



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И.  
Носова»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан ФФКиСМ  
Р.А. Козлов

05.02.2025 г.

# ПРОГРАММА

## ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Направление подготовки (специальность)  
44.03.01 Педагогическое образование

### Направленность (профиль/специализация) программы Физическая культура

## Уровень высшего образования - бакалавриат

## Форма обучения заочная

Институт/ факультет Факультет физической культуры и спортивного мастерства  
Кафедра Спортивного совершенствования

# Магнитогорск 2025 год

Программа государственной итоговой аттестации составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

Программа государственной итоговой аттестации рассмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивного совершенствования

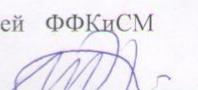
28.01.2025, протокол № 6

Зав. кафедрой

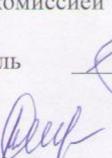
 B.V. Алонцев

Программа ГИА одобрена методической комиссией ФФКиСМ  
05.02.2025 г. протокол № 4

Председатель

 P.A. Козлов

Программа ГИА составлена:  
доцент кафедры СС, к.ист.н.

 O.A. Голубева

Рецензент:  
директор НИЦ ФиМРДиВ, к.экон.н.

 A.V. Дерябин

## **1. Общие положения**

Государственная итоговая аттестация проводится государственными экзаменационными комиссиями в целях определения соответствия результатов освоения обучающимися образовательных программ соответствующим требованиям федерального государственного образовательного стандарта.

Бакалавр 44.03.01 Педагогическое образование в соответствии с профилем образовательной программы «физическая культура» должен быть подготовлен к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический;
- проектный

В соответствии с задачами профессиональной деятельности выпускник на государственной итоговой аттестации должен показать соответствующий уровень освоения следующих компетенций:

- УК-1 – Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
- УК-2-Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
  - УК-3 - Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде
  - УК-4- Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)
  - УК-5- Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах
  - УК-6- Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
  - УК-7- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
  - УК-8 - Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
  - УК-9- Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности
  - УК-10- Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности
  - ОПК-1 – Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики
  - ОПК-2- Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)
  - ОПК-3- Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и вос-

питательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

- ОПК-4- Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей
- ОПК-5 - Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении
- ОПК-6- Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной
  - деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
- ОПК-7- Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ
- ОПК-8- Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний
- ОПК-9- Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности
- ПК-1 – Способен осуществлять педагогическую деятельность по реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования
  - ПК-2- Способен осуществлять образовательный процесс в предметной области физической культуры в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов или тренировочный процесс в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
  - ПК-3- Способен осуществлять проектирование образовательного процесса в предметной области физической культуры в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов или тренировочного процесса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
  - ПК-4-Способен выявить и оценить уровень и качество аналитической и интегральной подготовленности спортсменов или личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной или дополнительной программ

На основании решения Ученого совета университета от 26.02.2025 (протокол № 4) государственные аттестационные испытания по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование проводятся в форме:

- государственного экзамена
- защиты выпускной квалификационной работы

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

## **2. Программа и порядок проведения государственного экзамена**

Согласно учебному плану подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена проводится в период с 31.05.2030 по 14.06.2030. Для проведения государственного экзамена составляется расписание экзамена и предэкзаменацонных консультаций (консультирование обучающихся по вопросам, включенными в программу государственного экзамена).

Государственный экзамен проводится на открытых заседаниях государственной экзаменационной комиссии в специально подготовленных аудиториях, выведенных на время экзамена из расписания. Присутствие на государственном экзамене посторонних лиц допускается только с разрешения председателя ГЭК.

Обучающимся и лицам, привлекаемым к государственной итоговой аттестации, во время ее проведения запрещается иметь при себе и использовать средства оперативной и мобильной связи.

Государственный экзамен проводится в два этапа:

- на первом этапе проверяется сформированность универсальных компетенций;
- на втором этапе проверяется сформированность общепрофессиональных и профессиональных компетенций в соответствии с учебным планом.

