

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 06.06.2024 08:40:41  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Ханты-Мансийского автономного округа -Югры**  
**«Сургутский государственный университет»**

Утверждаю:  
Проректор по УМР

Е.В. Коновалова

« 16 » июня 2022 г.

Институт гуманитарного образования и спорта  
Кафедра медико-биологических основ физической культуры

**Рабочая программа практики**  
**Производственная практики, преддипломная практика**

Квалификация выпускника	бакалавр
Направление подготовки	49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм
Направленность (профиль)	Спортивно-оздоровительный туризм
Форма обучения	очная
Кафедра-разработчик	Медико-биологических основ физической культуры
Выпускающая кафедра	Медико-биологических основ физической культуры

Сургут, 2022 г.

Рабочая программа практики составлена в соответствии требованиями:

1.Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм», утвержденным Приказом Минобрнауки 19.09.2017 № 943, зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017, № 48565.

2. СТО-2.6.4-18 - Порядок организации и проведения практики обучающихся, с изменениями 22.10.2020 г., протокол №8

Автор программы:

к.б.н., доцент Мальков М.Н.

Согласование программы:

Подразделение (кафедра/ библиотека)	Дата согласования	Ф.И.О., подпись нач. подразделения
Кафедра медико-биологических основ физической культуры	14.04.2022	Мальков М.Н.
Отдел комплектования	14.04.2022	Дмитриева И.И.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры

« 14 » апреля 2022 года, протокол № 8

Заведующий кафедрой

к.б.н., доцент Мальков М.Н.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методического совета института гуманитарного образования и спорта « 03 » мая 2022 года, протокол № 5

Председатель УМС

к.ф.н., доцент Гришенкова Т.Ф.

Руководитель практики

Низамбиева А.С.

## 1. ЦЕЛИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

Целью производственной практики, преддипломной практики является ознакомление обучающихся с характером и особенностями их будущей практической деятельности в сфере физической культуры, формирование и развитие профессиональных навыков работы с людьми разного возраста в сфере физической культуры, приобретение практических навыков самостоятельного проведения научно-исследовательской работы, сбор материала для выполнения и защиты ВКР, завершение выполнения выпускной квалификационной работы.

## 2. ЗАДАЧИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

1. Закрепить, углубить и расширить теоретические знания, умения и навыки, полученных обучающимися в процессе теоретического обучения.
2. Приобрести практические умения и навыки для ведения профессиональной деятельности.
3. Сформировать компетенции в научно-исследовательской и педагогической деятельности, закрепить их в практике выполнения выпускных квалификационных работ.
4. Приобрести навыки работы и общения с персоналом организации, систематизации и анализа полученных данных для подготовки выпускной квалификационной работы.
5. Завершить реализацию этапов выполнения выпускной квалификационной работы.

## 3. МЕСТО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

<b>Индекс дисциплины (по УП)</b>	Б2.О.01.01(Пд)
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося</b>
	Преддипломная практика относится ко второму блоку обязательной части программы бакалавриата. Она базируется на опыте учебных и производственных практик, а также на основе таких дисциплинах бакалавриата как «Педагогика физической культуры», «Психология физической культуры», «Адаптация к физическим нагрузкам в спорте», «Теория и методика физической культуры», «Основы проектной деятельности», «Спортивная метрология», «Теория и методика рекреации», «Теория физической подготовки», «Рекреалогия».
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее</b>
	Преддипломная практика является базовой для итоговой государственной аттестации и подготовки выпускной квалификационной работы.

## 4. МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

<b>Семестр</b>	<b>Место проведения, объект</b>
8	Место проведения: Производственная практика, преддипломная практика проводится в восьмом семестре на базах: БУ ВО «Сургутский государственный университет», общеобразовательные учреждения основного (среднего) образования, организациях дополнительного образования в сфере физической культуры, детско-юношеские спортивные школы, вузы, фитнес-центры, центры специальной подготовки. В целом прохождение преддипломной практики предполагается в учреждениях и организациях, обладающих необходимым кадровым,

	<p>организационно-методическим потенциалом.</p> <p>Объект: институт гуманитарного образования и спорта Сургутский государственный университет, муниципальные бюджетные общеобразовательные учреждения (МБОУ), имеющие необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных работников: МБОУ лицей имени генерал-майора Хисматулина В.И., МБОУ гимназия «Лаборатория Салахова», МБОУ средняя общеобразовательная школа №5; МБУ центр специальной подготовки «Сибирский легион», а также другие учреждения (места будущей профессиональной деятельности), отвечающие профилю подготовки, имеющие все необходимые условия для проведения практики и заключившие договор с СурГУ.</p>
--	--

## **5. СПОСОБ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ**

СТАЦИОНАРНАЯ, ВЫЕЗДНАЯ

## **6. ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ**

Практика осуществляется непрерывно.

## **7. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

### **7.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате прохождения производственной практики, преддипломной практики**

В результате прохождения производственной практики, преддипломной практики обучающийся должен приобрести следующие общепрофессиональные компетенции:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по практике
<b>Общепрофессиональные</b>		
ОПК-1.1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры.	способен планировать содержание занятий физическими упражнениями, ориентируясь на общие положения теории физической культуры; осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании содержания занятий
ОПК-11.1	Планирует научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности	способен планировать научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности
ОПК-11.2	Организовывает и проводит научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и	способен организовывать и проводить научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности с использованием апробированных

	туристской деятельности с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.	методик, статистически обрабатывать и анализировать результаты, обобщать и оформляет результаты исследований.
--	---	---

**7.2. В результате обучения при прохождении производственной практики, преддипломная практика обучающийся должен:**

<b>Знать</b>	положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий физическими упражнениями с занимающимися; структуру построения занятий. направления научных исследований в области физической культуры, адаптивной физической культуры; методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; основные источники получения информации в сфере адаптивной физической культуры; научную терминологию, методы научного исследования; теоретические основы организации научно-исследовательской деятельности; алгоритм построения педагогического эксперимента; способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; требования к написанию и оформлению квалификационной работы; способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; правила применения корректных заимствований в текстах; правила библиографического описания и библиографической ссылки.
<b>Уметь</b>	планировать содержание занятий физическими упражнениями, ориентируясь на общие положения теории физической культуры; осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании содержания занятий; самостоятельно вести поиск актуальной информации, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочной, образовательной, туристской и рекреационной деятельности; использовать научную терминологию; актуализировать проблематику научного исследования; анализировать и оценивать эффективность различных видов деятельности в сфере физической культуры; определять задачи научного исследования; анализировать инновационные методики; подбирать и использовать методы исследования; использовать для обработки результатов исследований, методы математической статистики; анализировать и интерпретировать полученные результаты; формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; составлять и оформлять список литературы; представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; использовать технические и программные средства публичных выступлений.
<b>Владеть</b>	имеет опыт планирования содержания занятий физическими упражнениями для занимающихся физической культурой. имеет опыт выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной, туристской и рекреационной деятельности; публичной защиты результатов собственных научных исследований.

