного предмета «Физическое воспитание» в школе**

#### **Физическая культура в общеобразовательной школе**

Общий курс физического воспитания по учебному плану школы. Программное содержание классно-урочных форм занятий по физической культуре в школе. Система школьных уроков физической культуры; типы уроков и особенности их структуры, зависящие от специфики программного материала и возрастных особенностей школьников. Определяющие черты методики школьного урока физической культуры (методы организации и управления деятельностью учащихся, правила нормирования нагрузки и т.д.). Правила и условия оптимального построения системы уроков физической культуры в рамках учебного года и его четвертей. Особенности содержания и методики уроков физической культуры, проводимых с учащимися, отнесенными к различным медицинским группам.

Дополнительные (внеклассные) формы физкультурных занятий в общеобразовательной школе. Основы методики вводной гимнастики до начала школьных занятий по расписанию, «физкультминутки», физкультурно-рекреативных занятий во время больших перемен, «физкультурного часа» в режиме продленного дня. Основы методики внеклассных секционных занятий по общей физической и начальной спортивной подготовке в школе.

### **11.2. Система планирования физического воспитания в школе**

#### **- Учебный план**

Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании. Основными документами планирования в физическом воспитании являются: учебный план, учебная программа, план-график учебного процесса, рабочий (тематический) план, расписание занятий, планы-конспекты занятий. Все документы планирования в логическом и содержательном отношении связаны между собой. Каждый последующий, более частного характера документ, разрабатывается в соответствии с предшествующим.

Представляет собой основной (исходный) документ, на основе которого осуществляется вся многогранная работа по физическому воспитанию в государственных учебных заведениях всех уровней.

Учебным планом устанавливается:

а) общая продолжительность занятий по физическому воспитанию в общеобразовательной школе, учебном заведении; спортивной специализации в ДЮСШ и других спортивных школах;

б) разделы (виды) программного материала с указанием часов на их прохождение по годам обучения.

Годовой план прохождения учебного материала; четвертной план; технология составления плана учебно-воспитательного процесса на четверть (полугодие).

**Учебная программа. Программа - это документ планирования учебной работы, в котором определяются:**

а) целевые установки и общие задачи педагогического процесса: в общеобразовательной школе - курса физического воспитания, в ДЮСШ - спортивной тренировки по избранному виду спорта;

б) объем знаний, умений и навыков, которыми должны овладеть занимающиеся в планируемый срок занятий и перечень основных физических упражнений и других средств, обеспечивающих решение поставленных задач;

в) уровень теоретической, общефизической и спортивной подготовленности, выраженный в зачетных требованиях и учебных нормативах (тестовых показателях), которого должны достигнуть занимающиеся на каждом году и по окончании обучения в образовательном учреждении.

Программа по физическому воспитанию состоит в основном из 4 разделов:

1. Уроки физической культуры.
2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.
3. Физическая культура во внеурочное время.
4. Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

## **11. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И В БЫТУ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Содержание программы физического воспитания студентов. Возрастные особенности контингента обучающихся в вузе. Особенности методики занятий физическими упражнениями в учебных отделениях вуза. Система контрольных и зачетных требований к студентам по семестрам и годам обучения. Методика занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

## **12. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В БЫТУ У ОСНОВНЫХ КОНТИНГЕНТОВ ТРУДЯЩИХСЯ**

### **12.1. Особенности физического развития и физической подготовленности лиц молодого и зрелого возраста**

Краткая характеристика особенностей развития и физической подготовленности лиц молодежного (18-29 лет) и зрелого (30-55 женщины; 30-60 мужчины) возраста. Инволюционный период, физическая нагрузка для лиц молодежного и зрелого возраста. Биологические аспекты проблемы физической культуры молодых взрослых. Периодизация взрослых лиц на группы. Задачи ФК для каждой группы.

Культурологический аспект проблемы физической культуры. Привычка, потребность в занятиях ФК. Рекреационные занятия.

### **12.2. Физическая культура в режиме трудового дня**

Особенности использования физической культуры в рамках трудового дня. Вводная гимнастика. Физкультурная пауза. Физкультминутки. Работоспособность человека на протяжении рабочего дня.

### **12.3. Физическая культура в быту трудящихся**

Основные формы использования ФК в быту: базово-пролонгирующая ФК, гигиеническая и рекреативная ФК, оздоровительно-реабилитационная ФК, базовый спорт.

## **13. ОСОБЕННОСТИ НАПРАВЛЕННОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ФАКТОРОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО И СТАРШЕГО ВОЗРАСТА**

Старение и задачи направленного физического воспитания. Функциональные изменения в процессе старения. Основная и частные оздоровительные задачи в этом возрасте.

Содержание и организационно-методические основы занятий физическими упражнениями лицами пожилого и старшего возраста. Средства физического воспитания. Формы организации занятий. Самодеятельные начала при различных формах (группы здоровья, секции, группы ОФП, клубы любителей бега и т.д.). Методические основы занятий - 7 методических правил.

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

7.1 Результаты государственного экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», объявляются обучающимся после окончания работы ГЭК в день экзамена и заносятся в зачетную книжку и ведомость.

7.2 Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если обучающий усвоил программный материал, исчерпывающе, грамотно и логически стройно его излагает, в свете которого тесно увязывается теория с практикой. При этом обучающийся не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с вопросами и другими видами контроля знаний.

7.3 Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, твердо знающему программный материал, грамотно и по существу излагающему его, который не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов.

7.4 Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, который имеет знания только основного материала, но не усвоил его детали, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения последовательности в изложении программного материала и испытывает трудности в выполнении практических заданий.

7.5 Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, который не усвоил значительной части программного материала, допускает существенные ошибки.

### **8. Порядок выполнения выпускной квалификационной работы и подготовки к защите выпускной квалификационной работы**

8.1 ВКР выполняется в форме выпускной квалификационной работы бакалавра под руководством руководителя ВКР.

8.2 В организации подготовки к процедуре защиты ВКР участвуют руководитель образовательной программы, руководитель ВКР/научный руководитель, консультант (при необходимости), обучающиеся и сотрудники деканатов факультетов.

8.3 При решении сложных комплексных задач создаются коллективы обучающихся для выполнения ВКР из не более 3 человек, в которых каждый обучающийся выполняет в соответствии с общей задачей свое конкретное задание.

8.4 Выпускными квалификационными работами руководят научно-педагогические работники:

- имеющие ученое звание или ученую степень доктора наук – без ограничений;
- имеющие ученую степень кандидата наук, но без ученого звания – только ВКР бакалавров и специалистов, а также магистерскими диссертациями по решению ученого совета учебного структурного подразделения.

8.5 Обучающийся выбирает тему ВКР из примерного перечня тем (Приложение Б), руководствуясь интересом к проблеме, возможностью получения фактических данных, наличием специальной литературы, учитывая, что основным требованием является научная и практическая актуальность и новизна темы. Обучающийся может работать по самостоятельно предложенной теме при условии обоснованности целесообразности ее разработки для практического применения в области профессиональной деятельности или на конкретном объекте профессиональной деятельности по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата), направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки».

8.6 Обучающийся пишет заявление на имя заведующего кафедрой, в котором формулирует тему своей ВКР. Заявление согласовывают руководитель ВКР и руководитель программы. На основании заявлений обучающихся издается распоряжение о закреплении тем и руководителей ВКР за обучающимися.

8.7 Обучающийся получает от руководителя ВКР задание на выполнение ВКР, конкретизирующее объем и содержание ВКР до начала выполнения выпускной квалификационной работы (Приложение В).

8.8 Обучающийся самостоятельно выполняет ВКР в соответствии с требованиями настоящей Программы в период преддипломной практики.

