

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

УТВЕРЖДАЮ:

Декан Факультета/

Р.А. Козлов

«04» 02 2026 г.

**ПРОГРАММА
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Направление подготовки

44.04.01 Педагогическое образование

цифр наименование направления подготовки

Направленность (профиль) программы

Физкультурно-оздоровительные технологии и современные методики реабилитации

наименование направленности (профиля) подготовки

Уровень высшего образования – магистратура

Форма обучения

Очная

Факультет/институт физической культуры и спортивного мастерства
Кафедра спортивного совершенствования

Магнитогорск
2026 г.


Программа государственной итоговой аттестации составлена на основе требований ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом МОиН РФ от 22.02.2018 № 126

Программа государственной итоговой аттестации рассмотрена и одобрена на заседании кафедры спортивного совершенствования « 12 » 01 2026 г., протокол № 4.

Зав. кафедрой  / В.В. Алонцев /

Программа государственной итоговой аттестации рассмотрена и утверждена на заседании методической комиссии физической культуры и спортивного мастерства « 04 » 02 2026 г., протокол № 4.

Председатель  / Р.А. Козлов /

Программа ГИА составлена
доцент кафедры спортивного совершенствования  / О.А. Голубева /

Рецензент:
директор научно-исследовательского центра
физической и медицинской
реабилитации детей и взрослых
ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова»

 / А.В. 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.

Магистр по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование в соответствии с направленностью (профилем) образовательной программы физкультурно-оздоровительные технологии и современные методики реабилитации должен быть подготовлен к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- педагогический
- проектный
- методический
- научно-исследовательский.

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

УК- 1 - способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий;

УК-2 - способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла;

УК-3 - способен организовывать и руководить работой команды, выработывая командную стратегию для достижения поставленной цели;

УК-4 - способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия;

УК-5 - способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия;

УК-6 - способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки;

ОПК-1 - способен осуществлять и оптимизировать профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики;

ОПК-2 - способен проектировать основные и дополнительные образовательные программы и разрабатывать научно-методическое обеспечение их реализации;

ОПК-3- способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями;

ОПК-4 - способен создавать и реализовывать условия и принципы духовно-нравственного воспитания обучающихся на основе базовых национальных ценностей;

ОПК-5 - способен разрабатывать программы мониторинга результатов образования обучающихся, разрабатывать и реализовывать программы преодоления трудностей в обучении;

ОПК-6 - способен проектировать и использовать эффективные психолого-педагогические, в том числе инклюзивные, технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания обучающихся с особыми образовательными потребностями;

ОПК-7 - способен планировать и организовывать взаимодействия участников образовательных отношений;

ОПК-8 - способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований;

ПК-1 - способен планировать, проводить групповые и индивидуальные занятия по программам оздоровительной, реабилитационной физической культуры, адаптивного физического воспитания с учетом возраста, состояния здоровья, включая лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов;

ПК-2 - способен разрабатывать методические и информационные материалы по реализации физкультурно-оздоровительных, реабилитационных программ и адаптировать их для лиц разного возраста, уровня физической подготовленности, состояния здоровья;

ПК-3 - способен проводить мониторинг и анализ физической (спортивной) подготовки занимающихся, включая лиц с ограниченными возможностями здоровья, для научно-методического обоснования коррекции и совершенствования физического воспитания и индивидуальных программ физической реабилитации;

ПК-4 - способен проектировать и реализовывать мероприятия по популяризации здорового образа жизни и активного долголетия для населения различных возрастных групп, включая лиц с ограниченными возможностями, в рамках воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы.

На основании решения Ученого совета университета от 25.02.2026 (протокол № 4) государственные аттестационные испытания по направлению подготовки 44.04.01 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 02.06.2028 по 16.06.2028 гг. Для проведения государственного экзамена составляется расписание экзамена и предэкзаменационных консультаций (консультирование обучающихся по вопросам, включенным 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 устной форме.

Государственный экзамен 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 государственного экзамена определяются оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» и объявляются в день приема экзамена.

Критерии оценки 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 государственного экзамена объявляются в день его проведения.