## 8. СОДЕРЖАНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

Общая трудоемкость преддипломной практики 216 часа, 6 зачетных единиц, 4 недели

№ п/п	Наименование разделов и содержание преддипломной практики	Семестр	Виды работы и ее трудоемкость (в часах)		Компетенции ( <i>шифр</i> )	Формы текущего контроля
			Лекции	Практика		
1	Подготовительный этап (установочная конференция и инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, охране труда и правилам внутреннего трудового распорядка, подготовка документов планирования работы на практике)	8	-	4	ОПК-11.1.	Отметка в журнале регистрации инструктажей в университете по ТБ, ПБ, ОТ и ПВТР Документы планирования в дневнике практиканта
2	Основной этап (ознакомление обучающихся с характером и особенностями их будущей практической деятельности, приобретение практических навыков самостоятельной реализации завершающих этапов выпускной квалификационной работы)	8	-	192	ОПК-1.1. ОПК-11.1. ОПК-11.2.	Заключение по итогам выполнения заданий в дневнике практиканта
6	Завершающий этап (подготовка дневника-отчета практиканта, презентации по практике, защита дневника практиканта на итоговой конференции)	8	-	20	ОПК-1.1. ОПК-11.1. ОПК-11.2.	Проверка отчета по практике и его защита на итоговой конференции
Итого за семестр		216	-	216		

## 9. ФОРМЫ ОТЧЕТНОСТИ ПО ИТОГАМ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

Зачет по итогам защиты дневника-отчета практиканта и выполнения индивидуальных заданий в первую неделю после практики.

## 10. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНОЙ ПРАКТИКИ

При аттестации итогов производственной практики, преддипломная практика учитывается:

- содержание практики, составленное обучающимся после получения индивидуального задания от руководителя практики от кафедры;
- ведение обучающимся дневника прохождения практики;

- характеристика от профильной организации или Сургутского государственного университета;
- письменный отчет-практиканта о прохождении практики и его защита;
- уровень сформированности у обучающегося компетенций.

Результатами прохождения обучающимися производственной практики, преддипломная являются также:

- степень подготовки обучающегося к самостоятельной работе;
- уровень теоретических знаний и практической подготовки обучающегося;
- владение обучающимся информацией по вопросам темы выпускной квалификационной работы;
- инициатива обучающегося, проявленная в период прохождения практики;
- предложения обучающегося по улучшению работы организации.

#### **Этап: Проведение промежуточной аттестации**

Итоги производственной практики, преддипломной практики оцениваются на основе защиты дневника-отчета практиканта с проставлением зачета. Зачет учитывает качество представленных отчетных материалов, отзывы руководителей практики, качество защиты дневника-отчета практиканта.

Отметка «зачтено» ставится обучающемуся, который продемонстрировал хороший уровень профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, на хорошем уровне выполнил весь намеченный объем работы в срок и в соответствии с программой производственной практики, преддипломной практики, закрепил систему профессиональных компетенций в практике выполнения выпускных квалификационных работ, собрал, обработал и проанализировал запланированный исследовательский материал, подготовил и успешно защитил дневник практиканта\* в виде доклада (5–7 мин.) и презентацию к нему\*\*, ответил на все заданные вопросы, но допустил при этом не принципиальные ошибки, а также при наличии 50-69% и более сформированных компетенций. Оценка по результатам защиты отчета по практике выставляется если набрано 50-69% и более.

Оценка «не зачтено» выставляется обучающемуся, который не смог продемонстрировать необходимый уровень профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, обнаружившему существенные пробелы в реализации программы производственной практики, преддипломной практики, который не смог закрепить систему профессиональных компетенций в практике выполнения выпускных квалификационных работ, собрать, обработать и проанализировать запланированный следовательский материал, допустившему принципиальные ошибки в процессе практики и при выполнении практических заданий, в процессе защиты дневника практиканта или не подготовивший такой дневник, а также при наличии менее 50-69% сформированных компетенций, по результатам защиты отчета по практике набрано менее 50-69%.

**\*См. приложение 1**

#### **Порядок оценивания и учета результатов прохождения производственной практики, преддипломной практики обучающихся, осваивающих ОПОП ВО**

Контроль за выполнением, обучающимся программы производственной практики проводится в форме аттестации, в процессе которой оцениваются основные результаты проделанной работы.

При аттестации итогов производственной практики следует учитывать и оценивать:

- содержание практики, составленное обучающимся после получения индивидуального задания от руководителя практики от кафедры;
- ведение обучающимся дневника прохождения практики;
- характеристика от профильной организации или Сургутского государственного университета;
- письменный отчет-практиканта о прохождении практики и его защита;
- уровень сформированности у обучающегося компетенций.

Результатами прохождения обучающимися производственной практики, преддипломной являются также:

- степень подготовки обучающегося к самостоятельной работе;
- уровень теоретических знаний и практической подготовки обучающегося;
- владение обучающимся информацией по вопросам темы выпускной квалификационной работы;
- инициатива обучающегося, проявленная в период прохождения практики;
- предложения обучающегося по улучшению работы организации.

В процессе прохождения аттестации обучающийся должен в виде доклада (5–7 мин.) кратко изложить выполнение программы практики и индивидуального задания. При защите отчетов по практике учитывается объем выполнения программы практики, правильность оформления документов, содержание характеристики-отзыва, правильность ответов на заданные руководителем практики вопросы, умение анализировать документы, приложенные к отчету.

По результатам защиты обучающимся Отчета по практике проводится форма контроля в соответствии с учебными планами (зачет), в которой отражается качество представленного отчета, уровень теоретической и практической подготовки обучающегося.

Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Формы контроля	Оценочное средство	Процедура оценивания (краткая характеристика оценочного средства)
1	2	3
Текущий контроль	Наблюдение	Контроль регулярности посещения практики в установленные сроки и действий обучающихся
Рубежный контроль	Индивидуальное задание (разделы отчета по практике)	Выполнение заданий, позволяющих диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.
Промежуточный контроль	Защита отчета по практике	Представление Отчета и его защита, позволяющего студенту обобщить свои знания, умения и навыки, приобретенные за время прохождения учебных практик. Отчеты по практике готовятся индивидуально. Цель каждого отчета - осознать и зафиксировать компетенции, приобретенные студентом в результате освоения теоретических курсов и полученные им при прохождении практики.

Критерии и показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания представлены в таблицах 2 и 3.



Таблица 2 – Критерии определения сформированности компетенций на различных этапах их формирования

Критерии оценивания этапов формирования компетенции	Уровни сформированности компетенций		
	пороговый	достаточный	повышенный
	1	2	3
Критерии оценивания этапов формирования компетенции	Компетенция сформирована. Демонстрируется недостаточный уровень самостоятельности практического навыка	Компетенция сформирована. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка	Компетенция сформирована. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности. высокая адаптивность практического навыка
Уровень знаний	Теоретическое содержание освоено частично, есть несущественные пробелы, неточности и недочеты при выполнении заданий	Теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки сформированы недостаточно	Теоретическое содержание освоено полностью, без пробелов
Уровень умений	Необходимые умения, предусмотренные программой практики, в основном сформированы	Некоторые практические навыки сформированы недостаточно	Практические навыки, предусмотренные программой практики, сформированы полностью
Уровень овладения навыками и (или) опыта деятельности	Необходимые практические навыки, предусмотренные программой практики, в основном освоены	Некоторые практические навыки освоены недостаточно	Практические навыки, предусмотренные программой практики, освоены полностью

Поскольку в процессе практики формируются сразу несколько компетенций, критерии оценки формируются в два этапа:

1-й этап: определение критериев оценки отдельно по каждой формируемой компетенции. Сущность 1-го этапа состоит в определении критериев для оценивания отдельно взятой компетенции на основе продемонстрированного студентом уровня овладения соответствующими знаниями, умениями и навыками;

2-й этап: определение критериев для оценки уровня обученности по итогам практики на основе комплексного подхода к уровню сформированности всех компетенций, обязательных к формированию в процессе ее прохождения. Сущность 2-го этапа определения критерия оценки по практике заключена в определении подхода к оцениванию на основе ранее полученных данных о сформированности каждой компетенции, обязательной к выработке в процессе изучения предмета. В качестве основного критерия

при оценке итогов прохождения практики является наличие у обучающегося сформированных компетенций.

По итогам практики на основе фонда оценочных средств и качества выполненных заданий оценивается уровень сформированности всех предусмотренных программой производственной практики компетенций в 4-х балльной шкале («удовлетворительно», «хорошо», «отлично»). Каждая компетенция должна быть освоена как минимум на 3 балла. Затем подсчитывается общая сумма баллов и результат переводится в 100 – балльную рейтинговую шкалу (таблица 3).

Таблица 3 – Показатели оценивания компетенций и шкалы оценки

КОМПЕТЕНЦИИ ПРЕДУСМОТРЕННЫЕ ПРОГРАММОЙ	Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности и компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или низкой уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или повышенный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
	1	2	3	4
	1 этап			
	Обучающийся демонстрирует неспособность применять соответствующие знания, умения и навыки при выполнении задания по практике. Отсутствие подтверждения наличия сформированности и компетенции свидетельствует об отрицательных результатах прохождения практики	Обучающийся демонстрирует наличие базовых знаний, умений и навыков при выполнении задания по практике, но их уровень недостаточно высок. Поскольку выявлено наличие сформированной компетенции, ее следует оценивать положительно, но на низком уровне	Обучающийся демонстрирует наличие соответствующих знаний, умений и навыков при выполнении задания по практике на достаточном уровне. Наличие сформированной компетенции на достаточном уровне следует оценивать как положительное и устойчиво закрепленное в практическом навыке	Обучающийся демонстрирует наличие соответствующих знаний, умений и навыков при выполнении задания по практике на повышенном уровне. Присутствие сформированной компетенции на высоком уровне, способность к ее дальнейшему саморазвитию и высокой адаптивности практического применения к изменяющимся условиям профессиональной задачи позволяет дать высокую оценку
2 этап				
У обучающегося не сформировано	При наличии более 50-69%	Наличие 70-84% сформированных	При 85-100% подтверждении	

	более 50% компетенций	сформированных компетенций	компетенций	наличия компетенций
	Оценка отдельных компетенций в 4-х балльной шкале			
ОПК-1.1				
ОПК-11.1				
ОПК-11.2				
Сумма				
Итого				
В % от макси мума				

Оценка по результатам защиты отчета по практике выставляется исходя из критериев, указанных в таблице 4.

Таблица 4 – Формирование балльной оценки по результатам прохождения практики

№	Оцениваемый вид проведенной работы	Критериальные позиции оценки	Общее количество баллов	Максимальное количество баллов по отдельным позициям
1	2	3	4	5
1.	Качество подобранного материала для проведения анализа	Количество подобранных источников информации (минимально - 5)	20	10
		Наличие современных данных		10
2.	Выполнение общих требований к проведению практики	Своевременное выполнение отдельных этапов прохождения практики	30	10
		Посещение консультаций руководителя		10
		Выполнение требований руководителя по проведению исследования		10
3.	Качественная оценка проведенного исследования и выполненных заданий	Выполнение требований к оформлению отчета по практике	50	10
		Выполнение требований к содержательной части отчета		10
		Оценка степени самостоятельности проведенного исследования		10
		Полнота выполнения практикантом программы практики		10

	Оценка качества проведенной исследовательской работы		10
ИТОГО:		100	100

Зачет по результатам производственной практики, преддипломной практики формируется на основе средней арифметической суммы баллов, полученных практикантом по результатам оценки уровня сформированности предусмотренных программой компетенций, и защиты отчета практиканта по шкале, представленной в таблице 5.

Таблица 5

Критерии итоговой оценки результатов производственной практики, преддипломной практики

100-балльная система оценки	Традиционная система оценки
50–100 баллов	«зачтено»
менее 50 баллов	«не зачтено»

Получение зачета по результатам производственной практики, преддипломной позволяет сделать вывод о достаточной сформированности следующих частей компетенций: ОПК-1.1, ОПК-11.1, ОПК-11.2. При этом обучающийся будет способен владеть перечисленными компетенциями в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии.