#### ***Подготовка к сдаче и сдача первого этапа государственного экзамена***

Первый этап государственного экзамена проводится в форме компьютерного тестирования. Тест содержит вопросы и задания по проверке общекультурных компетенций соответствующего направления подготовки/ специальности. В заданиях используются следующие типы вопросов:

- выбор одного правильного ответа из заданного списка;
- восстановление соответствия.

Для подготовки к экзамену на образовательном портале за три недели до начала испытаний в блоке «Ваши курсы» становится доступным электронный курс «Демо-версия. Государственный экзамен (тестирование)». Доступ к демо-версии осуществляется по логину и паролю, которые используются обучающимися для организации доступа к информационным ресурсам и сервисам университета.

Первый этап государственного экзамена проводится в компьютерном классе в соответствии с утвержденным расписанием государственных аттестационных испытаний.

Блок заданий первого этапа государственного экзамена включает 13 тестовых вопросов. Продолжительность экзамена составляет 30 минут.

Результаты первого этапа государственного экзамена определяются оценками «зачтено» и «не зачтено» и объявляются сразу после приема экзамена.

Критерии оценки первого этапа государственного экзамена:

- на оценку «зачтено» – обучающийся должен показать, что обладает системой знаний и владеет определенными умениями, которые заключаются в способности к осуществлению комплексного поиска, анализа и интерпретации информации по определенной теме; установлению связей, интеграции, использованию материала из разных разделов и тем для решения поставленной задачи. Результат не менее 50% баллов за задания свидетельствует о достаточном уровне сформированности компетенций;
- на оценку «не зачтено» – обучающийся не обладает необходимой системой знаний и не владеет необходимыми практическими умениями, не способен понимать и интерпретировать освоенную информацию. Результат менее 50% баллов за задания свидетельствует о недостаточном уровне сформированности компетенций.

#### ***Подготовка к сдаче и сдача второго этапа государственного экзамена***

Ко второму этапу государственного экзамена допускается обучающийся, получивший оценку «зачтено» на первом этапе.

Второй этап государственного экзамена проводится в устной форме.

Второй этап государственного экзамена включает 2 теоретических вопроса и 1 практическое задание. Продолжительность экзамена составляет *4,5 часа*.

После устного ответа на вопросы экзаменационного билета экзаменуемому могут быть предложены дополнительные вопросы в пределах учебного материала, вынесенного на государственный экзамен.

Результаты второго этапа государственного экзамена определяются оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» и объявляются в день приема экзамена.

Критерии оценки второго этапа государственного экзамена:

– на оценку «**отлично**» (5 баллов) – обучающийся должен показать высокий уровень сформированности компетенций, т.е. показать способность обобщать и оценивать информацию, полученную на основе исследования нестандартной ситуации; использовать сведения из различных источников; выносить оценки и критические суждения, основанные на прочных знаниях;

– на оценку «**хорошо**» (4 балла) – обучающийся должен показать продвинутый уровень сформированности компетенций, т.е. продемонстрировать глубокие прочные знания и развитые практические умения и навыки, умение сравнивать, оценивать и выбирать методы решения заданий, работать целенаправленно, используя связанные между собой формы представления информации;

– на оценку «**удовлетворительно**» (3 балла) – обучающийся должен показать базовый уровень сформированности компетенций, т.е. показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, профессиональные, интеллектуальные навыки решения стандартных задач.

– на оценку «**неудовлетворительно**» (2 балла) – обучающийся не обладает необходимой системой знаний, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку «**неудовлетворительно**» (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

Результаты второго этапа государственного экзамена объявляются в день его проведения.

Обучающийся, успешно сдавший государственный экзамен, допускается к выполнению и защите выпускной квалификационной работы.