8.9 Обучающийся несет ответственность за достоверность данных, представленных в ВКР, при заимствовании отдельных материалов и результатов ссылается на авторов и источники.

8.10 Текст ВКР проверяется руководителем ВКР на объем заимствования. Для проверки текста ВКР на объем заимствований руководители ВКР используют публично-доступный сервис «Антиплагиат» (<https://www.antiplagiat.ru/>), бесплатная версия. Доля авторского текста в ВКР должна быть не менее 75%.

8.11 Предварительная защита ВКР проходит в рамках защиты отчета по преддипломной практике. По итогам защиты допускается корректировка темы путем внесения изменений в ранее изданное распоряжение о закреплении тем и руководителей ВКР за обучающимися.

8.12 После завершения обучающимся подготовки ВКР руководитель указанной работы представляет секретарю ГЭК письменный отзыв о работе обучающегося в период подготовки ВКР (далее – отзыв). Шаблон отзыва и требования к его содержанию представлены в Приложении Г.

8.13 ВКР бакалавра может подлежать рецензированию (по решению Ученого совета ФФК). В этом случае ВКР не позднее, чем за 12 календарных дней до защиты направляется одному или нескольким рецензентам из числа лиц, не являющихся работниками НИ ТГУ, для проведения рецензирования. Рецензент проводит анализ ВКР и представляет в ГЭК письменную рецензию на указанную работу (далее – рецензия). Если ВКР имеет междисциплинарный характер, она направляется нескольким рецензентам.

8.14 Секретарь ГЭК обеспечивает ознакомление обучающегося с отзывом и рецензией не позднее, чем за 5 календарных дней до дня защиты ВКР.

8.15 ВКР допускается к защите решением руководителя образовательной программы не позднее, чем за 3 дня до защиты. ВКР может быть допущена к защите при отрицательных отзывах руководителя на основании решения руководителя образовательной программы, принятого с участием комиссии по защите отчетов по преддипломной практике, руководителя ВКР и автора работы.

8.16 Текст ВКР размещается в электронно-библиотечной системе НИ ТГУ (репозитории НБ ТГУ) в соответствии с Регламентом размещения текстов ВКР в электронно-библиотечной системе НИ ТГУ.

8.17 ВКР, отзыв и рецензия (при наличии) передаются в ГЭК (в деканат) не позднее, чем за 2 календарных дня до дня защиты работы. В работу вшивается задание на ВКР, отчет с результатами проверки на оригинальность (с подписью руководителя ВКР). В работу вкладываются справка из НБ ТГУ о размещении текста ВКР в репозитории и акт о внедрении результатов ВКР (при наличии).

8.18 Обучающийся готовит к защите демонстрационные материалы в дополнение к докладу на 10 мин. Рекомендуемая структура демонстрационных материалов (презентации) следующая: начальный слайд (название ВКР, Ф.И.О. обучающегося, Ф.И.О. руководителя ВКР, наименование направления подготовки и профиля); слайды с описанием актуальности, цели, задач, объекта и предмета исследования; слайды с основными результатами исследования; слайды с выводами и рекомендациями по результатам ВКР. Слайды должны быть пронумерованы.

## **9. Требования к выполнению выпускной квалификационной работы**

9.1 По своей структуре ВКР должен состоять из последовательно расположенных основных элементов:

- титульный лист;
- задание по выполнению ВКР;
- аннотация;
- оглавление;
- перечень условных обозначений, сокращений (при необходимости);
- введение;
- основная часть текста;
- заключение;
- литература;
- приложения (при необходимости);

9.2 Титульный лист является первой страницей работы и оформляется по образцу (Приложение Д).

9.3 Задание по выполнению ВКР вшивается в работу, не нумеруется.

9.4 Аннотация содержит краткое описание полученных результатов исследования, объем 1-2 страницы.

9.5 Оглавление включает перечисление частей работы, начиная с введения, названий глав и параграфов и заканчивая приложениями с указанием страниц.

9.6 Во введении описываются актуальность темы и степень ее разработанности, цель, задачи, объект и предмет исследования, используемые методы и практическая значимость исследования.

9.7 Основная часть работы включает главы, структурированные на параграфы, и соответствует задачам, поставленным во введении.

9.8 Заключение содержит основные, наиболее существенные выводы и результаты, сформулированные автором на основании проведенного исследования, и рекомендации по применению полученных результатов.

9.9 Список литературы содержит перечень библиографических источников, использованных при написании работы.

9.10 Приложения работы могут включать статистические данные и таблицы, графический материал, расчеты и другие вспомогательные материалы.

9.11 Предметный указатель содержит перечень компетенций, сформированность которых демонстрируется в ВКР, соотнесенный со структурными элементами работы, оформляется в виде таблицы (Приложение Е).

9.12 Рекомендуемый объем работы 55-75 страниц, страницы приложений не учитываются в общем объеме работы.

9.13 При написании работы автор обязан оформлять библиографические ссылки на источники, откуда он заимствует материал или отдельные результаты.

9.14 ВКР должна быть оформлена в соответствии с требованиями Приложения Ж.

## **10. Критерии оценки защиты выпускной квалификационной работы**

10.1 Решение ГЭК об итоговой оценке основывается на:

- отзыве руководителя ВКР;

- оценке членов ГЭК содержания работы и ее защиты (включая доклад, ответы на вопросы и замечания).

10.2 Результаты защиты ВКР определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», объявляются обучающимся после окончания работы ГЭК в день защиты и заносятся в зачетную книжку и ведомость.

10.3 Оценка «отлично» выставляется, если:

- содержание ВКР соответствует теме, оформление ВКР соответствует требованиям;

- выступление на защите структурировано, раскрыты причины выбора и актуальность темы, цель и задачи работы, предмет, объект и хронологические рамки исследования, логика выведения каждого наиболее значимого вывода;

- в заключительной части доклада показаны перспективы и задачи дальнейшего исследования данной темы, освещены вопросы дальнейшего применения и внедрения результатов исследования в практику;

- длительность выступления соответствует регламенту;

- отзыв руководителя на ВКР не содержит замечаний;

- ответы на вопросы членов ГЭК логичны, раскрывают сущность вопроса, подкрепляются положениями монографических источников и нормативно-правовых актов, выводами и расчетами из ВКР, показывают самостоятельность и глубину изучения проблемы;

- широкое применение информационных технологий, как в самой ВКР, так и во время выступления.

10.4 Оценка «хорошо» выставляется, если:

- содержание ВКР соответствует теме, оформление ВКР соответствует требованиям;

- выступление на защите ВКР структурировано, допущены одна-две неточности при раскрытии причин выбора и актуальности темы, целей и задач работы, предмета, объекта и хронологических рамок исследования, допущена погрешность в логике выведения одного из наиболее значимых выводов, которая устраняется в ходе дополнительных уточняющихся вопросов;

- в заключительной части доклада недостаточно отражены перспективы и задачи дальнейшего исследования данной темы, вопросы дальнейшего применения и внедрения результатов исследования в практику;

- длительность выступления соответствует регламенту;

- отзыв руководителя на ВКР не содержит замечаний или имеет незначительные замечания;

- в ответах на вопросы членов ГЭК допущено нарушение логики, но в целом раскрыта сущность вопроса, тезисы выступающего подкрепляются положениями нормативно-правовых актов, выводами и расчетами из ВКР, показывают самостоятельность и глубину изучения проблемы обучающимся;

– ограниченное применение студентом информационных технологий как в самой ВКР, так и во время выступления.