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ПРАКТИКИ, ПРЕДДИПЛОМНАЯ ПРАКТИКА

11.1 Рекомендуемая литература				
11.1.1 Основная литература*				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во экз.
1	В. Г. Никитушкин	Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник	М.: Советский спорт, 2013 Электронный ресурс	1
2	Ю. Д. Железняк, П. К. Петров	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник	М.: Академия, 2013	27 экз.
3	В.П. Губа, В.В. Пресняков	Методы математической обработки результатов спортивно-педагогических исследований	М.: Человек, 2015 Электронный ресурс	1
4	Л.А. Семенов	Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта	М.: Советский спорт, 2011 Электронный ресурс	1
11.1.2 Дополнительная литература*				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во экз.
1	Попков В.Н.	Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте : учебное пособие	Омск : Сибирский государственный	1

			ый университет физической культуры и спорта, 2011 Электронный ресурс	
2	В.А. Вишневский, В.В. Апокин, Д.В. Сердюков, А.А. Варин, Д.Г. Жеребцов	Системный анализ состояния организма детей на этапах школьного онтогенеза	Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2010.	68 экз.
3	Б.А. Бурняшов	Применение информационных технологий при написании рефератов и квалификационных работ: учебное пособие	Саратов: Вузовское образование, 2013 Электронный ресурс	1
4	А.И. Исакова	Информационные технологии: учебное пособие	Томск : Томский государственный университет систем управления и радиоэлектроники Электронный ресурс	1
5	И.И. Маглеванный, Т.И. Карякина	Математические основы первичной обработки экспериментальных данных	Волгоград: Волгоградский государственный социально-педагогический университет, «Перемена», 2015 Электронный ресурс	1

### 11.1.3 Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Кол-во экз.
1.	Вишневский, В.А.	Формирование и саморазвитие культуры здоровья личности [Текст] : учебно-методическое пособие	Изд-во СурГУ, 2012.	50 экз.
2.	Вишневский, В.А.	Контроль за функциональным состоянием занимающихся физической культурой и спортом [Электронный	Изд-во СурГУ, 2019, Электронный ресурс	1

		ресурс] : методические указания к лекциям, практическим занятиям, самостоятельной работе, проектной деятельности		
<b>11.2 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»</b>				
БД Сургутского Государственного университета «Книги» <a href="http://www.lib.surgu.ru/abis.php">http://www.lib.surgu.ru/abis.php</a> <a href="http://www.lib.surgu.ru/abis.php">http://www.lib.surgu.ru/abis.php</a> Научная электронная библиотека - <a href="http://www.elibrary.ru">http://www.elibrary.ru</a> Электронная библиотека диссертаций <a href="https://dvs.rsl.ru/">https://dvs.rsl.ru/</a>				
<b>11.3 Перечень информационных технологий</b>				
<b>11.3.1 Перечень программного обеспечения</b>				
1.	Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office			
2.	Доступ в сеть интернет (в т.ч. Wi-Fi)			
<b>11.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>				
Консультант Плюс <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>				

#### **11.4. Перечень материально-технического обеспечения работы студентов при прохождении производственной практики, преддипломная практика**

Материально-техническое обеспечение работы обучающихся при прохождении производственной практики, преддипломная практика включает спортивные сооружения, тренажеры, спортивный инвентарь, оборудование для проведения исследований на основных базах проведения практик: Сургутский государственный университет (при прохождении практики на этой базе возможно использование следующего оборудования: комплекс для оценки осанки, психофизиологический комплекс «Активациометр», прибором для исследования функций внешнего дыхания «Microlab», комплекс биологической обратной связи для функциональной коррекции и электростимуляции скелетных мышц, программно-аппаратный комплекс вариационной пульсометрии), МБОУ лицей имени генерал-майора Хисматулина В.И., МБОУ гимназия «Лаборатория Салахова», МБОУ средняя общеобразовательная школа №5; МБУ центр специальной подготовки «Сибирский легион», а также другие учреждения (места будущей профессиональной деятельности), отвечающие профилю подготовки, имеющие все необходимые условия для проведения практики и заключившие договор с СурГУ.

Все перечисленное материально-техническое обеспечение практики соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, а также требованиям техники безопасности при проведении учебных и научно-исследовательских работ.

## **12. ОСОБЕННОСТИ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ**

При определении мест прохождения практики обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами учитываются рекомендации, содержащиеся в индивидуальной программе реабилитации инвалида (при наличии) или в заключении психолого-медико-педагогической комиссии, относительно рекомендованных условий и видов труда (при наличии). При необходимости для прохождения практики создаются специальные рабочие места в соответствии с характером ограничений здоровья, а также с учетом характера выполняемых трудовых функций. Выбор мест прохождения практик для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья должен учитывать требования их доступности.

Формы проведения практики лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов могут быть установлены с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния

**\* ДНЕВНИК-ОТЧЕТ ПРАКТИКАНТА**

**Дневник-отчет практиканта (дневник практиканта) включает следующие задания:**

*ОПК-1.1. Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, ОПК-11.1. Планирует научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности, ОПК-11.2 Организует и проводит научные исследования по определению эффективности средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности с использованием апробированных методик, статистически обрабатывает и анализирует результаты, обобщает и оформляет результаты исследований.*

**Задание 1. Реализация этапов выполнения выпускной квалификационной работы.**

*Процесс подготовки и выполнения темы выпускной квалификационной работы (научного исследования) включает несколько основных этапов. Ниже приведены сведения по реализации этапов выполнения выпускной квалификационной работы (ВКР). Реализуйте этапы выполнения ВКР по избранной теме.*

**Методические рекомендации к реализации этапов выполнения ВКР.**

**Выбор темы исследования**

Одним из важнейших критериев правильности выбора темы исследования является актуальность (теоретическая и практическая значимость). Признаками актуальности темы могут быть следующие:

- общий интерес со стороны ученых, педагогов и тренеров к проблеме;
- наличие потребности практики обучения, воспитания и тренировки в разработке вопроса на данном этапе;
- необходимость разработки темы в связи с местными климатическими и другими условиями.

На современном этапе весьма актуальны исследования, связанные с оздоровительными, образовательными и воспитательными воздействиями средств физической культуры и спорта, в том числе новых, нетрадиционных физкультурно-спортивных видов на различные по возрасту, полу, уровню образования, образу жизни, учебной, трудовой деятельности категории занимающихся.