## **2.1 Содержание государственного экзамена**

### ***2.1.1 Перечень тем, проверяемых на первом этапе государственного экзамена***

1. Философия, ее место в культуре
2. Исторические типы философии
3. Проблема идеального. Сознание как форма психического отражения
4. Особенности человеческого бытия
5. Общество как развивающаяся система. Культура и цивилизация
6. История в системе гуманитарных наук
7. Цивилизации Древнего мира
8. Эпоха средневековья

9. Новое время XVI-XVIII вв.
10. Модернизация и становление индустриального общества во второй половине XVIII – начале XX вв.
11. Россия и мир в XX – начале XXI в.
12. Новое время и эпоха модернизации
13. Спрос, предложение, рыночное равновесие, эластичность
14. Основы теории производства: издержки производства, выручка, прибыль
15. Основные макроэкономические показатели
16. Макроэкономическая нестабильность: безработица, инфляция
17. Предприятие и фирма. Экономическая природа и целевая функция фирмы
18. Конституционное право
19. Гражданское право
20. Трудовое право
21. Семейное право
22. Уголовное право
23. Я и моё окружение (на иностранном языке)
24. Я и моя учеба (на иностранном языке)
25. Я и мир вокруг меня (на иностранном языке)
26. Я и моя будущая профессия (на иностранном языке)
27. Страна изучаемого языка (на иностранном языке)
28. Формы существования языка
29. Функциональные стили литературного языка
30. Проблема межкультурного взаимодействия
31. Речевое взаимодействие
32. Деловая коммуникация
33. Основные понятия культурологии
34. Христианский тип культуры как взаимодействие конфессий
35. Исламский тип культуры в духовно-историческом контексте взаимодействия
36. Теоретико-методологические основы командообразования и саморазвития
37. Личностные характеристики членов команды
38. Организационно-процессуальные аспекты командной работы
39. Технология создания команды
40. Саморазвитие как условие повышения эффективности личности
41. Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физической культурой и спортом
42. Техническая подготовка и обучение двигательным действиям
43. Методики воспитания физических качеств.
44. Виды спорта
45. Классификация чрезвычайных ситуаций. Система чрезвычайных ситуаций
46. Методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

***2.1.2 Перечень теоретических вопросов, выносимых на второй этап государственного экзамена***

Вопросы к государственному экзамену

1. Анализ урока физической культуры в школе и метод педагогического наблюдения.
2. Методы контроля физического состояния обучающихся на занятиях по физической культуре (метод хронометрирования, метод пульсометрии).
3. Критерии оценок и виды учета успеваемости учащихся на уроках физической культуры.
4. Подвижные игры в физическом воспитании школьников.
5. Подвижные игры в физическом воспитании дошкольников.
6. Круговая тренировка в структуре урока физической культуры в школе.
7. Организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в общеобразовательной школе.
8. Внеклассные формы физического воспитания детей школьного возраста.
9. Методика развития физических качеств у детей дошкольного возраста (возраст на выбор обучающегося).
10. Методика развития физических качеств у детей школьного возраста (возраст на выбор обучающегося).
11. Методы физического воспитания (методы строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод, общепедагогические методы)
12. Общепедагогические принципы в физическом воспитании (сознательность, активность, наглядность и т.д.)
13. Специфические принципы физического воспитания (чередование нагрузок и отдыха, принципы постепенного наращивания развивающее-тренирующих воздействий и т.д.);
14. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
15. Сила и основы методики ее воспитания.
16. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
17. Выносливость и основы методики ее воспитания.
18. Гибкость и основы методики ее воспитания.
19. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания.
20. Планирование в физическом воспитании.
21. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.
22. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста.
23. Физическое воспитание детей школьного возраста.
24. Средства физического воспитания детей школьного возраста.
25. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
26. Формы организации физического воспитания школьников.
27. Урок - основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.
28. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.
29. Физическое воспитание студенческой молодежи (значение и задачи, возрастные особенности, формы организации).
30. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.
31. Профессионально-прикладная физическая подготовка.
32. ВСФК «ГТО» в системе образования.
33. Основы построения процесса спортивной подготовки.
34. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена.
35. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
36. Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры.
37. Состояния соревновательной готовности спортсмена.
38. Психологическая подготовка к стартам.
39. Механизмы возникновения предстартового возбуждения, апатии, «боевой готовности».

