


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по образованию
и внешним связям
С. А. Захарова
« 17 » декабря 20 25 г.



СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП
В. М. Миронова
« 12 » декабря 20 25 г.

ПРОГРАММА
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
(ЗАЩИТА ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ)

Направление подготовки 49.04.01 Физическая культура
Программа подготовки Физкультурно-оздоровительные технологии
Квалификация (степень) выпускника магистр
Форма обучения очная

Челябинск
2024-2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| 1 Цель государственной итоговой аттестации..... | 3 |
| 2 Место государственной итоговой аттестации в структуре ООП..... | 3 |
| 3 Требования к уровню подготовленности выпускника по направлению 49.04.01 – физическая культура (магистратура)..... | 4 |
| 4 Обеспечение государственной итоговой аттестации..... | 4 |
| 5 Виды и содержание государственной итоговой аттестации..... | 5 |
| 5.1 Содержание и процедура защиты выпускной квалификационной работы..... | 5 |
| 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение государственной итоговой аттестации..... | 7 |
| Приложение А Оценочные средства и методические материалы ГИА..... | 12 |

ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ВЫПУСКНИКОВ ПО НАПРАВЛЕНИЮ 49.04.01 – ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Программа государственной итоговой аттестации (далее – ГИА) для магистрантов направления подготовки 49.04.01 Физическая культура (профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии») составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования данного направления подготовки, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 февраля 2016 г. № 91; приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 апреля 2017 г. № 245 (с изменениями) «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»; приказа Министерства образования и науки РФ от 29 июня 2015 г. № 636 «Об утверждении порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования – программа бакалавриата, программам специалитета и программа магистратуры» (с изменениями).

1 ЦЕЛЬ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Целью государственной итоговой аттестации является установление соответствия уровня и качества подготовки выпускника высшего учебного заведения к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовки требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению 49.04.01 – Физическая культура (профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»).

2 МЕСТО ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ В СТРУКТУРЕ ООП

Государственная итоговая аттестация входит в блок ОПОП магистратуры по направлению 49.04.01 – Физическая культура. Завершается присвоением квалификации (указанной в перечне специальностей и направлений подготовки высшего образования, утвержденном Министерством образования Российской Федерации) – магистр.

3 ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВЫПУСКНИКА ПО НАПРАВЛЕНИЮ 49.04.01 – ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Выпускник в процессе подготовки и защиты выпускной квалификационной работы должен продемонстрировать освоение следующих компетенций.

Универсальные компетенции (УК):

- способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий (УК-1);
- способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия (УК-4);
- способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки (УК-6).

Общепрофессиональные компетенции (ОПК):

- способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта (ОПК-7);
- способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний (ОПК-8).

Профессиональные компетенции (ПК):

- способен разрабатывать, реализовывать и корректировать традиционные и инновационные методики физкультурно-оздоровительной деятельности на основе индивидуальных, возрастных и социокультурных особенностей (ПК-3);
- способен вести научно-исследовательскую деятельность с использованием современных информационных технологий и применять их результаты в педагогической, физкультурно-оздоровительной и управленческой деятельности в физической культуре (ПК-4).

4 ОБЕСПЕЧЕНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Для своевременной, квалифицированной, качественной работы государственной экзаменационной комиссии в период государственной итоговой аттестации и по ее окончании необходимо наличие следующих документов:

- Приказ «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования, Положение «Об организации и проведении Государственной итоговой аттестации выпускников УралГУФК».
- Программа государственной итоговой аттестации.
- Расписание работы ГЭК (консультации, государственный экзамен, защиты ВКР).
- Приказ о назначении тем выпускных квалификационных работ магистрантов с утверждением научных руководителей.
- Приказ о допуске обучающихся к государственной итоговой аттестации.
- Протоколы защиты ВКР, протокол присвоения квалификации (по окончании работы ГЭК сшиваются в книги с приложением перечней вопросов по билетам по всей профилям).
- Список очередности защиты обучающихся.
- Критерии оценки ответов при сдаче государственного экзамена.
- Зачетные книжки обучающихся.
- Ведомости для внесения результатов сдачи государственного экзамена.
- Приказ о присвоении квалификации студента, прошедшим испытания государственной итоговой аттестации.