Однако при определении темы следует учитывать не только ее актуальность в научном и практическом плане, но и наличие соответствующей литературы. При выборе темы исследования определенное значение имеет её разработанность и освещенность в литературе. Формулировка темы исследования определяется студентом совместно с научным руководителем.

**Работа с литературой по теме исследования  
(анализ научно-методической литературы)**

Для написания работы желательно использовать первоисточники: научные статьи, монографии, авторефераты диссертации. Указанные первоисточники, а также поиск методической литературы (методические указания, методические и учебно-методические пособия) по рассматриваемому вопросу и являются научной и методической специальной литературой. Кроме того, возможна работа с документальными и архивными материалами (изучение педагогической документации и архивных материалов: планов и дневников тренировок, протоколов соревнований, сводных отчетов спортивных организаций, материалов

инспектирования, учебных планов и программ, журналов учета успеваемости и посещаемости, личных дел, статистических материалов и т. п.). В этих документах фиксируются многие объективные данные, помогающие установить ряд характеристик, причинные связи, выявить некоторые зависимости и т. д.

Поиск научно-методической литературы возможен в библиотеке Сургутского государственного университета (работа с печатными изданиями непосредственно в библиотеке, либо работа с электронным ресурсом библиотеки - [www.lib.surgu.ru](http://www.lib.surgu.ru)), а также:

**Электронных библиотеках:**

- Научная электронная библиотека ([www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru));
- Электронная библиотека: библиотека диссертаций ([www.diss.rsl.ru](http://www.diss.rsl.ru));
- Российская национальная библиотека: электронный каталог РНБ «Авторефераты диссертаций» (<http://www.nlr.ru:8101/poisk/index.html#1>).

**Базах данных:**

Реферативная база данных Национальной медицинской библиотеки США предоставляет доступ к работам в области клинической и экспериментальной медицины, ветеринарии, организации здравоохранения. Содержит аннотации статей из более 4000 журналов, публикуемых в США и еще в 70 странах по всему миру. Обновление MEDLINE проходит еженедельно. Доступ открыт с любого компьютера ([www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi)).

**Научных журналах** (российские рецензируемые научные журналы, в которых должны быть опубликованы основные научные результаты диссертаций на соискание ученых степеней доктора и кандидата наук):

- Теория и практика физической культуры (<http://www.teoriya.ru/ru/journals>);
- Физическая культура: воспитание, образование, тренировка (<http://www.teoriya.ru>);
- Адаптивная физическая культура (<http://www.afkonline.ru>);
- Физическая культура, спорт - наука и практика (<http://www.kgafk.ru/kgufk/html/gyr.html>).

### **Объект и предмет исследования**

*Объектом педагогического исследования*, в сфере физической культуры и спорта, является учебно-воспитательный процесс, учебно-организационный, управленческий процесс, тренировочный, реабилитационный процесс. Основным объектом научно-педагогического исследования могут быть процессы, развивающиеся в детском саду, школе, вузе, лечебно-профилактических учреждениях, спортивных школах, физкультурно-оздоровительном комплексе и т.д. Однако объект исследования должен формулироваться не безгранично широко, а так, чтобы можно было проследить круг объективной реальности. Этот круг должен включать в себя *предмет* в качестве важнейшего элемента, который характеризуется в непосредственной взаимосвязи с другими составными частями данного объекта и может быть однозначно понят лишь при сопоставлении с другими сторонами объекта (Ю.Д. Железняк, 2013).

*Предметом педагогического исследования* могут выступать: прогнозирование, совершенствование и развитие процесса и управления общеобразовательной, среднеспециальной и высшей школой; содержание образования; формы и методы педагогической деятельности; диагностика учебно-воспитательного процесса; пути, условия, факторы совершенствования обучения, воспитания, тренировки; характер психолого-педагогических требований и взаимодействий между педагогами и учащимися, тренерами и спортсменами; особенности и тенденции развития спортивно-педагогической науки и практики. Из сказанного выше следует, что объектом выступает то, что исследуется, а предметом — то, что в этом объекте получает научное объяснение. *Именно предмет исследования определяет тему исследования.*



### **Цель и задачи исследования**

Исходя из определения объекта и предмета исследования, можно приступить к определению цели и задач исследования. Цель формулируется кратко и предельно точно, в смысловом отношении выражая то основное, что намеревается сделать исследователь, к какому конечному результату он стремится. Целью исследований может быть разработка методик и средств обучения, тренировки, воспитания качеств личности, развития (воспитания) физических качеств, форм и методов физического воспитания в различных структурных подразделениях (детский сад, школа и т.д.) и возрастных группах, содержания обучения, путей и средств совершенствования управления учебно-тренировочным и воспитательным процессом и т. д.

Определив цель работы, можно сформулировать задачи, которые необходимо решить в ходе исследовательской работы. Таких задач должно быть не менее трех. Например, в качестве одной из них может быть задача, связанная с изучением состояния вопроса, другая — с разработкой экспериментальной методики обучения или тренировки и третья — с выявлением эффективности ее применения на практике. Задачи должны быть сформулированы четко и лаконично. Как правило, каждая задача формулируется в виде поручения: «Изучить...», «Разработать...», «Выявить...», «Установить...», «Обосновать...», «Определить...» и т.п.

### **Выдвижение рабочей гипотезы**

Знание предмета исследования позволяет выдвинуть рабочую гипотезу, т. е. предположение о возможных путях решения поставленных задач, о возможных результатах, может быть, даже о возможных теоретических объяснениях предполагаемых фактов. Гипотеза может быть индуктивной или дедуктивной. Индуктивная гипотеза должна исходить из самих фактов и наблюдений, накопленных ранее, определения связей и зависимостей между ними. Что же касается дедуктивной гипотезы, то она в своей основе уже должна иметь определенные теоретические положения и закономерности и ставить своей целью подтверждение их теми или иными новыми фактами и наблюдениями.

В теории и методике физического воспитания на этом этапе развития преобладают исследования с разработкой индуктивных гипотез. Объясняется это, во-первых, многолетним существованием в педагогической практике положений, которые себя оправдывают, но не имеют экспериментального обоснования; во-вторых, отсутствием количественных характеристик подобных общеизвестных положений. Например, всем известно, что обучение гимнастическим упражнениям требует предъявления определенной наглядной информации, но какая информация и на каком этапе наиболее эффективна — остается задачей исследования; в-третьих, большим разнообразием контингента исследуемых (возраст, пол, квалификация) и двигательных действий как предмета обучения, что требует уточнения тех или иных педагогических положений при обучении конкретных людей конкретным двигательным действиям и т.п. (Ю.Д. Железняк, 2013).