40. Влияние стресса на успешность спортсменов.
41. Симптомы дистресса у спортсменов.
42. Нервно-психическое напряжение и его признаки.
43. Стадии развития утомления.
44. Понятие «мотивация» в психологии спорта.
45. Влияние предсоревновательного психического состояния спортсмена
46. Психогигиена спорта
47. Агрессивность спортсменов.
48. Значение физических упражнений для функционирования организма человека.
49. Физиологическая классификация физических упражнений
50. Физиологическая классификация спортивных упражнений
51. Физиологические основы мышечной силы
52. Физиологические основы скоростно-силовых качеств
53. Аэробные возможности организма и выносливость
54. Кислородтранспортная система и выносливость
55. Мышечный аппарат и выносливость
56. Мышечный аппарат и выносливость
57. Физиологическая основа двигательных навыков
58. Двигательная память
59. Автоматизация движений
60. Физиологическое обоснование принципов обучения спортивной технике
61. Физические и физиологические механизмы в условиях повышения температуры и влажности воздуха
62. Спортивная деятельность в условиях пониженной температуры воздуха (холода)
63. Спортивная работоспособность в условиях среднегорья
64. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин
65. Физиологические особенности спортивной тренировки детей школьного возраста
66. Общие физиологические закономерности занятий физической культурой и спортом
67. Утомление, его физиологическое значение.
68. Восстановительные процессы в организме спортсмена.
69. Переутомление, предупреждение переутомления.
70. Механизм адаптации пищеварительной системы к действию физических нагрузок.
71. Обмен веществ в организме спортсмена.
72. Реакции выделительной системы организма на физическую нагрузку.
73. Возрастные особенности развития организма, связи с занятиями спортом.
74. Роль биоритмов в жизнедеятельности спортсмена.
75. Роль системы крови при физических упражнениях.
76. Регуляция сердечно - сосудистой и дыхательной систем при мышечной деятельности.
77. П. Ф. Лесгафт - его вклад в разработку отечественной системы физического образования (воспитания).
78. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности в университете
79. Олимпийские игры: история и современность

80. Формы организации физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях

**2.1.3 Перечень практических заданий, выносимых на второй этап государственного экзамена**

1. Волейбол. Обучение технике игры. Прием и передача мяча двумя руками сверху.
2. Волейбол. Обучение технике игры. Прием и передача мяча двумя руками снизу.
3. Волейбол. Техника выполнения нижней прямой подачи.
4. Волейбол. Техника выполнения верхней прямой подачи.
5. Волейбол. Стойки и перемещения волейболиста.
6. Волейбол. Техника выполнения нападающего удара.
7. Волейбол. Техника выполнения блокирования мяча. Виды блокирования.
8. Настольный теннис. Техника выполнения подрезки слева.
9. Настольный теннис. Техника выполнения подрезки справа.
10. Настольный теннис. Техника выполнения подач.
11. Настольный теннис. Техника выполнения наката справа.
12. Настольный теннис. Техника выполнения наката слева.
13. Плавание. Обучение технике плавания способом «брасс на груди».
14. Плавание. Обучение технике плавания способом «кроль на груди».
15. Плавание. Обучение технике плавания способом «кроль на спине».
16. Плавание. Обучение технике плавания способом «баттерфляй».
17. Плавание. Обучение технике плавания способом «баттерфляй».
18. Плавание. Техника выполнения поворота
19. Баскетбол. Техника выполнения остановки двумя шагами с ловлей мяча.
20. Баскетбол. Техника выполнения ведения мяча правой рукой.
21. Баскетбол. Техника выполнения ведения мяча левой рукой.
22. Баскетбол. Техника выполнения передачи двумя руками от груди.
23. Баскетбол. Техника выполнения броска с места.
24. Баскетбол. Техника выполнения броска в прыжке.
25. Баскетбол. Техника выполнения броска после ведения.
26. Гимнастика. Техника выполнения «стойки на лопатках».
27. Гимнастика. Техника выполнения кувырка вперед в группировке.
28. Гимнастика. Техника выполнения кувырка назад в группировке.
29. Гимнастика. Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в две, три.
30. Гимнастика. Техника выполнения опорного прыжка «ноги врозь через козла/коня в ширину».
31. Гимнастика. Техника выполнения упражнения «из виса переворотом в упор»
32. Лыжные гонки. Техника выполнения подъема в гору «лесенкой».
33. Лыжные гонки. Техника выполнения «попеременного двухшажного хода».
34. Лыжные гонки. Техника выполнения одновременного бесшажного хода.
35. Лыжные гонки. Техника выполнения одновременного одношажного хода.
36. Легкая атлетика. Техника обучения низкому старту.
37. Легкая атлетика. Техника выполнения метания гранаты.
38. Виды подач и техника их выполнения в бадминтоне
39. Техника выполнения удара сверху открытой стороной ракетки в бадминтоне.
40. Техника выполнения удара сверху закрытой стороной ракетки в бадминтоне
41. Техника выполнения удара сбоку в бадминтоне.
42. Техника выполнения фронтальных ударов в бадминтоне