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

2.1 Содержание государственного экзамена

2.1.1 Перечень теоретических вопросов, выносимых на государственный экзамен

1. Понятие «физкультурно-оздоровительные технологии»: сущность, цель, задачи, классификация.
2. Научно-методологические основы оздоровительной физической культуры.
3. Теоретические основы реабилитации: определение, виды (медицинская, социальная, психологическая, физическая).
4. Комплексный подход в реабилитации: принципы, уровни, этапы.
5. Принципы построения и внедрения физкультурно-оздоровительных программ для различных групп населения.
6. Моделирование и проектирование реабилитационных процессов в магистерских исследованиях.
7. Организационно-правовые основы физкультурно-оздоровительной и реабилитационной деятельности в РФ.
8. Нормативно-правовая база деятельности специалиста по физической реабилитации.

9. Адаптивная физическая культура как основа реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
10. Современные подходы к оценке эффективности физкультурно-оздоровительных и реабилитационных вмешательств (доказательная медицина).
11. Современные виды оздоровительной гимнастики (пилатес, стретчинг, калланетика, фитнес-йога): сравнительный анализ.
12. Аэробные оздоровительные технологии: скандинавская ходьба, оздоровительный бег, велотренировки.
13. Силовые физкультурно-оздоровительные технологии (бодибилдинг, кроссфит, функциональный тренинг).
14. Водные оздоровительные технологии: аквааэробика, плавание, гидрокинезотерапия.
15. Оздоровительные технологии с использованием тренажерных устройств и спортивного инвентаря.
16. Дыхательные гимнастики в оздоровлении (Стрельниковой, Бутейко, бодифлекс).
17. Восточные оздоровительные системы (цигун, тайцзицюань, хатха-йога): применение в реабилитации.
18. Оздоровительный массаж и самомассаж в системе физкультурно-оздоровительной деятельности.
19. Технологии мониторинга физического состояния и биологической обратной связи в оздоровлении.
20. Инновационные фитнес-технологии (TRX, Bosu, функциональные петли, кинезиотейпирование).
21. Реабилитация при остеохондрозе позвоночника (шейный, грудной, поясничный отделы).
22. Реабилитация при сколиозе и нарушениях осанки у детей и взрослых.
23. Реабилитация после эндопротезирования тазобедренного и коленного суставов (этапы, методы).
24. Реабилитация при артритах и артрозах (ЛФК, механотерапия, физиотерапия).
25. Реабилитация после спортивных травм опорно-двигательного аппарата.
26. Реабилитация при ишемической болезни сердца (после инфаркта миокарда, аортокоронарного шунтирования).
27. Реабилитация при гипертонической болезни и сердечной недостаточности.
28. Реабилитация при хронической обструктивной болезни легких и бронхиальной астме.
29. Реабилитация при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (гастрит, язвенная болезнь).
30. Реабилитация при сахарном диабете и метаболическом синдроме.
31. Реабилитация при черепно-мозговых травмах и позвоночно-спинномозговой травме.
32. Реабилитация при рассеянном склерозе и болезни Паркинсона.
33. Реабилитация при невритах, невропатиях и полинейропатиях.
34. Реабилитация при детском церебральном параличе (основные методики: Войта, Бобат, PNF).
36. Реабилитация при ожирении (комплексные программы: диета + ЛФК + психотерапия).
37. Реабилитация после онкологических заболеваний (периоперационная и постлучевая реабилитация).
38. Реабилитация в гинекологии и урологии (недержание мочи, эректильная дисфункция).
39. Реабилитация при нарушениях слуха, зрения и речи (сурдо-, тифло-, логопедическая реабилитация).