- Приказ о назначении повторной государственной итоговой аттестации студента, не прошедшим аттестационные испытания (при необходимости).
- Отчет председателя ГЭК по работе в период государственной итоговой аттестации с приложениями (результаты) (три экземпляра).

5 ВИДЫ И СОДЕРЖАНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

В соответствии с ФГОС ВО по направлению 49.04.01 – Физическая культура, видами государственной итоговой аттестации являются:

1. Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена.
2. Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы.

К аттестационным испытаниям допускаются студенты, успешно завершившие в полном объеме освоение основной образовательной программы по направлениям подготовки (специальности) высшего профессионального образования, разработанной высшим учебным заведением в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Расписание проведения аттестационных испытаний утверждается и доводится до студентов и членов государственной экзаменационной комиссии (далее ГЭК) за месяц до начала аттестационных испытаний.

Для установления соответствия уровня и качества подготовки выпускника высшего учебного заведения к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовки требованиям ФГОС приказом Министерством образования и науки РФ назначается председатель ГЭК по направлению, а также приказом ректора УралГУФК – члены ГЭК из числа профессорско-преподавательского состава УралГУФК.

5.1 СОДЕРЖАНИЕ И ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Выпускная квалификационная работа студента (ВКР), обучающегося по направлению 49.04.01 – Физическая культура (программа «Физкультурно-оздоровительные технологии»), представляет собой самостоятельное научно-практическое исследование, которое позволяет установить квалификационный уровень знаний выпускника и умение использовать эти знания для выполнения профессиональных задач.

Цель ВКР – систематизация, закрепление, расширение и углубление теоретических знаний и практических умений самостоятельного анализа и обобщения накопленных навыков по профильным дисциплинам, которые изучались в процессе освоения основной образовательной программы при обучении в вузе, а также для применения полученных знаний, умений и навыков в выполнении профессиональных задач соответствующих ФГОС ВО.

ВКР должна выявлять уровень профессиональной эрудиции выпускника, его методическую подготовленность, владение умениями и навыками профессиональной деятельности.

Тематика ВКР разрабатывается выпускающей кафедрой в соответствии с основной образовательной программой, ФГОС ВО, научным направлением кафедры, научными интересами преподавателей, научными интересами обучающихся, запросами работодателей. Обучающемуся предоставляется право выбора тематики с необходимым обоснованием целесообразности ее разработки для практического применения. Окончательное решение о приемлемости такой темы выносит кафедра.

На заседании выпускающей кафедры определяются и обсуждаются темы ВКР, закрепляются научные руководители не позднее 6 месяцев до даты начала ГИА. ВКР выполня-

ется под руководством высококвалифицированных преподавателей выпускающей кафедры. На Совет факультета передаются выписки из протокола заседания выпускающей кафедры об определении тем ВКР и научных руководителей ВКР. Совет факультета вносит представление в приказ об утверждении тем научных руководителей ВКР. Приказом ректора утверждаются темы ВКР и закрепляются научные руководители.

Допуск к процедуре защиты ВКР

К защите выпускной квалификационной работы допускаются обучающиеся, успешно завершившие в полном объеме освоение основной образовательной программы по направлению подготовки высшего профессионального образования, разработанной высшим учебным заведением в соответствии с требованиями ФГОС ВО и успешно прошедшее все другие виды итоговых аттестационных испытаний после предъявления в ГЭК следующих документов:

1. Переплетенная выпускная квалификационная работа (формулировка темы ВКР должна соответствовать теме в приказе об утверждении тем ВКР), оформленная в соответствии с требованиями, указанными в Стандарте организации «Об оформлении письменных работ» (УралГУФК, 2013) с наличием подписей заведующего кафедрой, рецензента, обучающегося, научного руководителя, нормоконтролера.
2. Отзыв научного руководителя о работе обучающегося в ходе работы над квалификационным исследованием.
3. Рецензия на ВКР.
4. Календарный план работы над ВКР.
5. Задание на ВКР.
6. Аннотация к ВКР.
7. Справка о проверке ВКР в системе антиплагиат.