**2.1.4 Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к государственному экзамену**

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебник для вузов / под редакцией Н. А. Воронова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 140 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12268-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566666>
2. Спортивные игры: правила, тактика, техника : учебник для вузов / под общей редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18609-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565604>
3. Плавание : учебник для вузов / под общей редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 344 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07939-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564748>
4. Сизоненко, В. В. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания. Гимнастика : учебник для вузов / В. В. Сизоненко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 115 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14684-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568068>
5. Бурухин, С. Ф. Методика обучения физической культуре. гимнастика : учебник для вузов / С. Ф. Бурухин. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 176 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16390-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562457>
6. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания : учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567585>
7. Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/563620>
8. Завьялова, Т. П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебник для вузов / Т. П. Завьялова, И. В. Стародубцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16571-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566221>
9. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебник для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 159 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17065-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561304>
10. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —

11. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17746-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560624>

### ***2.1.5 Рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену***

#### Подготовка к тестированию

При подготовке к тестированию обучающемуся рекомендуется внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Следует начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Необходимо внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях - это приводит к ошибкам в самых легких вопросах. Рекомендуется пропустить вопрос, если обучающийся не знает ответа или не уверен в его правильности, чтобы потом к нему вернуться. Нужно думать только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему. Обучающийся может не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание на одном-двух вероятных вариантах. Следует рассчитывать выполнение заданий так, чтобы осталось время на проверку и доработку. Необходимо свести к минимуму процесс угадывания правильных ответов.

При подготовке к тестированию обучающемуся следует не просто заучивать, необходимо понять логику изложенного материала. Этому способствует составление развернутого плана, таблиц, схем. Большую помощь оказывают опубликованные сборники тестов, Интернет-тренажеры, позволяющие закрепить знания и приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля.

#### Подготовка к устному ответу

Во время подготовки к устному ответу рекомендуется заранее продумать структуру ответа. Ответ должен состоять из вступления, основной части и заключения. На первую и последнюю части должно уйти около 20% времени, на основную часть - около 60%. В начале ответа необходимо привлечь внимание экзаменатора. Следует парой фраз обозначить, о чём обучающийся собирается говорить. Основная часть всегда посвящена конкретной проблеме. Ее следует раскрыть более полно и рассмотреть вопрос с разных сторон. Не следует говорить сложно. Сначала должна прозвучать ключевая фраза, затем - аргументы и пояснения. Надо быть настроенным на то, что преподаватель может задать вопрос и не сбиться от неожиданности. Удачный диалог с преподавателем показывает обучающегося с лучшей стороны и повышает шансы на хорошую отметку. В заключении можно использовать обобщающие конструкции. При устном ответе рекомендуется избегать речевых штампов, шаблонных выражений, сленговых и молодежных слов. Также не следует употреблять в разговоре слова, смысл которых обучающийся не точно знает. Уве-

ренность в себе поможет собраться в трудной ситуации, использовать подготовку и свои знания, добиться успеха.