41. Реабилитация лиц пожилого и старческого возраста: особенности построения программ.
42. Кинезиотерапия как базовый метод физической реабилитации (активная, пассивная).
43. Механотерапия: виды тренажеров, показания, методики дозирования.
44. Кинезиотейпирование: механизм действия, техники наложения, доказательная база.
45. Бобат-терапия в реабилитации неврологических пациентов.
46. Концепция PNF (проприоцептивная нейромышечная фасилитация): основные принципы и паттерны.
47. Метод Войта (рефлекторная локомоция) в детской реабилитации.
48. Лечебный массаж в реабилитации: классический, сегментарный, соединительнотканый.
49. Физиотерапия в реабилитации: аппаратные методы (электро-, магнито-, УВЧ-, лазеротерапия).
50. Бальнео- и гидротерапия в медицинской реабилитации (ванны, души, подводный душ-массаж).
51. Психофизические методы реабилитации (аутогенная тренировка, арт-терапия, музыкотерапия).
51. Организация работы центров и отделений медицинской и физической реабилитации.
52. Документационное обеспечение реабилитационного процесса (индивидуальный план реабилитации, карта).
53. Мультидисциплинарный подход в реабилитации: состав и функции междисциплинарной команды.
54. Международная классификация функционирования (МКФ) как инструмент реабилитационной диагностики.
55. Экономические аспекты физкультурно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.
56. Маркетинговые технологии в фитнес- и реабилитационных услугах.
57. Оценка качества и безопасности физкультурно-оздоровительных услуг.
58. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях оздоровительной физической культурой.
59. Волонтерство в реабилитации: значение, формы, подготовка волонтеров.
60. Современные тренды развития физкультурно-оздоровительных технологий в РФ и за рубежом.

2.1.2 Перечень практических заданий, выносимых на государственный экзамен

1. Составить и провести фрагмент оздоровительной тренировки (на выбор: пилатес, стретчинг, аэробика) для группы лиц 40-50 лет
2. Продемонстрировать технику кинезиотейпирования коленного сустава при гонартрозе
3. Составить программу реабилитации пациента после инсульта на 1-й неделе
4. Провести тестирование физического состояния клиента (функциональные пробы, антропометрию)
5. Разработать индивидуальную реабилитационную программу для пациента с эндопротезом тазобедренного сустава (2 неделя после операции)

2.1.3 Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к государственному экзамену

Адаптивное плавание: учебник для вузов / под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — Москва: Издательство Юрайт, 2026. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-

534-18621-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/589613> (дата обращения: 14.03.2026).

Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебник для вузов / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 181 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16768-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585795> (дата обращения: 14.03.2026).

Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебник для вузов / под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 83 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19767-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588966> (дата обращения: 14.03.2026).

Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебник для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588960> (дата обращения: 14.03.2026).

Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебник для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 156 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12705-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/587983> (дата обращения: 14.03.2026).

Рубанович, В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебник / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 253 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07030-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/590586> (дата обращения: 14.03.2026).

Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебник для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585689> (дата обращения: 14.03.2026).

Завьялова, Т. П. Физическая реабилитация дошкольников с нарушениями осанки и стопы средствами плавания : учебник для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07422-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585716> (дата обращения: 14.03.2026).

Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся : учебник для вузов / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 167 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08622-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585715> (дата обращения: 14.03.2026).

Физкультурно-оздоровительные технологии : учебник для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/588340> (дата обращения: 14.03.2026).

Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебник / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585583> (дата обращения: 14.03.2026).

Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич, Е. Ю. Дьякова, Е. В. Кошельская, В. И. Андреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 135 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19063-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/555862> (дата обращения: 14.03.2026).

Ловягина, А. Е. Психологическая диагностика в физической культуре и спорте : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19911-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/590394> (дата обращения: 14.03.2026).

Психологическое сопровождение детско-юношеского спорта : учебное пособие для вузов / под общей редакцией В. А. Родионова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 203 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20669-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/558554> (дата обращения: 14.03.2026).

Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта : учебник для вузов / Г. Д. Горбунов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10009-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585481> (дата обращения: 14.03.2026).

Малкин, В. Р. Психологические методы подготовки спортсменов : учебник для вузов / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; под научной редакцией В. Н. Люберцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 85 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17546-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/564062> (дата обращения: 14.03.2026).

Родионов, В. А. Спортивная психология : учебник для вузов / В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 366 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-19421-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/556441> (дата обращения: 14.03.2026).

Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учебник для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 112 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585492> (дата обращения: 14.03.2026).