10.5 Оценка «удовлетворительно» выставляется, если:

– содержание ВКР не в полной мере соответствует теме, оформление ВКР не в полной мере соответствует требованиям;

– выступление на защите ВКР структурировано, допущены неточности при раскрытии причин выбора и актуальности темы, целей и задач работы, предмета, объекта и хронологических рамок исследования, допущена грубая погрешность в логике выведения одного из наиболее значимых выводов, которая при указании на нее, устраняется с трудом;

– в заключительной части доклада недостаточно отражены перспективы и задачи дальнейшего исследования данной темы, вопросы дальнейшего применения и внедрения результатов исследования в практику;

– длительность выступления не соответствует регламенту;

– отзыв руководителя на ВКР содержит замечания и перечень недостатков, которые не позволили студенту полностью раскрыть тему;

– ответы на вопросы членов ГЭК не раскрывают до конца сущности вопроса, слабо подкрепляются положениями монографических источников и нормативно-правовых актов, выводами и расчетами из ВКР, показывают недостаточную самостоятельность и глубину изучения проблемы обучающимся;

– недостаточное применение информационных технологий как в самой ВКР, так и во время выступления;

– в процессе защиты ВКР студент продемонстрировал понимание содержания ошибок, допущенных им при ее выполнении.

10.6 Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если:

– содержание ВКР не соответствует теме, оформление ВКР не соответствует требованиям;

– выступление студента на защите не структурировано, не раскрыты причины выбора и актуальность темы, цели и задачи работы, предмет, объект и хронологические рамки исследования, допущены грубые погрешности в логике выведения нескольких из наиболее значимых выводов, которые, при указании на них, не устраняются;

– в заключительной части доклада не отражены перспективы и задачи дальнейшего исследования данной темы, вопросы дальнейшего применения и внедрения результатов исследования и практику;

– длительность выступления не соответствует регламенту;

– отзыв руководителя на ВКР содержит аргументированный вывод о несоответствии работы требованиям образовательного стандарта;

– ответы на вопросы членов ГЭК не раскрывают сущности вопроса, не подкрепляются положениями нормативно-правовых актов, выводами и расчетами из ВКР, показывают отсутствие самостоятельности и глубины изучения проблемы обучающимся;

– информационные технологии не использованы в ВКР, а также при докладе в процессе защиты ВКР обучающимся демонстрируется непонимание содержания ошибок, допущенных им при ее выполнении.

## **11. Особенности проведения государственной итоговой аттестации для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ**

11.1 Заместитель декана по учебной работе не позднее, чем за 6 месяцев до проведения ГИА доводит до сведения обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ в доступной для них форме локальные нормативные акты НИ ТГУ по вопросам проведения ГИА.

11.2 Обучающийся инвалид или лицо с ОВЗ при необходимости не позднее, чем за 3 месяца до начала проведения государственной итоговой аттестации подает письменное заявление в деканат о необходимости создания для него специальных условий при проведении государственных аттестационных испытаний с указанием его индивидуальных особенностей. К

заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей. В заявлении обучающийся указывает для каждого государственного аттестационного испытания на необходимость (отсутствие необходимости):

- присутствия ассистента на государственном аттестационном испытании;
- увеличения продолжительности сдачи государственного аттестационного испытания по отношению к установленной продолжительности.

11.3 В случае проведения ГИА с применением ДОТ и при необходимости присутствия ассистента или выполнения иных особых условий обучающийся инвалид или лицо с ОВЗ подает дополнительное к указанному в п. 11.2 заявление на имя заместителя декана учебной работе не позднее чем за 7 календарных дней до даты проведения аттестационного испытания. Заявление подается в произвольной письменной форме с электронного почтового ящика обучающегося на электронную почту деканата (e-mail:ffk@mail.tsu.ru).

## **12. Особенности проведения государственной итоговой аттестации с применением дистанционных образовательных технологий**

12.1 Проведение ГИА с применением ДОТ осуществляется в случаях, предусмотренных Положением о ГИА в НИ ТГУ по заявлению обучающегося на имя руководителя учебного структурного подразделения (Приложение 3).

12.2 ГИА с применением ДОТ проводится в режиме видеоконференции. Организацию работы видеоконференций для заседаний ГЭК и ее техническую поддержку осуществляет заместитель декана по электронному обучению и при информационной поддержке ИДО ТГУ.

12.3 Требования к информационным технологиям (программному и аппаратному обеспечению) для проведения ГИА с применением ДОТ перечислены в разделах 14.1 и 14.2 настоящей программы.

12.4 Обучающийся не позднее, чем за 2 календарных дня до защиты ВКР передает в деканат по электронной почте (e-mail:ffk@mail.tsu.ru) текст ВКР и отзыв. Деканат в ответ направляет уведомление о получении.

12.5 Заместитель декана по электронному обучению совместно с секретарем ГЭК не позднее, чем за один день до проведения аттестационных испытаний проверяют техническую готовность обучающихся и членов ГЭК с помощью тестового сеанса связи в созданной для проведения процедуры ГИА виртуальной аудитории/videokonferenции.

12.6 Заместитель декана по электронному обучению за 30 минут до начала аттестационного испытания в режиме видеоконференции проверяет наличие подключения председателя, членов и секретаря ГЭК и работу техники в соответствии с требованиями Положения о ГИА в НИ ТГУ. Председатель ГЭК проводит инструктаж членов ГЭК.

12.7 Обучающиеся не позднее, чем за 10 минут до начала заседания ГЭК в режиме видеоконференции подключаются к назначенному виртуальной аудитории/сеансу видеоконференции и не отключаются до окончания своего выступления и ответов на вопросы ГЭК. Руководители ВКР и иные заинтересованные лица подключаются к назначеннной виртуальной аудитории/сеансу видеоконференции по защите ВКР при желании.

12.8 Председатель ГЭК перед началом заседания представляется, оглашает количество присутствующих членов, проверяет наличие кворума и представляет по имени и отчеству каждого члена ГЭК, секретаря ГЭК и иных участников (при наличии), с указанием занимаемой должности.

12.9 Секретарь ГЭК доводит до обучающихся информацию по процедуре проведения ГИА в дистанционной форме, включая процедуру обсуждения и согласования результатов аттестационного испытания и объявления результатов, порядок проведения апелляции, объявляет последовательность вызова для выступления обучающихся в соответствии с составленным графиком с учетом их присутствия (данная информация дублируется в текстовом виде в системе видеоконференции).

12.10 Секретарь ГЭК проводит идентификацию личности обучающегося перед началом прохождения обучающимся аттестационного испытания, состоящую в визуальной сверке данных и фото документа, удостоверяющего личность, с лицом, предъявляющим данный документ. В случае невозможности идентификации личности обучающийся отстраняется от прохождения ГИА, при этом в ведомость проведения ГИА вносится запись «не явился».

12.11 Обучающийся в случае необходимости может получить техническую помощь от заместителя декана по электронному обучению путем обращения к нему в оперативном порядке с описанием возникшей проблемы по предоставленным заранее контактам. В случае невозможности оказания помощи заместителем декана обучающийся обращается в Институт дистанционного образования НИ ТГУ по корпоративной почте или по телефонной связи.

12.12 Председатель ГЭК в случае технических сбоев в работе оборудования и/или канала связи во время подготовки и/или выступления обучающегося и невыходе последнего на связь повторно в течение более чем 10 минут вправе перенести аттестационное испытание (с заменой экзаменационного билета в случае государственного экзамена) на другое время в рамках этого дня или на другой день, но в установленный период работы ГЭК. Секретарь ГЭК составляет соответствующий протокол, в котором описывается характер технического сбоя, время наступления технического сбоя и время его устранения, а также указывается новая дата и время перенесенного аттестационного испытания.

12.13 Обучающийся в случае невыхода на связь в течение более чем 10 минут с начала аттестационного испытания считается не явившимся на аттестационное испытание, при этом в ведомость проведения ГИА вносится запись «не явился».

12.14 Номер экзаменационного билета для каждого обучающегося определяется случайным образом.