### **Выбор методов исследования**

Основным ориентиром для выбора методов исследования должны служить его задачи. Именно задачи и вопросы, поставленные перед работой, определяют способы их разрешения, а стало быть, и выбор соответствующих методов исследования (Ю.Д. Железняк, 2013).

В практике проведения исследований в сфере физической культуры наибольшее распространение получили следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Опрос (беседа, интервью и анкетирование).
4. Контрольные испытания.

5. Хронометрирование.
6. Экспертное оценивание.
7. Педагогический эксперимент.
8. Математико-статистические методы.

### **Планирование, организация и проведение эксперимента или сбора данных исследования**

*Педагогический эксперимент* – это исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки.

*Планирование эксперимента строится исходя из цели и задач исследования, а также рабочей гипотезы.* Формулировка рабочей гипотезы педагогического эксперимента может выполняться на эмпирическом и теоретическом уровнях познания. На эмпирическом уровне познания исследователь руководствуется формальной логикой и анализирует лишь доступные для наблюдения явления. Как правило, при проведении педагогического эксперимента трудно учесть влияние всех факторов, поэтому результаты его всегда неоднозначны. Иная ситуация возникает, когда в основу педагогического эксперимента заложено теоретическое исследование. Например, план тренировки разрабатывается чисто теоретически, на основе анализа возможных адаптационных процессов, затем логика проверяется с помощью компьютерной программы, имитирующей ход долговременных адаптационных процессов (В.Н. Селуянов и др., 1996).

В этом случае разрабатываются такие необычные варианты тренировки, которые вообще не имели места в практике. Экспериментальная проверка их эффективности и будет педагогическим экспериментом. Целью такого эксперимента является проверка предсказаний изменений в системах и органах организма человека.

Вместе с тем, для планирования эксперимента, необходимо владеть информацией о материально-технической базе для проведения эксперимента (например, наличие спортивных залов, залы для проведения оздоровительной и лечебной физической культуры, кабинеты массажа, наличие тренажеров, необходимого инвентаря, наличия аппаратуры для регистрации физиологических, морфофункциональных, психофизиологических показателей и технических средств для определения уровня физической подготовленности и т.д.).

Затем, исходя из цели и задач исследования, определяются методы исследования, количество участников эксперимента, производится распределение (при помощи процедуры рандомизации) участников эксперимента на группы: экспериментальную (одну, две) и контрольную (группа сравнения). Определяется число участников эксперимента (как правило, 10-20 человек в каждой группе). По продолжительности эксперимент может занимать от нескольких дней до нескольких месяцев, или даже лет (в случае серии экспериментов). Поэтому для четкого представления схемы эксперимента разрабатывается так называемый дизайн эксперимента с указанием частоты регистрации (входное, промежуточное, итоговое тестирование) перечня изучаемых показателей (морфофункциональных, физиологических, психофизиологических, технической подготовленности, физической подготовленности и т.д.), числа участников и групп эксперимента, перечня используемых методов (физиометрии, антропометрии и т.д.) для регистрации изучаемых показателей.

План эксперимента, должен также строиться с учетом последующей статистической обработки. Абсолютный эксперимент проводится в стандартных условиях с фиксацией контролируемых показателей. Например, регистрация и вычисление средних арифметических и стандартного отклонения антропометрических признаков, уровня функциональных показателей у спортсменов по определенному виду спорта позволяют получить модельные характеристики. Проведение *сравнительного эксперимента* возможно по параллельной схеме.

*Параллельное проведение эксперимента* предполагает организацию двух или более групп, одна из которых должна быть контрольной, а другие - экспериментальными. Учебно-тренировочные занятия и тестирования проводятся одновременно. В этом случае случайные воздействия, связанные с временным фактором, действуют на все группы примерно одинаково, поэтому возрастает уверенность, при наличии различия, в реальности воздействия экспериментального фактора. Для определения достоверности различия между зарегистрированными показателями (градациями фактора) удобно использовать дисперсионный анализ.

Для определения линейной зависимости между двумя переменными следует иметь хотя бы три точки, соответствующие трем уровням независимой переменной. В этом случае необходимо выделить несколько рандомизированных групп (сформированных случайным образом на основе использования таблиц случайных чисел или генератора случайных чисел) и поставить их в различные экспериментальные условия.

Данные полученные в ходе исследований фиксируются при помощи заготовленных протоколов исследования, затем вносятся в таблицы, например, Microsoft Office Excel или в пакет статистических программ Statistica (v. 5.5. и выше).

### **Обработка полученных данных**

#### **(математико-статистическая обработка результатов исследований)**

Наиболее простым способом обработки данных является так называемая описательная статистика.

*Что такое описательная статистика?* Это раздел статистики, в которой рассчитываются следующие показатели:

- среднее арифметическое ( $\bar{X}$ )
- стандартное отклонение ( $\sigma$ )
- стандартная ошибка среднего арифметического ( $m$ )

*Что такое среднее арифметическое?* Одна из наиболее распространённых мер центральной тенденции, представляющая собой сумму всех наблюдаемых значений, деленную на их количество.

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$$

*Что такое среднее квадратическое отклонение?* Термин введен Пирсоном в 1894 году. Среднеквадратическое отклонение или стандартное отклонение - это мера разброса значений переменной относительно среднего арифметического. Определяется как корень квадратный из дисперсии. Дисперсия это сумма квадратов отклонений значений переменной от среднего, деленное на число наблюдений минус одно наблюдение, или

$$\sigma = \sqrt{\sum (\bar{X} - X_i)^2 / (n - 1)}$$

*Что такое стандартная ошибка среднего арифметического?*

Ошибка среднего арифметического говорит, что чем больше разнообразие признака (величина  $\sigma$ ), тем больше ошибка. Если бы все объекты были одинаковы, то есть разнообразие было бы равно нулю, то и ошибка была бы равна нулю ( $m = 0$ ). В этом случае даже один экземпляр точно характеризовал бы всю генеральную совокупность. Ошибка также зависит от численности выборки  $n$ : чем больше численность, тем меньше ошибка. С помощью ошибки определяется достоверность полученных результатов, которая показывает, насколько правильно выборочные данные характеризуют генеральные.