Процедура защиты ВКР

Процедура защиты выпускной квалификационной работы, проходит на втором этапе государственной аттестации выпускников, на открытом заседании ГЭК (с участием не менее 2/3 его состава с обязательным присутствием председателя ГЭК) и включает:

- 1) представление председателя и членов комиссии ГЭК;
- 2) доклад обучающегося в течение 5-7 минут с обязательным представлением презентационного материала;
- 3) вопросы председателя и членов ГЭК, ответы обучающегося на вопросы;
- 4) зачитывание председателем отзыва на ВКР с возможным ответом обучающегося на замечания, имеющиеся в данных документах;
- 5) выставление оценки за защиту ВКР по разработанным критериям, с учетом ее соответствия требованиям хода защиты, а также с учетом выводов, содержащихся в отзыве и рецензии.

Решение ГЭК принимается на закрытом заседании простым большинством голосов членов комиссии, участвующих в заседании, при обязательном присутствии председателя комиссии. При равном количестве голосов председатель комиссии обладает правом решающего голоса. Итоги защиты оформляется протоколом и объявляется в тот же день. Апелляции по результатам защиты не предусмотрены.

По окончании защит ВКР проводится итоговое заседание ГЭК, где решается вопрос о присвоении квалификации выпускникам, успешно сдавшим все виды государственных аттестационных испытаний, и выдаче им диплома государственного образца (с отличием или без). Заседание оформляется протоколом.

6 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1 Основная литература

1. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта : Учебник / А. А. Передельский. – М. : Спорт, 2016. – 414 с.
2. Столяров, В. И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта : учебник / В. И. Столяров, А. А. Передельский, М. М. Башаева. – М. : Советский спорт, 2015. – 461 с.
3. Бальсевич, В. К. Онтокинезиология человека / В. К. Бальсевич. – М. : Теория и практика физической культуры, 2012. – 274 с.
4. Боген, М. М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: теория и методика / М. М. Боген. – М. : Либроком, 2012. – 193 с.
5. Визитей, Н. Н. Теория физической культуры: к корректировке базовых представлений. Философские очерки / Н. Н. Визитей. – М. : Советский спорт, 2009. – 184 с.
6. Евсеев, Ю. И. Физическая культура : учеб. пособие / Ю. И. Евсеев. – Ростов-на-Дону : ФЕНИКС, 2012. – 382 с.
7. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2013. – 543 с.
8. Платонов, В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – М. : Сов. спорт, 2013. – 623 с.
9. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2012. – 320 с.
10. Государственное управление в сфере спорта : учебник для магистров / под ред. И. В. Понкина. – М. : Буки веда, 2017. – 485 с.
11. Мелехин, А. В. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для бакалавриата и магистратуры / А. В. Мелехина. – М.: Издательство Юрайт, 2017, – 479 с.
12. Попов, Ю. И. Управление проектами: учебное пособие / Ю. И. Попов, О. В. Яковенко. – М. : Инфра-М, 2013. – 208 с.

6.2 Дополнительная литература

1. Передельский, А. А. Двуликий Янус. Спорт как социальный феномен: сущность и онтологические основания: монография / А. А. Передельский. – М. : Спорт, 2016. – 312 с.
2. Столяров, В. И. Основы социологии физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека : монография / В. И. Столяров. – М. : РУСАЙНС, 2020. – 358 с.
3. Столяров, В. И. Современное олимпийское движение: гуманистическая миссия («храм») или «рынок»? : монография / В. И. Столяров. – М. : РУСАЙНС, 2020. – 246 с.
4. Столяров, В. И. Теория и практика гуманистического спортивного движения в современном обществе (критический анализ состояния и новые концепции) : монография / В.И. Столяров. Ч. 1. – М. : РУСАЙНС, 2020. – 164 с.
5. Столяров, В. И. Философия физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека (история, современное состояние, авторская концепция) : монография / В. И. Столяров. – М. : РУСАЙНС, 2020. – 266 с.
6. Столяров, В. И. Фундаментальные методологические проблемы наук о физкультурно-спортивной деятельности и телесности человека : монография / В. И. Столяров. – М. : РУСАЙНС, 2020. – 208 с.
7. Бальсевич, В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В. К. Бальсевич. – М. : Сов. спорт, 2009. – 219 с.
8. Модернизация физического воспитания в общеобразовательной школе / В. И. Столяров, В. К. Бальсевич, В. П. Моченов, Л. И. Лубышева ; под общ. ред. В. И. Столярова. – М. : Теория и практика физической культуры и спорта, 2009. – 319 с.
9. Бондаренко, Н. И. Методология системного подхода к решению проблем: история – теория – практика / Н. И. Бондаренко. – СПб.: СПбУЭФ, 1997. – 387 с.