12.15 Председатель ГЭК объявляет о начале прохождения государственного экзамена, а секретарь ГЭК фиксирует время начала. Общее время подготовки к ответу на экзаменационный билет не превышает 40 минут в случае устного экзамена и 3 часов в случае письменного экзамена.

12.16 Комиссия после истечения времени на подготовку приступает к проверке письменных ответов обучающихся и/или заслушиванию устных ответов по экзаменационному билету, соблюдая последовательность выступления обучающихся.

12.17 При устном ответе обучающийся в момент защиты использует заранее подготовленные демонстрационные материалы (презентации), демонстрируя их либо самостоятельно, либо предварительно передав ГЭК для рассмотрения. Демонстрационные материалы должны быть визуально четко воспринимаемы членами ГЭК.

12.18 При подготовке к ответу на экзаменационный билет и/или при ответах на вопросы по защите ВКР обучающиеся не отключаются от виртуальной аудитории/сеанса видеоконференции (не используют кнопку «пауза»).

12.19 После завершения выступлений обучающихся члены ГЭК приступают к обсуждению результатов аттестационных испытаний, обучающиеся на время обсуждения переводятся в отдельную вебинарную комнату. Секретарь ГЭК фиксирует в протоколе вопросы членов ГЭК к обучающемуся, рекомендации членов ГЭК, решение ГЭК, оценку, выставляемую за процедуру ГИА. В протоколе также фиксируются особенности проведения заседания ГЭК – в режиме видеоконференции с применением ДОТ.

12.20 После окончания обсуждения и фиксации результатов в протоколе обучающиеся возвращаются в режим видеоконференции для заслушивания результатов государственного экзамена или защиты выпускной квалификационной работы. Оценка доводится до сведения обучающегося в день проведения аттестационного испытания и вносится в протокол заседания, в экзаменационную ведомость и в зачетную книжку. Отсутствие обучающегося на объявлении оценки не является нарушением процедуры проведения аттестационного испытания.

### **13. Апелляция по результатам государственной итоговой аттестации**

13.1 По результатам государственных аттестационных испытаний обучающийся имеет право подать в апелляционную комиссию апелляцию о нарушении, по его мнению, установленной процедуры проведения государственного аттестационного испытания и/или несогласии с результатами государственного экзамена.

13.2 Апелляция подается в письменном виде лично обучающимся в апелляционную комиссию не позднее следующего рабочего дня после объявления результатов аттестационного испытания. Апелляция оформляется на имя председателя апелляционной комиссии и передается руководителю учебного структурного подразделения.

13.3 При проведении ГИА с применением ДОТ обучающийся подаёт апелляцию в апелляционную комиссию в электронном виде. Заявление посыпается на электронную почту деканата (e-mail: ffk@mail.tsu.ru) с указанием темы «Апелляция ГИА».

13.4 Для рассмотрения апелляции секретарь ГЭК направляет в апелляционную комиссию протокол заседания ГЭК, заключение председателя ГЭК о соблюдении процедурных вопросов при проведении государственного аттестационного испытания, а также письменные ответы обучающегося (при их наличии) (для рассмотрения апелляции по проведению государственного экзамена) либо ВКР, отзыв (для рассмотрения апелляции по проведению защиты ВКР).

13.5 При проведении ГИА с применением ДОТ секретарь ГЭК направляет в апелляционную комиссию материалы, перечисленные в п.13.4, в апелляционную комиссию в электронном виде. Аудио- и видеозаписи проведения процедуры ГИА, хранящиеся на серверах Института дистанционного образования НИ ТГУ, также могут быть использованы при рассмотрении апелляции.

13.6 Апелляция рассматривается не более 2 рабочих дней со дня ее подачи на заседании апелляционной комиссии, на которое приглашаются председатель ГЭК и обучающийся, подавший апелляцию. Заседание апелляционной комиссии может проводиться в отсутствие обучающегося, подавшего апелляцию, в случае его неявки на заседание апелляционной комиссии.

13.7 При проведении ГИА с применением ДОТ заседание апелляционной комиссии проводится с использованием ДОТ в режиме видеоконференции. Обучающемуся, подавшему апелляцию по электронной почте, направляется электронным письмом уведомление о дате и времени проведения заседания апелляционной комиссии со ссылкой на видеоконференцию. Заседание апелляционной комиссии проводится в отсутствие обучающегося, подавшего апелляцию, в случае отсутствия его подключения к видеоконференции в течение 10 минут с момента времени, указанного в уведомлении.

13.8 При рассмотрении апелляции о нарушении процедуры проведения государственного аттестационного испытания апелляционная комиссия принимает одно из следующих решений:

- об отклонении апелляции, если изложенные в ней сведения о нарушениях процедуры проведения государственного аттестационного испытания обучающегося не подтвердились и/или не повлияли на результат государственного аттестационного испытания;

- об удовлетворении апелляции, если изложенные в ней сведения о допущенных нарушениях процедуры проведения государственного аттестационного испытания обучающегося подтвердились и повлияли на результат государственного аттестационного испытания.

В случае удовлетворения апелляции результат проведения государственного аттестационного испытания подлежит аннулированию, в связи с чем протокол о рассмотрении апелляции не позднее следующего рабочего дня передается в ГЭК для реализации решения апелляционной комиссии. Обучающемуся предоставляется возможность пройти государственное аттестационное испытание в сроки, установленные руководителем учебного структурного подразделения по представлению председателя ГЭК.

13.9 При рассмотрении апелляции о несогласии с результатами государственного экзамена апелляционная комиссия выносит одно из следующих решений:

- об отклонении апелляции и сохранении результата государственного экзамена;
- об удовлетворении апелляции и выставлении иного результата государственного экзамена.

Решение апелляционной комиссии не позднее следующего рабочего дня передается в ГЭК. Решение апелляционной комиссии является основанием для аннулирования ранее выставленного результата государственного экзамена и выставления нового.

13.10 Решение апелляционной комиссии, оформленное протоколом и подписанное ее председателем, доводится до сведения обучающегося, подавшего апелляцию, в течение 3 рабочих дней со дня заседания апелляционной комиссии. Факт ознакомления обучающегося, подавшего апелляцию, с решением апелляционной комиссии удостоверяется подписью обучающегося в протоколе. Протоколы заседаний апелляционной комиссии вписываются в книгу протоколов заседаний ГЭК.

13.11 При проведении ГИА с применением ДОТ решение апелляционной комиссии оформляется протоколом и доводится до сведения обучающегося лично (через видеоконференцию с обязательным дублированием на электронную почту и/или в личный кабинет в ЭИОС) в установленные сроки.

13.12 Решение апелляционной комиссии является окончательным и пересмотру не подлежит.

13.13 Повторное проведение государственного аттестационного испытания обучающегося, подавшего апелляцию, осуществляется в присутствии председателя или одного из членов апелляционной комиссии не позднее даты завершения обучения по образовательной программе в соответствии с календарным учебным графиком.

13.14 Апелляция на повторное проведение государственного аттестационного испытания не принимается.

## **14. Информационные технологии, используемые при проведении государственной итоговой аттестации**

### **14.1 Аппаратное обеспечение:**

- персональный компьютер с подключением к сети Интернет со скоростью доступа не менее 2 Мбит/с;
- веб-камера, микрофон и аудиоколонки или наушники.

### **14.2 Программное обеспечение:**

- пакет офисных приложений Microsoft Office Standard 2013 Russian (или его аналог с сопоставимым функционалом), включающий текстовый процессор Word, табличный процессор Excel, программу подготовки и просмотра презентаций PowerPoint;
- веб-браузер Mozilla Firefox или Google Chrome (или их аналоги);
- система видео-конференц-связи Adobe Connect Pro (или её аналоги с сопоставимым функционалом), поддерживающая аудио- и видеозапись сеанса связи.