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n}}$$

Эти показатели можно рассчитать как в таблицах Excel, так и используя пакеты статистических программ Statistica v.6.0 или SPSS v.11.

Для представления среднего арифметического и стандартного отклонения в выпускной квалификационной работе, можно использовать следующий вариант записи (табл.).

Таблица - Показатели жизненной емкости легких до и после выполнения дыхательной гимнастики по Стрельниковой

Показатели	Контрольная группа (n=15)		Экспериментальная группа (n=15)	
	До	После	До	После
ЖЕЛ, мл	3713±299,7	3993±281,5	3847±327,0	4347±403,3

Примечание: ЖЕЛ – жизненная емкость легких, мл

Более сложным вариантом статистической обработки данных является определение статистически значимых различий между изучаемыми переменными. Для этого существуют два наиболее распространенных критерия: Стьюдента и Вилкоксона. Для расчета этих критериев лучше использовать пакет статистических программ Statistica (разных версий), но можно воспользоваться приложением Microsoft Office Excel (2003, 2007).

Существуют еще более сложные варианты статистической обработки данных. Во-первых, можно рассчитать F-критерий или критерий Фишера, который используется для сравнения групп по фактору рассеивания, когда оценивают стабильность встречаемости изучаемого признака. Во-вторых, *дисперсионный анализ* или ANOVA используется для проверки значимости различия между средними арифметическими значениями путем сравнения дисперсий. Часто в исследованиях возникает необходимость сравнивать несколько однородных групп. Для этого сравнивают несколько пар дисперсий. Основное назначение этого метода состоит в проверке предположения об отсутствии внешних воздействий на многократно измеряемый признак. При помощи дисперсионного анализа можно оценить степень воздействия одного или нескольких факторов по отдельности, а также их совместное действие на изучаемый показатель.

*Однофакторный дисперсионный анализ.* Например, тренировочные нагрузки характеризуются интенсивностью нагрузки и объемом. Их можно рассматривать как фактор, т.е. факторный признак. Градации фактора - это различные измеренные количества интенсивности и объема нагрузки. С помощью дисперсионного анализа можно оценить влияние фактора нагрузки на уровень физической подготовленности.

*Двухфакторный дисперсионный анализ.* При двухфакторном анализе имеют место два фактора с несколькими градациями каждого.

Например, в одном из исследований была поставлена следующая задача: определить, что больше влияет на результат лыжной гонки на 10 км: погодные условия (фактор А), профиль трассы (фактор Б) или оба фактора вместе.

Профиль трассы был трех видов - слабо-, средне- и сильнопересеченный. Погодные условия были двух видов - хорошие и плохие. Таким образом Фактор А имел три уровня, а фактор Б - два уровня. В ходе исследования были проанализированы 6 вариантов сочетаний факторов. Для этого набрали группу из 24 лыжников, которую разделили на 6 групп по 4 человека. Затем провели соревнования и измерили результаты. Не вдаваясь в подробности анализа, отметим, что только метеоусловия влияли на результат и, что следует обратить внимание на общефизическую (а не техническую) подготовку лыжников (Н.В. Астафьев, 1995).

### Анализ и обобщение собранного материала

После статистической обработки данных необходимо выделить характерные признаки (анализ) и распределить результаты наблюдения по группам в соответствии с этими признаками (синтез), что обеспечит возможность классификации наблюдаемых явлений. Затем производят *обобщение опыта* внутри каждой группы, в процессе которого совершается мысленный переход от конечного числа членов данной выборки к бесконеч-

ному. Здесь проводится доказательство достоверности переноса выборочных данных на определенную генеральную совокупность изученных объектов исследования.

### **Формулировка выводов**

*Вывод* - это нормативное высказывание, отражающее результат исследования. Число выводов, как правило, равно числу задач. Вывод формулируется в виде утвердительного предложения, четко и понятно. В экспериментальных работах выводы делаются на основе статистических расчетов, сравнения наблюдаемых различий, их достоверности и носят вероятностный характер. В теоретических исследованиях выводы логически вытекают из полученного материала, и делаются на основе индуктивных и дедуктивных умозаключений.

### **Рекомендации об использовании полученных материалов и выводов в теории или практике**

В этом разделе на основании сделанных автором выводов, предлагаются практические рекомендации, которые могут найти применение, например, в практической деятельности в области адаптивной физической культуры, оздоровительной физической культуры.

### **Список литературы**

Список литературы необходимо составлять в соответствии с ГОСТ 7.1. – 2003 (Библиографическая запись). При этом следует придерживаться основных правил библиографического описания книг, статей и других источников.

### **Приложения**

В приложения следует относить вспомогательный материал, который при включении его в основную часть работы загромождает текст. К вспомогательному материалу относятся промежуточные расчеты, таблицы вспомогательных цифровых данных, инструкции, методики, иллюстрации вспомогательного характера, заполненные формы отчетности и других документов. В приложение также входит акт внедрения.

### **Оформление разделов работы**

Текст пишется с одной стороны листа А4 через 1,5 интервала (междустрочный интервал). Размер шрифта – 14, название шрифта – Times New Roman. Нужно выбрать меню «формат», затем команду «шрифт». Размеры поля: верхнее - 20 мм, нижнее - 20 мм, левое - 30 мм, правое 10 мм.

Нумерация страниц начинается с титульного листа, который считается первой страницей рукописи. Однако ни на нем, ни на втором листе, где размещается содержание, цифры не проставляются (как правило, эти два листа оформляются в отдельном файле Microsoft Office Word, без нумерации страниц). Фактически нумерация начинается с цифры 3 на третьей странице. Цифры ставятся в внизу страницы, выравнивание – справа. Заголовки разделов печатаются строчными буквами (кроме первой прописной) с абзаца. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух или более предложений, их разделяют точкой. Для удобства чтения текст делится на абзацы с помощью отступов. Абзац – это относительно обособленная часть текста. Величина отступа составляет 5 пробелов и называется красной строкой (для того чтобы автоматически выставить отступ, в меню нужно выбрать «формат», затем команду «абзац», и выставить значение - первая строка: отступ на 1,25 см). Необходимо также установить функцию автоматической расстановки переносов.