10. Коган, М. С. Философская теория ценностей / М. С. Коган. – СПб. : ГОО ТК «Петрополис», 1997. – 205 с.
11. Голощапов, Б. Р. История физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Б. Р. Голощапов. – Москва : Академия, 2013. – 310. С.
12. Курамшин, Ю. Ф. Спортивная рекордология: теория, методология, практика : монография / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2005. – 408 с.
13. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры : учебник для бакалавров / А. М. Максименко. – М. : Физическая культура, 2009. – 530 с.
14. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник / Л. П. Матвеев. – М. : Сов. спорт, 2010. – 340 с.
15. Николаев, Ю. М. Теория физической культуры: функциональный, ценностный, деятельностный, результативный аспекты : учеб. пособие / Ю. М. Николаев ; СПб ГАФК им. Лесгафта. – СПб, 2000. – 80 с.
16. Платонов, В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – М. : Советский спорт, 2005. – 820 с.
17. Попков, В. Н. Отбор и контроль в юношеском спорте / В. Н. Попков. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2001. – 196 с.
18. Смоленцева, В. Н. Психическая саморегуляция в процессе подготовки спортсменов / В. Н. Смоленцева. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2003. – 196 с.
19. Сологуб, Е. Б. Спортивная генетика / Е. Б. Сологуб, В. А. Таймазов. – М. : Те-ра-спорт, 2000. – 127 с.
20. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – 1 том. – Киев : «Олимпийская литература», 2003. – 390 с.
21. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – Методика физического воспитания различных групп населения. Том 2. – Киев : «Олимпийская литература», 2003. – 392 с.
22. Черапкина, Л. П. Медико-биологические основы отбора и прогнозирования высших спортивных достижений / Л. П. Черапкина. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2005. – 72 с.
23. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2018. – 479 с.
24. Алексеев, С. В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте : учебник / С. В. Алексеев ; под ред. П. В. Крашенинникова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : ЮНИТИ-ДАНА: Закон и право, 2018. – 647 с.
25. Алексеев, С. В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий : учебник / С. В. Алексеев; под ред. П. В. Крашенинникова. – М. : ЮНИТИ-ДАНА; Закон и право, 2019. – 687 с.
26. Изаак, С. И. Стратегия развития спортивной отрасли : монография / С. И. Изаак. – М. : Спорт, 2018. – 168 с.
27. Лекции по дисциплине «Управленческая деятельность в ФКиС (в т.ч. управление проектами)» [Электронный ресурс] / Портал электронно-образовательных ресурсов Tandem E-learning. – Режим доступа : <http://learn.uralgufk.ru/portal/site/ef68b329-ce0f-4b5b-aa34-8b17b18dfb76>
28. Мазур, И. И. Управление проектами : учеб. пособие / И. И. Мазур, В. Д. Шапиро, Н. Г. Ольдерогге и др.; под общ. ред. И. И. Мазура, В. Д. Шапиро. – 10-е изд., стер. – М. : Омега-Л, 2014. – 959 с.
29. Ньютон, Р. Управление проектами от А до Я : пер. с англ. / Р. Ньютон. – 5-е изд. – М. : Альпина Паблишера, 2013. – 179 с.
30. Ополченнов, И. И. Управление качеством в сфере услуг : учебник / И. И. Ополченнов. – М. : Сов. спорт, 2008. – 246 с.
31. Салимова, Т. А. Управление качеством : учебник / Т. А. Салимова. – 4-е изд., стер. – М. : Омега-Л, 2010. – 414 с.

32. Спортивный менеджмент. Принципы и применение: пер. с англ. / Р. Хойя, А.С.Т. Смит, М. Николсон и др. – Изд. 3-е. – М. : Рид Медиа, 2013. – 351 с.
33. Теория управления : учебник / под общ. ред. А. Л. Гапоненко, А. П. Панкрухина. – изд. 3-е, доп. и перераб. – М. : РАГС, 2008. – 557 с.
34. Фатхутдинов, Р. А. Управленческие решения : учебник / Р. А. Фатхутдинов. – изд. 6-е, перераб. и доп. – М. : ИНФРА-М, 2014. – 343 с.
35. Физическая культура и спорт в образовательном пространстве России : монография / С. В. Алексеев, М. Я. Виленский, Р. Г. Гостев и др. – М.: Еврошкола ; Воронеж: РИТМ, 2017. – 520 с.
36. Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник / С. С. Филиппов. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Юрайт, 2017. – 242 с.
37. Юсов, А. Теория социального управления (новый взгляд на старые проблемы) : монография / А. Юсов. – М. : LAP LAMBERT Academic Publishing, 2012. – 100 с.