### **14.3 Информационно-справочные системы:**

- Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/>;
- Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/>;
- ЭБС Лань – <http://e.lanbook.com/>;
- ЭБС Консультант студента – <http://www.studentlibrary.ru/>;
- ЭБС Юрайт – <http://www.biblio-online.ru/>;
- ЭБС ZNANIUM.COM – <https://new.znanium.com/>.

## **15. Материально-техническая база, необходимая для проведения государственной итоговой аттестации**

15.1 Аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для групповых и индивидуальных консультаций. Помещения для самостоятельной работы, оснащенные

компьютерной техникой и доступом к сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду и к электронным библиотечным системам.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

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

1. Теория и методика физической культуры как наука и учебная дисциплина.
2. Основные понятия теории и методики физической культуры (физическая культура; физическое воспитание; физическая подготовка; физическая подготовленность; физическое развитие; физкультурное движение; спорт).
3. Понятие о системе физического воспитания и её структуре.
4. Задачи физического воспитания.
5. Социально-педагогические принципы системы физического воспитания.
6. Специфические и общекультурные функции физической культуры.
7. Понятие о формах физической культуры и их классификация.
8. Классификация физических упражнений.
9. Понятие о технике физических упражнений.
10. Характеристика методов физического воспитания.
11. Характеристика принципов физического воспитания.
12. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
13. Характеристика средств физического воспитания.
14. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
15. Сила и основы методики её воспитания.
16. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
17. Выносливость и методика её воспитания.
18. Гибкость и методика её совершенствования.
19. Ловкость и методика её развития.
20. Представление о содержании и форме занятий физическими упражнениями.
21. Классификация форм занятий в физическом воспитании.
22. Урочная форма занятий и ее особенности (признаки урочных форм занятий, понятие о структурном построении занятия).
23. Структура урока физической культуры.
24. Методы организации занимающихся на уроке.
25. Методы оценки эффективности урока физической культуры (хронометраж и пульсометрия).
26. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию.
27. Характеристика документов планирования по физическому воспитанию.
28. Педагогический контроль в физическом воспитании его виды и методы.
29. Особенности физического воспитания людей пожилого возраста.
30. Особенности физического воспитания детей младшего школьного возраста.
31. Особенности физического воспитания детей среднего школьного возраста.
32. Особенности физического воспитания детей старшего школьного возраста.
33. Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
34. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.
35. Особенности физического воспитания студенческой молодежи.
36. Классификация видов спорта.
37. Социальные функции спорта.
38. Основные направления в развитии спортивного движения.
39. Цель, задачи и характерные черты спортивной тренировки.
40. Средства спортивной тренировки.

41. Методы спортивной тренировки.  
 42. Характеристика принципов спортивной тренировки.  
 43. Виды подготовки спортсменов и их характеристика.  
 44. Построение спортивной тренировки (виды и структура тренировочных циклов).  
 45. Спортивная тренировка как многолетний процесс, стадии спортивной тренировки.  
 46. Технология планирования в спорте. Характеристика документов планирования в спорте.
47. Комплексный контроль в подготовке спортсмена.  
 48. Спортивной отбор в процессе многолетней подготовки.  
 49. Механизмы адаптации организма человека к физическим нагрузкам.  
 50. Контроль функционального состояния спортсмена. Принципы физиологического тестирования в спорте.
51. Понятие психорегуляция в спорте. Методы психорегуляции. Психорегулирующая тренировка.  
 52. Физиологическая характеристика разминки. Общая и специальная разминка.  
 Физиологическая характеристика процесса врабатывания.  
 53. Предстартовые эмоциональные состояния и способы их регуляции.  
 54. Утомление. Фазы утомления. Механизм развития утомления. Роль различных уровней регулирования в развитии утомления.  
 55. Здоровье и здоровый образ жизни. Роль физической культуры в сохранении здоровья.  
 56. Социальные функции физической культуры.  
 57. Основные черты социального института физической культуры и спорта.  
 58. Роль и место научной и методической деятельности в сфере физической культуры.
- Области исследований в сфере физической культуры и спорта.**
59. Методы и методология научного исследования. Наиболее распространенные методы исследований в области физической культуры.  
 60. Педагогический эксперимент (разновидности, методика проведения, требования к формированию экспериментальной выборки). Планирование эксперимента. Экспериментальные переменные.
61. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки спортсмена  
 62. Система физического образования П.Ф.Лесгахта.  
 63. Российское законодательство по физической культуре и спорту.  
 64. Принципы спортивного права.  
 65. Преступление в сфере физической культуры и спорта.  
 66. Содержание спортивного менеджмента.  
 67. В.С. Пирусский – основатель физического воспитания в Сибири.  
 68. Физическая культура и спорт в системе рыночных отношений: особенности функционирования, виды физкультурно-спортивных услуг.  
 69. Педагогическая культура спортивного педагога.  
 70. Характеристика профессионально-педагогических умений спортивного педагога.

## **Рекомендуемая литература**

### *Основная литература*

1. Никитушкин В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышева. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 217 с
2. Боген М. М.Физическое воспитание и спортивная тренировка. Обучение двигательным действиям. Теория и методика. – М: Либроком, 2013. – 230.
3. Кузнецов В. С. Теория и методика физической культуры : учебник для студентов

- учреждений высшего профессионального образования / В. С. Кузнецов. - Москва : Академия, 2012. – 409.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. – М: Академия, 2011. – 496.

*Дополнительная литература*

1. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры: учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. С. Алхасов. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 191 с.
2. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика: учебное пособие для академического бакалавриата/ С. Ф. Бурухин. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2017. - 240 с.
3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет : учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. - СПб. [и др.] : Лань [и др.], 2004. - 158,[1] с.
4. Теория и методика физической культуры : [учебник для вузов по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 "Физическая культура и спорт" / Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [3-е изд., стер.]. - М.: Советский спорт , 2007. - 463 с.: ил.
5. Фискалов В. Д. Спорт и система подготовки спортсменов : учебник : [для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы высшего профессионального образования] / В. Д. Фискалов. - Москва : Советский спорт, 2010. - 391, [1] с.: ил., табл.

*в) ресурсы сети Интернет:*

1. Сайт для учителей и родителей <http://www.inter-pedagogika.ru/>
2. Педагогическая библиотека [Электронный ресурс]. – URL: <http://pedlib.ru>
3. Сайт «Педагогика» <http://pedagogy.ru/index.html>

### **Практические задания для государственного экзамена**

1. Обработать протокол хронометрирования урока физической культуры и определить моторную и общую плотность урока.
2. Обработать протокол пульсометрии урока физической культуры и построить график физиологической кривой физической нагрузки.
3. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (легкая атлетика) для учащихся младших классов.
4. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (гимнастика с основами акробатики) для учащихся младших классов.
5. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (лыжная подготовка) для учащихся младших классов.
6. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (гимнастика с элементами акробатики) для учащихся средних классов.
7. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (лыжная подготовка) для учащихся средних классов.

8. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (спортивные игры) для учащихся средних классов.

9. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (легкая атлетика) для учащихся средних классов.

10. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (гимнастика с элементами акробатики) для учащихся старших классов.

11. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (лыжная подготовка) для учащихся старших классов.

12. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (спортивные игры) для учащихся старших классов.

13. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (легкая атлетика) для учащихся старших классов.

14. Составить методическую разработку по обучению технике физического упражнения из раздела программы по физической культуре (плавание) для учащихся старших классов.

15. Разработать план-график учебного процесса на учебный год для учащихся младших классов на основе программы по физической культуре.

16. Разработать план-график учебного процесса на учебный год для учащихся средних классов на основе программы по физической культуре.

17. Разработать план-график учебного процесса на учебный год для учащихся старших классов на основе программы по физической культуре.