### Подготовка к письменному ответу

Во время подготовки обучающемуся следует правильно составить письменный ответ. Хорошо структурированный ответ должен содержать в себе следующие пункты: определение главных теоретических положений и терминов; примеры по теме вопроса; разные взгляды ученых на заданный вопрос. Обучающемуся рекомендуется подкреплять ответ ссылками на учебные пособия и цитатами ученых, изучающих тему вопроса. Рекомендуется оценить ответ с разных сторон. Если в ответе обучающийся использует сокращения, нужно пояснить, как они расшифровываются. Следует строго отвечать на поставленный вопрос и не пытаться написать лишнюю информацию, при этом ответ на вопрос должен быть максимально полным. Перед написанием ответа на бумаге необходимо составить примерный план ответа на экзаменационный вопрос, чтобы внести в билет всю нужную информацию. Каждый ответ должен иметь логическое завершение и содержать выводы.

### Работа с учебной литературой (конспектом)

При работе с литературой (конспектом) при подготовке к экзамену обучающемуся рекомендуется:

1. Подготовить необходимую информационно-справочную (словари, справочники) и рекомендованную научно-методическую литературу (учебники, учебные пособия) для получения исчерпывающих сведений по каждому экзаменационному вопросу.
2. Уточнить наличие содержания и объем материала в лекциях и учебной литературе для раскрытия вопроса.
3. Дополнить конспекты недостающей информацией по отдельным аспектам, без которых невозможен полный ответ.

Основные виды систематизированной записи прочитанного:

- аннотирование – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;
- планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;
- тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;
- цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;
- конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

4. Распределить весь материал на части с учетом их сложности, составить график подготовки к экзамену.

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

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

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

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

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

### **3. Порядок подготовки и защиты выпускной квалификационной работы**

Выполнение и защита выпускной квалификационной работы является одной из форм государственной итоговой аттестации.

При выполнении выпускной квалификационной работы, обучающиеся должны показать свои знания, умения и навыки самостоятельно решать на современном уровне задачи своей профессиональной деятельности, профессионально излагать специальную информацию, научно аргументировать и защищать свою точку зрения.

Обучающий, выполняющий выпускную квалификационную работу должен показать свою способность и умение:

- определять и формулировать проблему исследования с учетом ее актуальности;
- ставить цели исследования и определять задачи, необходимые для их достижения;
- анализировать и обобщать теоретический и эмпирический материал по теме исследования, выявлять противоречия, делать выводы;
- применять теоретические знания при решении практических задач;
- делать заключение по теме исследования, обозначать перспективы дальнейшего изучения исследуемого вопроса;
- оформлять работу в соответствии с установленными требованиями

#### **3.1 Подготовительный этап выполнения выпускной квалификационной работы**

##### ***3.1.1 Выбор темы выпускной квалификационной работы***

Обучающийся самостоятельно выбирает тему из рекомендуемого перечня тем ВКР, представленного в приложении 1. Обучающийся (несколько обучающихся, выполняющих ВКР совместно), по письменному заявлению, имеет право предложить свою тему для выпускной квалификационной работы, в случае ее обоснованности и целесообразности ее разработки для практического применения в соответствующей области профессиональной деятельности или на конкретном объекте профессиональной деятельности. Утверждение тем ВКР и назначение руководителя утверждается приказом по университету.

##### ***3.1.2 Функции руководителя выпускной квалификационной работы***

Для подготовки выпускной квалификационной работы обучающемуся назначается руководитель и, при необходимости, консультанты.