В зависимости от вида специализации и темы ВКР кафедрой предоставляется дополнительный список рекомендуемой основной и дополнительной научной и учебно-методической литературы, а также перечень изданий периодической печати.

**Дополнительный перечень рекомендуемой литературы для подготовки к государственному экзамену в зависимости от избранного вида спорта
Физкультурно-оздоровительные технологии**

Основная литература

1. Михайлов, Н. Г. Методика обучения физической культуре. Аэробика : учеб. пособие / Н. Г. Михайлов, Э. И. Михайлова, Е. Б. Деревлева. – М. : Юрайт, 2020. – 138 с.
3. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учеб. пособие / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. . – М. : Юрайт, 2017. – 274 с.
4. Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии : учеб. пособие для СПО / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. – 2-е изд., испр. и доп. . – М. : Юрайт, 2018. – 246 с.
5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / под общ. ред. С. П. Евсеева. – М. : Сов. спорт, 2016. – 384 с.
6. Физкультурно-оздоровительные технологии : учеб. пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. – М. : Юрайт, 2020. – 334 с.

Дополнительная литература

1. Антонова, Э. Р. Фитнес-аэробика как вид спорта : учеб. пособие / Э. Р. Антонова, О. А. Иваненко ; ЮУрГГПУ. – Челябинск : ЮУрГГПУ, 2017. – 159 с.
2. Вандербург, Х. Смешанные тренировки : фитнес, йога, пилатес и барре / Х. Вандербург, пер. с англ. В.М. Боженова. – Минск : Попурри, 2018. – 336 с.
3. Власова, И. А. Оздоровительный фитнес : учеб. пособие / И. А. Власова, О. А. Иваненко; ЧГИК. – Челябинск : ЧГИК, 2017. – 157 с.
4. Воронин, С. Фитнес / С. Воронин : Основы фитнеса для бизнесменов . Фитнес для всех возрастов. – М. : Энергия, 2016. – 326 с
5. Иваненко, О. А. Современные фитнес-технологии и оздоровительный фитнес : учеб. пособие / О.А. Иваненко; УралГУФК. – Челябинск : УралГУФК, 2018. – 213 с.
6. Карлышев, В. М. Учебное пособие «Психосоматические основы здоровья» (УДК 796.035 ББК 88.4 К24), 2025.

7. Песина, О. Н. Современные оздоровительные технологии в подготовке студентов специализации гимнастика : учеб. пособие / О. Н. Песина ; УралГУФК. – Челябинск : Уральская академия, 2019. – 144 с.
8. Песина, О. Н. Современные оздоровительные технологии в подготовке студентов вузов физической культуры : учеб. пособие / О. Н. Песина ; УралГУФК. – Челябинск : Уральская академия, 2014. – 148 с.
9. Попова, А.Ф. Менеджмент физкультурно-оздоровительной деятельности : монография / А.Ф. Попова; УралГУФК. – Челябинск : УралГУФК, 2018. – 304с.
10. Савин, С. В. Теоретические основы оздоровительно-кондиционной (фитнес) тренировки лиц зрелого возраста : учеб. пособие / С. В. Савин, О. Н. Степанова. – М. : РУДН, 2020. – 121 с.
11. Самые известные целебные дыхательные методики по Стрельниковой, Фролову, Ниши / авт.- сост. С. Дудниченко. – М. : Эксмо, 2007. – 319 с.
12. Светлова, Л. Дышим правильно – худеем эффективно! Бодифлекс для всех / Л. Светлова. – СПб : Питер, 2012. – 143 с.
13. Щетинин, М. Н. Методика дыхания Стрельниковой / М.Н. Щетинин. – М. : АСТ, 2019. – 256 с.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Любые поисковые системы в сети Internet, в том числе:

1. [Электронный ресурс] Электронный каталог библиотеки вуза. – режим доступа. – <http://www.elibrary.uralgufk.ac.ru>
2. [Электронный ресурс] Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту. – режим доступа. – <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
3. [Электронный ресурс] Сайт научно-методического журнала «Теория и практика физической культуры». – режим доступа. – <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>
4. [Электронный ресурс] Сайт научно – методического журнала «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка». – режим доступа. – <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>
5. [Электронный ресурс] Научный портал. – режим доступа. – <http://www.teoriya.ru>
6. [Электронный ресурс] disserCat — электронная библиотека диссертаций. – режим доступа. – <http://www.dissercat.com/>
7. [Электронный ресурс] КиберЛенинка – научная электронная библиотека. – режим доступа. – <http://cyberleninka.ru/>

Разработчик:

Зав. каф. ТиМ ОТ и ФК Востока

к.п.н., доцент _____

 В. М. Миронова

Начальник учебно-

методического управления _____

 Т. Ю. Тихонова

Программа рассмотрена и утверждена на заседании Методического совета УралГУФК «17» декабря 2025 г., протокол № 4.

**ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
(ЗАЩИТА ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ)
НАПРАВЛЕНИЯ 49.04.01 – ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
ПРОГРАММА «ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ»**

В ходе проведения защиты выпускной квалификационной работы оценивается сформированность компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы:

| Содержание компетенции | Вид испытания, где оценивается компетенция |
|---|--|
| Универсальные компетенции (УК) | |
| способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий (УК-1) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия (УК-4) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки (УК-6) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| Общепрофессиональные компетенции (ОПК) | |
| способен обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по развитию физической культуры и массового спорта (ОПК-7) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| способен проводить научные исследования по разрешению проблемных ситуаций в области физической культуры и спорта с использованием современных методов исследования, в том числе из смежных областей знаний (ОПК-8) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| Профессиональные компетенции (ПК) | |
| способен разрабатывать, реализовывать и корректировать традиционные и инновационные методики физкультурно-оздоровительной деятельности на основе индивидуальных, возрастных и социокультурных особенностей (ПК-3) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |
| способен вести научно-исследовательскую деятельность с использованием современных информационных технологий и применять их результаты в педагогической, физкультурно-оздоровительной и управленческой деятельности в физической культуре (ПК-4) | Подготовка к сдаче экзамена Ответ на вопросы в билете |

Критерии оценки результатов защиты ВКР

Защита ВКР обучающегося оценивается по 100-балльной системе, затем переводится в оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» (согласно Положению о балльно-рейтинговой системе оценки деятельности обучающегося УралГУФК, 2020 г.).

| | | | | |
|--------|-----------|----------|---------------------|-----------------------|
| Баллы | 80-100 | 79-65 | 64-50 | менее 50 |
| Оценка | «Отлично» | «Хорошо» | «Удовлетворительно» | «Неудовлетворительно» |

Далее приведены критерии, по которым обучающегося получает соответствующую оценку (баллы). Для удобства выставления и подсчета баллов члену ГЭК может быть предложен «оценочный лист члена ГЭК».

| Оценки (баллы) | Критерии |
|--------------------|--|
| «Отлично» (80-100) | <ul style="list-style-type: none"> – отсутствуют принципиальные замечания рецензента, научного руководителя, – работа оформлена в соответствии с требованиями СТО, – наличие актуальности исследования и практического значения результатов, – корректно сформулирован понятийный аппарат, – корректность оформления ссылок и цитат, – в работе преимущественно ссылки на современные источники, датированные не позднее, чем за 5-10 лет, – качественно организовано и проведено исследование с применением набора научных методов, – грамотно и логично представлены выводы, – содержательный, грамотный, аргументированный доклад, – изложение доклада, не заглядывая в текст, – наличие наглядной, информативной презентации, сопровождающей доклад с иллюстрационным материалом (таблицы, рисунки, фото-, видеоматериал и т.п.), – соблюдено время, отведенное на доклад (5-7 минут), грамотные, лаконичные и правильные ответы на вопросы членов ГЭК |
| «Хорошо» (79-65) | <ul style="list-style-type: none"> – имеются несущественные замечания по оформлению ВКР, – имеются замечания рецензента, но обучающегося дает аргументированный ответ на них, – недостаточно свободно владение темой, нечетко изложено содержание работы, не выдержан регламент, – иллюстративный материал недостаточно полно раскрывает содержание темы работы, – недостаточно аргументировано, без использования профессиональной лексики, отвечает на вопросы и замечания, – недостаточно проанализирована литература и/или информация, полученная с помощью глобальных сетей, – при докладе недостаточно свободно владение темой, нечетко изложено содержание работы, не выдержан регламент, – иллюстративный материал недостаточно полно раскрывает содержание темы работы, – недостаточно аргументировано, без использования профессиональной лек- |