18. Разработать тематический план (план на учебную четверть) для учащихся младших классов на основе программы по физической культуре.

19. Разработать тематический план (план на учебную четверть) для учащихся средних классов на основе программы по физической культуре.

20. Разработать тематический план (план на учебную четверть) для учащихся старших классов на основе программы по физической культуре.

21. Разработать план-конспект урока физической культуры для учащихся младших классов на основе тематического плана на основе программы по физической культуре.

22. Разработать план-конспект урока физической культуры для учащихся средних классов на основе тематического плана на основе программы по физической культуре.

23. Разработать план-конспект урока физической культуры для учащихся старших классов на основе тематического плана.

24. Сформировать порядок действий по созданию новой физкультурно-спортивной организации (ФСО).

25. Оформить контракт (трудовой договор) о трудовой деятельности спортсмена-профессионала.

26. Сформировать модель современной организационной структуры управления физической культурой и спортом в России.

27. Составить управленческий документ по физкультурно-спортивной организации (ФСО) (приказ, распоряжение, служебная записка).

28. Определите, какие предстартовые состояния (стартовая лихорадка, стартовая апатия, состояние боевой готовности, самоуспокоенность, спокойная уверенность) переживают спортсмены в приведенных случаях (см. Приложение 1).

29. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии «стартовой апатии» и какие – при «стартовой лихорадке» (см. Приложение 2).

30. Какие из приведенных признаков характерны для высокого уровня организации спортивной команды (см. Приложение 3).

31. Приведите 6-8 примеров правильной терминологической записи в соответствии с формулой общеразвивающих упражнений.

32. Составьте расписание игр по волейболу для 11 команд. Способ розыгрыша с выбыванием после первого поражения.

33. Составьте расписание игр по футболу для 5 команд. Способ розыгрыша круговой.

34. Составьте расписание игр по баскетболу для 8 команд. Способ розыгрыша с выбыванием после второго поражения.

Составьте «Положение о соревнованиях» по легкой атлетике на первенство школьников городского района.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Примерный перечень тем ВКР бакалавра

1. Олимпийское образование школьников 11 – 12 лет в условиях детского образовательно-оздоровительного лагеря.
2. Развитие скоростной выносливости у легкоатлетов 15-16 лет.
3. Совершенствование физического состояния студенток вуза.
4. Влияние занятий оздоровительным плаванием на физическую подготовленность детей 4-6 лет.
5. Влияние метода сопряженного воздействия на быстроту выполнения стартов и поворотов в плавании в ластах.
6. Средства формирования координационных способностей у юных каратистов на начальном этапе спортивной подготовки.
7. Методика развития силовых способностей юношей 15-17 лет на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.
8. Обучение нападающему удару волейболисток 12-13 лет.
9. Физическая подготовка юных баскетболистов и ее влияние на техническую подготовленность.
10. Методика проведения занятий по физическому воспитанию с использованием различных видов оздоровительной аэробики со студентками.
11. Взаимосвязь мотивации с уровнем специальной физической подготовленности студенток, занимающихся оздоровительной аэробикой
12. Влияние занятий аэробикой на мотивацию к достижению успеха (избеганию неудач) и физическую подготовленность студенток
13. Выявление профессионально значимых качеств у студентов геолого-географического факультета, занимающихся на специализации «лыжный спорт».
14. Воспитание силовой выносливости мышц рук и верхнего плечевого пояса у студенток-первокурсниц
15. Состояние физической подготовленности студентов первого курса Томского государственного университета.
16. Взаимосвязь уровня развития силовых способностей и физиологических характеристик нервно-мышечного аппарата у спортсменов-тяжелоатлетов 18-21 года.
17. Влияние средств стретчинга на развитие гибкости у детей младшего школьного возраста.
18. Методика совершенствования физической подготовленности футболистов посредством направленных воздействий на дыхательную систему.
19. Методика развития скоростно-силовых качеств у детей младшего школьного возраста.
20. Методика начального обучения техники плавания детей младшего школьного возраста с нарушением осанки.
21. Анализ методов подготовки сборной России по mogulу на этапах мирового первенства и Олимпийских игр.
22. Применение метода идеомоторной тренировки в процессе физического воспитания студентов ВУЗов.
23. Методика проведения физкультурно-оздоровительных занятий волейболом женщин среднего возраста.
24. Возможности оздоровительной физической культуры для женщин пожилого возраста.
25. Совершенствование процесса физического воспитания студентов СМГ на основе методики применения тренажерных устройств.
26. Применение тренажерных устройств для развития силовых качеств футболистов.

27. Влияние занятий аэробикой на двигательную активность и физическую подготовленность студенток в вузе.
28. Педагогический контроль физической подготовленности школьников в малокомплектной сельской школе.
29. Повышение специальной физической работоспособности студентов вуза, занимающихся футболом.
30. Совершенствование тренировочного процесса в подготовительном периоде у лыжников-гонщиков на этапе начальной подготовки.
31. Деятельность спортивных школ гимнастики в томской области и перспективы их развития.
32. Методика обучения большому обороту назад из стойки на руках в стойку на руках на параллельных брусьях на основе биомеханического анализа.
33. Развитие скоростно-силовых качеств легкоатлетов спринтеров на этапе углубленной специализации.
34. Педагогический контроль физической подготовленности спортсменов тхэквондистов на начальном этапе подготовки.
35. Совершенствование скоростно-силовой подготовки юных лыжниц 13 – 14 лет.
36. Олимпийское образование школьников 11 – 12 лет в условиях детского образовательно-оздоровительного лагеря.
37. Развитие скоростной выносливости у легкоатлетов 15-16 лет.
38. Совершенствование физического состояния студенток вуза.
39. Влияние занятий оздоровительным плаванием на физическую подготовленность детей 4-6 лет.
40. Влияние метода сопряженного воздействия на быстроту выполнения стартов и поворотов в плавании в ластах.
41. Средства формирования координационных способностей у юных каратистов на начальном этапе спортивной подготовки.
42. Методика развития силовых способностей юношей 15-17 лет на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.
43. Обучение нападающему удару волейболисток 12-13 лет.
44. Физическая подготовка юных баскетболистов и ее влияние на техническую подготовленность.
45. Организация, средства и методы скоростно-силовой подготовки футболистов 11-12 лет на этапе начальной подготовки.
46. Силовая подготовка юных легкоатлетов-спринтеров с применением тренажерных устройств.
47. Специально – двигательные способности гимнасток высокой квалификации в групповых упражнениях художественной гимнастики.
48. Влияние упражнений силовой направленности на физическую подготовленность студентов вуза.
49. Совершенствование процесса восстановления пловцов-подводников высокой квалификации.
50. Развитие скоростных способностей у студентов вуза, занимающихся на специализации «плавание».
51. Особенности методики развития прыгучести у гимнасток 11-12 лет.
52. Методика совершенствования скоростно-силовой выносливости дзюдоистов.
53. Педагогический контроль физической подготовленности детей дошкольного возраста.
54. Особенности развития координационных способностей юных гимнасток.

**ПРИЛОЖЕНИЕ В**  
**Шаблон задания на ВКР**

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации.  
 НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
 ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)  
 Факультет физической культуры

УТВЕРЖДАЮ  
 Руководитель ОПОП  
 д-р пед. наук, профессор  
 О.И. Загревский  
 «\_\_\_\_\_» 20\_\_\_\_ г.