Руководитель ВКР помогает обучающемуся сформулировать объект, предмет исследования, выявить его актуальность, научную новизну, разработать план исследования; в процессе работы проводит систематические консультации.

Подготовка ВКР обучающимся и отчет перед руководителем реализуется согласно календарному графику работы. Календарный график работы обучающегося составляется на весь период выполнения ВКР с указанием очередности выполнения отдельных этапов и сроков отчетности по выполнению работы перед руководителем.

### **3.2 Требования к выпускной квалификационной работе**

При подготовке выпускной квалификационной работы обучающийся руководствуется методическими указаниями Голубева О. А. Управление научно-исследовательской деятельностью в системе физической культуры : учебно-методическое пособие [для вузов] / О. А. Голубева, О. В. Светус, В. В. Алонцев ; Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2023. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL: <https://host.megaprolib.net/MP0109/Download/MObject/20302>. - ISBN 978-5-9967-2649-3. - Текст : электронный. и локальным нормативным актом университета СМК-О-СМГТУ-36-20 Выпускная квалификационная работа: структура, содержание, общие правила выполнения и оформления

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

Законченная выпускная квалификационная работа должна пройти процедуру нормоконтроля, включая проверку на объем заимствований, а затем представлена руководителю для оформления письменного отзыва.

Выпускная квалификационная работа, подписанная заведующим кафедрой, имеющая отзыв руководителя работы, допускается к защите и передается в государственную экзаменационную комиссию не позднее, чем за 2 календарных дня до даты защиты, также работа размещается в электронно-библиотечной системе университета.

Объявление о защите выпускных работ вывешивается на кафедре за несколько дней до защиты.

Защита выпускной квалификационной работы проводится на заседании государственной экзаменационной комиссии и является публичной. Защита одной выпускной работы **не должна превышать 30 минут**.

Для сообщения обучающемуся предоставляется **не более 10 минут**. Сообщение по содержанию ВКР сопровождается необходимыми графическими материалами и/или презентацией с раздаточным материалом для членов ГЭК. В ГЭК могут быть представлены также другие материалы, характеризующие научную и практическую ценность выполненной ВКР – печатные статьи с участием выпускника по теме ВКР, документы, указывающие на практическое применение ВКР, макеты, образцы материалов, изделий и т.п.

В своем выступлении обучающийся должен отразить:

- содержание проблемы и актуальность исследования;
- цель и задачи исследования;
- объект и предмет исследования;
- методику своего исследования;
- полученные теоретические и практические результаты исследования;
- выводы и заключение.

В выступлении должны быть четко обозначены результаты, полученные в ходе исследования, отмечена теоретическая и практическая ценность полученных результатов.

По окончании выступления выпускнику задаются вопросы по теме его работы. Вопросы могут задавать все присутствующие. Все вопросы протоколируются.

Затем слово предоставляется научному руководителю, который дает характеристику работы. При отсутствии руководителя отзыв зачитывается одним из членов ГЭК.

После этого выступает рецензент или рецензия зачитывается одним из членов ГЭК.

Заслушав официальную рецензию своей работы, студент должен ответить на вопросы и замечания рецензента.

Затем председатель ГЭК просит присутствующих выступить по существу выпускной квалификационной работы. Выступления членов комиссии и присутствующих на защите (до 2-3 мин. на одного выступающего) в порядке свободной дискуссии и обмена мнениями не являются обязательным элементом процедуры, поэтому, в случае отсутствия желающих выступить, он может быть опущен.

После дискуссии по теме работы студент выступает с заключительным словом. Этика защиты предписывает при этом выразить благодарность руководителю и рецензенту за проделанную работу, а также членам ГЭК и всем присутствующим за внимание.

### **3.4 Критерии оценки выпускной квалификационной работы**

Результаты защиты ВКР определяются оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» и объявляются *в день защиты*.