Технологии научных исследований в физической культуре и спорте : учебник для вузов / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, О. Б. Подоляка, А. А. Артеменков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12321-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/587589> (дата обращения: 14.03.2026).

Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы : учебник для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 144 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15395-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/589104> (дата обращения: 14.03.2026).

Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585483> (дата обращения: 14.03.2026).

Корольков, А. Н. Физическая работоспособность в спорте : учебник для вузов / А. Н. Корольков. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 113 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15671-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/589135> (дата обращения: 14.03.2026).

Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебник для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/587496> (дата обращения: 14.03.2026).

2.1.4 Рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену

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. Уверенность 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.

Комментарий: В пункте представлены примерные рекомендации обучающимся по подготовке к государственному экзамену. По решению кафедры рекомендации могут быть изменены или дополнены.

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. 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. После оформления отзыва руководителя ВКР направляется на рецензию. Рецензент оценивает значимость полученных результатов, анализирует имеющиеся в работе недостатки, характеризует качество ее оформления и изложения, дает заключение (рецензию) о соответствии работы предъявляемым требованиям в письменном виде.

Выпускная квалификационная работа, подписанная заведующим кафедрой, имеющая рецензию и 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 значение 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 незначительные 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. Разработка и оценка эффективности физкультурно-оздоровительной программы для детей младшего школьного возраста с нарушением осанки.
 2. Влияние занятий скандинавской ходьбой на функциональное состояние и качество жизни лиц старшего возраста (60+ лет).
 3. Оздоровительная аэробика как средство коррекции физического состояния женщин второго зрелого возраста (35-45 лет).
 4. Программа фитнес-тренировок для подростков с избыточной массой тела: физические и психосоциальные эффекты.
 5. Комплексная оздоровительная технология для мужчин 40-55 лет с метаболическим синдромом.
 6. Пилатес как средство профилактики остеохондроза позвоночника у офисных сотрудников.
 7. Адаптация и модификация кроссфит-тренировок для лиц старшего возраста: безопасность и эффективность.
 8. Сравнительный анализ оздоровительных гимнастик (йога, пилатес, стретчинг) для женщин с пониженной физической активностью.
 9. Физкультурно-оздоровительная технология формирования здорового образа жизни у студентов вуза на основе мониторинга физического состояния.
 10. Организация физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении с использованием современных фитнес-технологий.
 11. Профилактика профессиональных заболеваний педагогов средствами оздоровительной физической культуры (на примере производственной гимнастики).
 12. Внедрение рекреационно-оздоровительной программы в режим учебного дня старшеклассников.
- Применение технологий биологической обратной связи (БОС) в физкультурно-оздоровительных занятиях с лицами с артериальной гипертензией.
13. Использование мобильных приложений и фитнес-трекеров для контроля и мотивации в оздоровительной тренировке.
 14. Интеграция восточных оздоровительных практик (цигун, тайцзицюань) в современные фитнес-программы.
 15. Круговая тренировка на функциональных петлях (TRX) как средство повышения уровня физической подготовленности студентов.
 17. Реабилитационная программа после эндопротезирования тазобедренного сустава на амбулаторном этапе: структура и эффективность.
 18. Применение кинезиотейпирования в комплексной реабилитации пациентов с гонартрозом II степени.
 19. Эффективность методики PNF (проприоцептивной нейромышечной фасилитации) при реабилитации пациентов с грыжей межпозвоночного диска поясничного отдела.
 20. Разработка и апробация программы гидрокинезотерапии для детей 10-14 лет со сколиозом I-II степени.
 21. Сравнительная эффективность классической ЛФК и занятий на тренажерах Redcord в реабилитации при дорсопатиях.

22. Реабилитационная тактика после реконструкции передней крестообразной связки коленного сустава (этапность, критерии допуска к нагрузкам).
23. Профилактика повторных травм голеностопного сустава у спортсменов-любителей средствами проприоцептивной тренировки.
24. Комплексная физическая реабилитация при плоскостопии у детей старшего дошкольного возраста.
25. Эффективность эксцентрических тренировок при тендинопатии ахиллова сухожилия у бегунов-любителей.