**ЗАДАНИЕ**  
 по выполнению выпускной квалификационной работы бакалавра обучающемуся

(Ф.И.О. обучающегося)  
 по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки»

1 Тема выпускной квалификационной работы бакалавра

---

2 Срок сдачи обучающимся выполненной выпускной квалификационной работы:

- а) на кафедру –  
 б) в ГЭК –
- 

3 Исходные данные к работе:

Объект исследования –

---

Предмет исследования –

---

Цель исследования –

---

Задачи:

---

Методы исследования

---

Организация или отрасль, по тематике которой выполняется работа

---

4. Краткое содержание работы

---

Руководитель выпускной квалификационной работы

(должность, место работы)

(подпись)

/ (И.О. Фамилия)

Задание принял к исполнению

(должность, место работы)

(подпись)

/ (И.О. Фамилия)

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

### Шаблон отзыва руководителя ВКР

#### ОТЗЫВ

на выпускную квалификационную работу бакалавра по теме «*Тема*» обучающегося группы № факультета физической культуры НИ ТГУ направления подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата, направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки» *Ф.И.О. обучающегося в родительном падеже*

Текст отзыва, в котором отражаются:

- актуальность ВКР;
- степень достижения целей ВКР;
- достоинства и недостатки ВКР;
- наличие и значимость практических предложений и рекомендаций, сформулированных в ВКР;
- научная новизна полученных результатов;
- правильность оформления ВКР, включая оценку структуры, стиля, языка изложения, а также использования табличных и графических средств представления информации, в соответствии с правилами, установленными программой ГИА;
- уровень владения компетенциями, продемонстрированный автором работы;
- оценка работы руководителем и рекомендация ВКР к защите;
- заключение о возможности присвоения обучающемуся квалификации «бакалавр» по направлению подготовки Код Наименование направления подготовки.

Руководитель ВКР

должность, ученая степень

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

**ПРИЛОЖЕНИЕ Д**  
**Образец титульного листа**

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет физической культуры

Кафедра теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ В ГЭК  
Руководитель ОПОП  
д-р пед. наук, профессор  
\_\_\_\_\_ О.И. Загревский  
«\_\_\_\_\_» 2022 г.

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА БАКАЛАВРА**  
**ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**  
**ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура  
направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки»

Иванов Иван Владимирович

Руководитель ВКР  
К.п.н., доцент  
\_\_\_\_\_ А. М. Иванова  
«\_\_\_\_\_» 2022г.

Автор работы  
студент группы № 23601  
\_\_\_\_\_ И.В. Иванов

**ПРИЛОЖЕНИЕ Е**  
**Шаблон предметного указателя компетенций**

Таблица – Предметный указатель компетенций выпускной квалификационной работы бакалавра на тему «*Тема*»

Компетенция	Структурный элемент работы (номера глав, параграфов работы, в которых раскрывается компетенция)
ПК-28 - способностью выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта	- введение
ПК-29 - способностью применять методы обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы	– основная часть текста - методы и организация исследования
ПК-30 - способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности	- заключение

Руководитель ВКР  
должность, ученая степень

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
(подпись)

## ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

### **Требования по оформлению выпускной квалификационной работы бакалавра**

#### **1 Общие требования к листу**

Работа оформляется на одной стороне стандартного листа белой бумаги формата А4. При наборе текста используется текстовый редактор Microsoft Word или сопоставимые с ним по возможностям.

Размеры полей: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее – 20 мм, нижнее – 20 мм.

Текст оформляется шрифтом Times New Roman, размер шрифта – 12, интервал полуторный, абзацный отступ (красная строка) – 12,5 мм.

Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, теоремах, применяя шрифты разной гарнитуры.

В работе должны быть четкие, не расплывшиеся линии, буквы, цифры и знаки. По всей работе соблюдается равномерная, контрастность и четкость изображения.

#### **2 Названия структурных элементов и их оформление**

Наименования структурных элементов работы «АННОТАЦИЯ», «ОГЛАВЛЕНИЕ», «ПЕРЕЧЕНЬ УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ, СИМВОЛОВ, СОКРАЩЕНИЙ, ТЕРМИНОВ», «ВВЕДЕНИЕ», «ЗАКЛЮЧЕНИЕ», «ЛИТЕРАТУРА», «ПРИЛОЖЕНИЕ» являются заголовками структурных элементов работы.

Заголовки структурных элементов располагаются в середине строки без точки в конце и печатаются прописными (большими) буквами без подчеркивания полужирным шрифтом.

Главы и параграфы должны иметь заголовки.

Заголовки глав и параграфов нумеруются арабскими цифрами и печатаются с абзацного отступа с первой прописной буквы без точки в конце полужирным шрифтом.

Номер параграфа включает номер главы и порядковый номер, разделенные точкой.

После номера главы, параграфа точку не ставят.

Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Переносы слов в заголовках не допускаются.

Расстояние между заголовком и текстом должно быть равно двум интервалам (3-4 мм).

Каждый структурный элемент и главы работы начинаются с нового листа. Подразделы (параграфы) оформляются с новой страницы только, если от текста предыдущего подраздела или пункта не осталось на листе места хотя бы для одной строки после наименования этого подраздела (параграфа) или пункта.

#### **3 Нумерация страниц**

Все страницы работы нумеруются по порядку арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту работы (начинается нумерация с титульного листа и заканчивается списком литературы или приложениями).

Иллюстрации и таблицы, расположенные на отдельных страницах, включаются в общую нумерацию страниц.

Номер страницы проставляется в центре нижней части листа без точки, на титульном листе номер не ставится.

#### **4 Оглавление**

В оглавлении перечисляются заголовки структурных элементов работы в порядке их расположения в тексте с указанием номеров страниц.

Номера страниц структурных элементов размещаются по правому краю без применения заполнителя.

Приложения в оглавлении указываются без названий.

#### **5 Иллюстрации**

Иллюстрации располагаются в тексте работы непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице.

Каждая иллюстрация обозначается подписью, состоящей из слова «Рисунок», её порядкового номера через пробел и названия через тире.

Подпись располагается сразу после иллюстрации посередине строки.

Иллюстрации располагаются так, чтобы их было удобно рассматривать без поворота работы или с поворотом по часовой стрелке.

На все иллюстрации должны быть ссылки в тексте работы.

Иллюстрации, заимствованные из работ других авторов, сопровождаются библиографической ссылкой.

Номера иллюстрация выполняются арабскими цифрами.

Иллюстрации, за исключением иллюстраций приложений, нумеруются сквозной нумерацией.

Для иллюстраций каждого приложения используется отдельная нумерация, выполняемая арабскими цифрами с добавлением перед номером иллюстрации буквы-обозначения приложения.

Иллюстрации могут иметь пояснительные данные (подрисуночный текст), которые располагаются перед подписью к рисунку.

Ссылки на иллюстрации оформляются с использованием слова «рисунок» и указанием её порядкового номера.

## **6 Таблицы**

Таблицы располагаются в тексте работы непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые.

Каждая таблица обозначается наименованием, состоящим из слова «Таблица», её порядкового номера через пробел и названия через тире.

Наименование таблицы помещают над таблицей слева, без абзацного отступа в одну строку.

Таблицы располагаются так, чтобы их было удобно рассматривать без поворота работы или с поворотом по часовой стрелке.

На все таблицы должны быть ссылки в тексте работы.

Таблицы, заимствованные из работ других авторов, сопровождаются библиографической ссылкой.

Номера таблиц выполняются арабскими цифрами.

Таблицы, за исключением таблиц приложений, нумеруются сквозной нумерацией.

Для таблиц каждого приложения используется отдельная нумерация, выполняемая арабскими цифрами с добавлением перед номером таблицы буквы-обозначения приложения.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другой лист (страницу). При переносе части таблицы на другой лист (страницу) слово «Таблица» и ее номер указывают один раз слева над первой частью таблицы, над другими частями также слева размещают текст «Продолжение таблицы 1» или «Окончание таблицы 1» с соответствующим номером таблицы.

При переносе таблицы на другой лист (страницу) заголовок помещают только над ее первой частью, нижнюю горизонтальную черту, ограничивающую таблицу, не проводят.