| | |
|--|---|
| «Удовлетворительно» (64-50) | <p>сики, отвечает на вопросы и замечания.</p> <ul style="list-style-type: none"> – существенные погрешности в оформлении работы, – наличие существенных замечаний в отзыве рецензента или научного руководителя, – слабо отражено понимание актуальности и решаемых задач исследования, – анализ литературы и/или информации, полученной с помощью глобальных сетей в данной области или в смежных предметных областях, не соответствует теме работы, – использование устаревших источников получение информации из литературы или глобальных сетей, – некорректность оформления ссылок, – не четко определяются и конкретно описываются выбранные выпускником объемы, методы и средства решаемых задач, – отсутствие логики в формулировании выводов по результатам исследования, – не соблюдается структура и логики построения исследования, – при докладе слабо владеет темой, слабо представлено содержание работы, не выдержан регламент, – иллюстративный материал не в полной мере раскрывает содержание темы работы, – слабо аргументирует, без использования профессиональной лексики, ответы на вопросы и замечания. |
| «Неудовлетворительно» (менее 50) | <ul style="list-style-type: none"> – несоответствие правилами оформления ВКР согласно СТО, – не продемонстрировано понимание актуальности и решаемых задач исследования, – отсутствие в работе экспериментальной части исследования, – слабый, неинформативный анализ результатов исследования без оформления иллюстративного материала, – анализ литературы и/или информации, полученной с помощью глобальных сетей, не соответствует поставленным задачам и теме ВКР, – выбранные методы и средства не раскрыты и не соответствуют решаемым задачам, содержанию и теме ВКР, – существенные замечания рецензента по работе, отсутствие в рецензии рекомендации по представлению защиты ВКР на ГЭК и выставлению выпускнику положительной оценки, – существенные замечания по докладу, – отсутствие иллюстрационного сопровождения доклада, – неграмотные, неправильные ответы на вопросы членов ГЭК или полное отсутствие ответов на вопросы. |
| Дополнительные баллы при защите ВКР | |
| <ul style="list-style-type: none"> – наличие актов внедрения результатов и разработок, – наличие опубликованных научных статей и тезисов по результатам исследования, – использование сложной аппаратуры и других технических средств при проведении исследования. | |
| <p>Примечание.</p> <p>В случае выставления неудовлетворительной оценки обучающегося по процедуре защиты ВКР, ему предоставляется возможность повторного прохождения процедуры защиты.</p> <p>Повторное прохождение итоговых аттестационных испытаний назначается не ранее чем через три месяца и не более чем через пять лет после прохождения итоговой государственной аттестации впервые. Повторные итоговые аттестационные испытания не могут</p> | |

назначаться более двух раз.

ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Примерная тематика выпускных квалификационных работ