Решение об оценке принимается на закрытом заседании ГЭК по окончании процедуры защиты всех работ, намеченных на данное заседание. Для оценки ВКР государственная экзаменационная комиссия руководствуется следующими критериями:

- актуальность темы;
- научно-практическое значением темы;
- качество выполнения работы, включая демонстрационные и презентационные материалы;
- содержательность доклада и ответов на вопросы;
- умение представлять работу на защите, уровень речевой культуры.

Оценка «отлично» (5 баллов) выставляется за глубокое раскрытие темы, полное выполнение поставленных задач, логично изложенное содержание, качественное оформление работы, соответствующее требованиям локальных актов, высокую содержательность доклада и демонстрационного материала, за развернутые и полные ответы на вопросы членов ГЭК;

Оценка «хорошо» (4 балла) выставляется за полное раскрытие темы, хорошо проработанное содержание без значительных противоречий, в оформлении работы имеются не значительные отклонения от требований, высокую содержательность доклада и демонстрационного материала, за небольшие неточности при ответах на вопросы членов ГЭК.

Оценка «удовлетворительно» (3 балла) выставляется за неполное раскрытие темы, выводов и предложений, носящих общий характер, в оформлении работы имеются незначительные отклонения от требований, отсутствие наглядного представления работы и затруднения при ответах на вопросы членов ГЭК.

Оценка «неудовлетворительно» (2 балла) выставляется за частичное раскрытие темы, необоснованные выводы, за значительные отклонения от требований в оформлении и представлении работы, когда обучающийся допускает существенные ошибки при ответе на вопросы членов ГЭК.

Оценка «**неудовлетворительно**» (1 балл) выставляется за необоснованные выводы, за значительные отклонения от требований в оформлении и представлении работы, отсутствие наглядного представления работы, когда обучающийся не может ответить на вопросы членов ГЭК.

Оценки «**отлично**», «**хорошо**», «**удовлетворительно**» означают успешное прохождение государственного аттестационного испытания, что является основанием для выдачи обучающемуся документа о высшем образовании и о квалификации образца, установленного Министерством образования и науки Российской Федерации.

**Примерный перечень тем выпускных квалификационных работ**

1. Развитие координационных способностей у юных теннисистов на этапе начальной подготовки
2. Совершенствование технико-тактических действий вратарей в хоккее с шайбой с учетом современных требований программы подготовки
3. Развитие специальных физических качеств у биатлонистов 15-16 лет на этапе совершенствования спортивного мастерства
4. Технико-тактическая подготовка хоккеистов-защитников при игре в неравных составах (на примере ХК «Сокол»)
5. Подготовка спортсменов в настольном теннисе в условиях среднегорья (на примере КНТ «УГМК»)
6. Развитие скоростных способностей у хоккеистов 11-12 лет на этапе спортивной специализации
7. Повышение уровня технической подготовки у спортсменов-любителей в настольном теннисе
8. Применение подвижных игр, направленных на освоение техники броска шайбы, на этапе начальной подготовки
9. Организационные технологии развития массового детско-юношеского хоккея в Магнитогорске
10. Тэг-регби в программе внеурочной деятельности младших школьников
11. Технология отбора детей в спортивные секции г. Магнитогорска
12. Чирлидинг как средство физического развития детей
13. Обучение технике плавания «кроль на груди» детей 10-11 лет
14. Силовая подготовка юношей 14-15 лет, занимающихся пауэрлифтингом
15. Развитие силовых способностей у студентов строительно-монтажного техникума
16. Развитие выносливости у девочек 12-13 лет, занимающихся легкой атлетикой
17. Развитие скоростно-силовых качеств у студентов вуза на практических занятиях по физической культуре
18. Специальная физическая подготовка хоккеистов 8 лет в подготовительном периоде
19. Техническая подготовка баскетболистов-защитников студенческой команды «Стальные сердца»
20. Физическая подготовка квалифицированных хоккеистов в подготовительном периоде (на примере ХК «Норильск»)