Если повторяющийся в разных строках графы таблицы текст из одного слова, то его после первого печатания 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, знаков, математических символов не допускается. Если цифровые или иные данные в какой-либо строке не приводят, то в ней ставят прочерк.

Заголовки граф и строк таблицы следует печатать с прописной (большой) 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.

Допускается применять в таблицах размер шрифта меньший, чем в тексте.

Разделять заголовки и подзаголовки боковика и граф диагональными линиями не допускается.

Заголовки граф, как правило, печатают параллельно строкам таблицы. При необходимости допускается перпендикулярное расположение заголовков граф.

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

Ссылки на таблицы оформляются с использованием слова «таблица» и указанием её порядкового номера.

## **7 Формулы**

Формулы выносятся из текста в отдельную строку.

Выше и ниже каждой формулы должно быть оставлено не менее одной свободной строки.

Если формула не умещается в одну строку, то оно переносится на новую строку после знака (=) или после знаков плюс (+), минус (-), умножения (×), деления (:), или других математических знаков, причем знак в начале следующей строки повторяют.

Пояснения значений символов и числовых коэффициентов приводятся непосредственно под формулой в той же последовательности, в которой они даны в формуле. Значение каждого символа и числового коэффициента дается с новой строки. Первая строка объяснения начинается со слова «где» без двоеточия. После формулы ставится запятая.

Нумерация формул выполняется арабскими цифрами в круглых скобках справа от формулы.

Формулы, за исключением формул приложений, нумеруются сквозной нумерацией.

Ссылки в тексте на порядковые номера формул оформляются в круглых скобках.

## **8 Перечисления (списки, перечни)**

Перечисления оформляются в виде списка после обобщающего слова с двоеточием. Элементы перечисления могут быть обозначены одним из следующих способов:

– обозначаются арабскими цифрами с точкой, если элемент перечисления содержит одно или несколько предложений;

– строчными буквами со скобкой, арабскими цифрами со скобкой или символом дефиса, если элемент перечисления содержит слово, словосочетание или одно предложение, причём в конце каждого элемента перечисления ставится запятая или точка с запятой, после последнего элемента – точка.

Каждый элемент перечисления записывается с абзацного отступа.

## **9 Библиографические ссылки**

Объектами составления библиографической ссылки являются все виды опубликованных и неопубликованных документов на любых носителях (в том числе электронные ресурсы локального или удаленного доступа), а также их составные части или группа документов.

При написании работы допускается использовать подстрочные и затекстовые библиографические ссылки. Способ оформления ссылок должен быть единообразен на протяжении всей работы и согласован с руководителем ВКР.

Подстрочные библиографические ссылки оформляются сносками, вынесенными из текста документа в конец страницы (в Microsoft Word меню «Ссылки», команда «Вставить сноску»).

При нумерации подстрочных библиографических ссылок применяют единообразную сквозную нумерацию по всему тексту.

В тексте сноски указываются сведения об источнике, оформленные в соответствии с требованиями библиографического описания документа.

Затекстовые библиографические ссылки оформляются отсылкой, представляющей собой номер источника в списке литературы (номера источников через запятую или тире, если номера идут подряд) в квадратных скобках.

## **10 Литература (подробнее см. <http://www.lib.tsu.ru/win/produkzija/metodichka/1.html>)**

Заглавие списка: ЛИТЕРАТУРА

Применяется схема систематического расположения литературы в списке. В списке литературы выделяются две части:

- официально-документальные издания;

- книги, учебники, статьи из периодических и продолжающихся изданий, электронные ресурсы, ресурсы Интернет.

В первой части источники перечисляются по значимости, равные по значимости по алфавиту.

Конституция, кодексы, законы, указы, постановления и распоряжения высших, региональных и муниципальных органов государственной власти Российской Федерации.

Законодательные материалы и другие правовые документы государственных организаций России (до 1917 г.) и зарубежных стран.

Официальные статистические сборники и материалы.

Документы организации, на базе которой была подготовлена работа (устав, регламент, отчеты и др.).

Шаблон описания официально-документальных источников:

«Название»: «тип» от «дата» № «номер» (в ред. от «дата») // «источник»

Во второй части источники оформляются по алфавиту.

Шаблон описания книги / учебника:

«Фамилия и инициалы первого автора». «Название» / «Инициалы и фамилии первого, второго, третьего автора»; под ред. «Инициалы. Фамилии» (при наличии). – «Город»: «Издательство», «год издания». – «количество страниц»

Шаблон описания статьи из периодической печати:

«Фамилия и инициалы первого автора». «Название» / «Инициалы и фамилии первого, второго, третьего автора» // «Название журнала». – «год». – № «номер выпуска». – С.«номера страниц»

Шаблон описания электронного ресурса:

«Название страницы» [Электронный ресурс] // «Название сайта». – URL: «адрес страницы» (дата обращения: «дата обращения на страницу»)

Заглавие списка и принцип его представления может быть иным по усмотрению руководителя программы в рамках методических рекомендаций НБ ТГУ.

## **11 Приложения**

Приложения оформляются как продолжение работы на последующих листах.

Порядок приложений соответствует порядку их упоминания в тексте.

Каждое приложение следует размещать с новой страницы с указанием в центре верхней части страницы слова «ПРИЛОЖЕНИЕ», после которого следует буква, обозначающая его последовательность.

Приложения обозначают прописными буквами кириллического алфавита, начиная с буквы А, за исключением букв Ё, Й, О, Ч, Ъ, Ы, Ъ.

Приложение должно иметь заголовок, который записывают с прописной буквы, полужирным шрифтом, отдельной строкой по центру без точки в конце.

Все приложения должны быть перечислены в оглавлении.

### ПРИЛОЖЕНИЕ 3

#### **Шаблон заявления обучающегося на прохождение ГИА с применением ДОТ**

Декану ФФК

В.Г. Шилько

Обучающегося факультета физической культуры,

49.03.01 Физическая культура,

направленность (профиль) «Технологии спортивной подготовки»

(Ф.И.О. полностью)

#### Заявление

Прошу разрешить прохождение государственной итоговой аттестации с применением дистанционных образовательных технологий в связи

(указать причину: 1) реализация ООП в сетевой форме; 2) реализация ООП с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий или в какой-либо части программы; 3) в связи с исключительными обстоятельствами (приложить копию документа, подтверждающего уважительную причину); 4) в связи с установлением особого режима работы образовательной организации)

1. Я оповещен(а) о необходимости предъявления документа, удостоверяющего личность, комиссии ГЭК для идентификации личности.

Подпись\_\_\_\_\_

2. Я подтверждаю, что обеспечен(а) всем необходимым для прохождения ГИА, а именно:

Аппаратное обеспечение:

- персональный компьютер с подключением к сети Интернет со скоростью доступа не менее 2 Мбит/с;
- web-камера, микрофон и аудиоколонки или наушники.

Программное обеспечение:

- пакет офисных приложений Microsoft Office Standard 2013 Russian (или его аналог с сопоставимым функционалом), включающий текстовый процессор Word, табличный процессор Excel, программу подготовки и просмотра презентаций PowerPoint;
- web-браузер Mozilla Firefox или Google Chrome (или их аналоги);
- система видеоконференцсвязи Adobe Connect Pro (или её аналоги с сопоставимым функционалом), поддерживающая аудио- и видеозапись сеанса связи.

С особенностями проведения ГИА с применением дистанционных образовательных технологий ознакомлен(а) и обязуюсь их обеспечить самостоятельно.

Подпись\_\_\_\_\_

3. Я согласен(а) с видеофиксацией хода проведения ГИА.

Обучающийся

И.О. Фамилия

(подпись)

«\_\_\_\_» 20\_ г.