| | |
|-----|--|
| 1. | Оздоровительно-рекреационная направленность занятий пластической гимнастикой на основе хатха-йоги с женщинами зрелого возраста |
| 2. | Комбинированный подход в оздоровительной работе с людьми зрелого возраста |
| 3. | Влияние цигун на показатели психофизического здоровья женщин зрелого возраста |
| 4. | Оздоровительный цигун, как средство повышения эффективности процесса саморегуляции людей зрелого возраста |
| 5. | Исследование эффективности целостного подхода в профилактике аддиктивного поведения среди молодежи |
| 6. | Динамика физической подготовленности ушуистов 7-10 лет |
| 7. | Влияние телесно-ориентированных технологий на психофизическое состояние студентов ВУЗов |
| 8. | Телесно-ориентированные оздоровительные системы психофизической рекреации педагогов учебных учреждений |
| 9. | Исследование эффективности занятий оздоровительной йогой с работниками умственного труда |
| 10. | Коррекция опорно-двигательного аппарата детей школьного возраста средствами оздоровительной физической культуры |
| 11. | Телесно-ориентированные оздоровительные системы психофизической рекреации педагогов школьных учреждений |
| 12. | Исследование эффективности целостного подхода в профилактике аддиктивного поведения среди молодежи |
| 13. | Цигун в системе оздоровления современных женщин зрелого возраста |
| 14. | Развитие соматосенсорных способностей студентов средствами телесно-ориентированных технологий |
| 15. | Использование комплексных нетрадиционных методов оздоровления для повышения адаптационных возможностей человека |
| 16. | Профилактика нарушений осанки у школьников средствами хатха-йоги |
| 17. | Оздоровительно-рекреационная направленность занятий пластической гимнастикой на основе хатха-йоги с женщинами зрелого возраста |
| 18. | Исследование воздействия оздоровительных занятий на основе восточных и западных методов с женщинами зрелого возраста |
| 19. | Эффективность сочетания различных массажей в оздоровительной работе с людьми зрелого возраста |
| 20. | Исследование воздействия оздоровительных занятий на основе методов цигун с |

| |
|---|
| женщинами зрелого возраста |
| 21. Эффективность применения упражнений хатха-йоги в коррекции опорно-двигательного аппарата детей младшего школьного возраста |
| 22. Исследование психологического аспекта восточных телесно-ориентированных практик в работе с лицами зрелого возраста |
| 23. Исследование эффективности применения холистического массажа в оздоровительной работе с дошкольниками |
| 24. Особенности повышения уровня физической подготовленности ушуистов младшего школьного возраста |
| 25. Влияние телесно-ориентированной технологии «Глубинное касание» на психофизическое состояние женщин зрелого возраста |
| 26. Влияние занятий айкидо на функциональное состояние опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста |
| 27. Влияние занятий йогой практиками на физическое состояние мужчин зрелого возраста |
| 28. Средства хатха-йоги в профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата детей младшего школьного возраста |
| 29. Формирование здорового образа жизни детей младшего школьного возраста средствами физической культуры Востока |
| 30. Коррекция функционального и психологического состояния беременных женщин средствами восточных оздоровительных систем |
| 31. Влияние восточной оздоровительной гимнастики на психофизическое состояние детей 7-9 лет |
| 32. Развитие координационных способностей детей младшего школьного возраста средствами ушу |
| 33. Оздоровительная гимнастика на основе хатха-йоги как средство повышения работоспособности студентов |
| 34. Влияние занятий гимнастикой на основе йоги на психоэмоциональное состояние детей дошкольного возраста |
| 35. Использование психосоматических методов в оздоровительной йоге женщин зрелого возраста |
| 36. Динамика показателей психоэмоционального состояния женщин зрелого возраста в процессе занятий телесно-ориентированными технологиями |
| 37. Комплексное воздействие гимнастики цигун на функциональное и психоэмоциональное состояние людей зрелого возраста |
| 38. Реализация комплексного подхода в оздоровительной физической культуре женщин зрелого возраста |
| 39. Реабилитация женщин зрелого возраста методами телесно-ориентированных технологий |
| 40. Влияние занятий ушу на физическое состояние девушек 18–20 лет |
| 41. Влияние занятий хатха-йоги на развитие гибкости студентов 17-18 лет |
| 42. Коррекция функционального состояния женщин зрелого возраста средствами цигун |
| 43. Влияние оздоровительной гимнастики на опорно-двигательный аппарат детей 7-9 лет |
| 44. Влияние занятий китайской гимнастикой на развитие подвижности в суставах и |

| |
|---|
| функциональное состояние организма детей школьного возраста |
| 45. Комплексный подход в оздоровительной физической культуре при занятиях с женщинами-педагогами |
| 46. Сочетание западных и восточных систем оздоровления в занятиях со студентами специализации физической культуры Востока, как фактор повышения физического и функционального состояния |
| 47. Эффективность использования восточных систем оздоровления для реабилитации работников тяжелого физического труда |
| 48. Интегральная методика оздоровления людей зрелого возраста средствами физической культуры Востока |
| 49. Реализация валеологического подхода в процессе занятий физической культурой с женщинами зрелого возраста |
| 50. Сравнительный анализ результатов воздействия различных оздоровительных технологий на студентов разных специализаций |