*Немного о цитировании.* Для того чтобы указать, что данная идея или материал взят из другой работы, нужно привести ее в списке литературы, а в тексте поставить ее порядковый номер, под которым она там значится. При этом цифра помещается в квадратные скобки: ... Как отмечает В.А. Григорьев [1], воспитание физических качеств .... Возможен и другой вариант «Современные компьютерные технологии существенно повысили качество подготовки рукописей (Б.А. Иванов, 2004)». В этом случае цитируемый автор находится в списке литературы по алфавиту. Если идея или материал взят из другой работы, а в списке литературы и в тексте нет ссылки на автора, говорят о плагиате

(нарушении авторского права). Если выпускная квалификационная работа заимствована, она не может быть допущена к защите. Для того чтобы проверить текст работы, существует система анализа текстов на наличие заимствований «антиплагиат» (<http://www.antiplagiat.ru>).

*Как делаются ссылки на таблицу в тексте?* Цифровая информация оформляется в виде таблиц. В тексте на таблицу дается ссылка. Например: Определены морфофункциональные показатели студентов до и после оздоровительной ходьбы (табл.).

*Как оформляется таблица?*

Таблица - Морфофункциональные показатели студентов до и после оздоровительной ходьбы

Показатели	ЭГ (n=10)		КГ (n=10)	
	До	После	До	После
Рост, см	170,7±7,07	170,8±6,84	173,3±9,49	173,3±9,49
Масса тела, кг	67,5±14,71	66,9±14,18	60,4±12,37	60,5±12,83

Примечание: ЭГ – экспериментальная группа; КГ - контрольная группа.

Первая цифра (например, 170,7 является средней арифметической), вторая означает стандартное отклонение (например, 7,07).

При переносе таблицы на следующую страницу головку таблицы следует повторить и над ней поместить слова «Продолжение таблицы» (см. ниже). Если головка громоздкая, допускается ее не повторять. Заголовок таблицы не повторяют.

Продолжение таблицы

Показатели	ЭГ (n=10)		КГ (n=10)	
	До	После	До	После
ЧСС, уд/мин	77,4±10,31	72,9±7,87	73,4±9,54	74,4±7,63
САД, мм.рт.ст.	122,5±20,51	118,2±9,53	119,9±13,64	121,7±9,55
ДАД, мм.рт.ст.	74,0±9,40	70,6±5,83	69,7±4,19	72,6±2,37

Примечание: ЭГ – экспериментальная группа; КГ - контрольная группа. ЧСС – частота сердечных сокращений в покое, САД – систолическое артериальное давление, ДАД – диастолическое артериальное давление.

Не допускается помещать в текст работы (без ссылки на источник) те таблицы, данные которых уже были опубликованы в печати.

*Как оформляется рисунок?*

Рисунком в ВКР называется любое графическое изображение - график, диаграмма, схема. Ссылка в тексте имеет вид: ...

Ниже представлена характеристика выборки студентов по возрасту и полу (рис. 1).

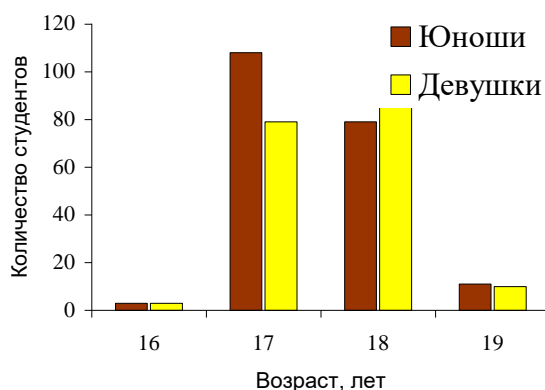


Рис. 1. Характеристика выборки студентов по возрасту и полу

Рассмотрим другой пример. Так, по результатам факторного анализа показано, что на здоровье студентов оказывают влияние ряд факторов (рис. 2).

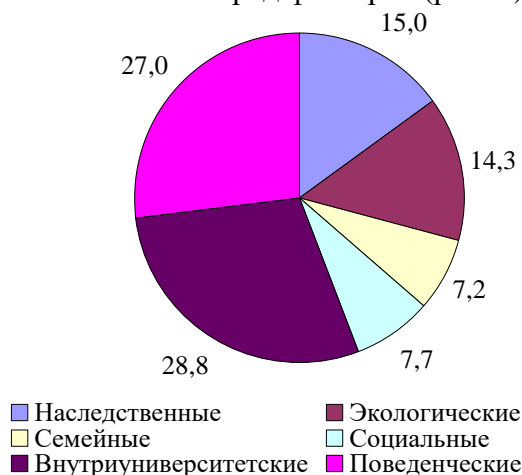


Рис. 2. Влияние различных факторов на здоровье студентов СурГУ по данным факторного анализа 86 переменных, %

Возможно представление данных исследования в виде графика (рис. 3).

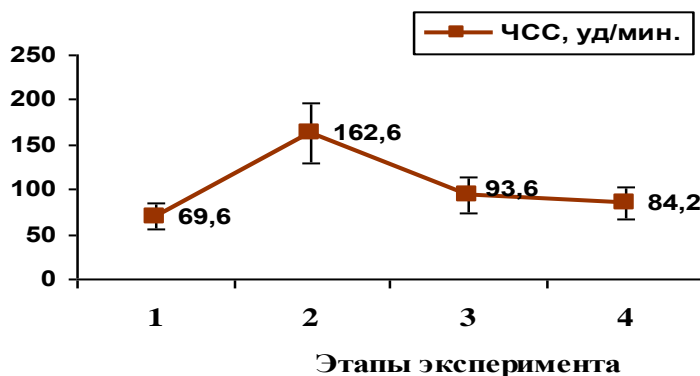


Рис. 3. Изменение частоты сердечных сокращений после выполнения динамической физической нагрузки и в период восстановления. По оси абсцисс: 1 – до нагрузки, 2 – после нагрузки, 3 – через 5 минут после нагрузки, 4 – через 45 минут после нагрузки. Вертикальные линии 0,95 доверительные интервалы.

Следует отметить, что опечатки, описки и графические неточности, обнаруженные при оформлении работы, должны быть исправлены.

**Отчет по результатам выполненного задания 1 предоставляться в виде краткого изложения результатов исследования (тема исследования, содержание работы, актуальность исследования, цель исследования, задачи исследования, рабочая гипотеза, научная новизна и практическая значимость, описание проанализированных литературных источников по теме работы, организация и методы исследования, результаты исследования, выводы).**

**Задание 2.** Выполняется в том случае если в рамках задания 1 не реализуется компетенция, либо реализуется часть компетенции «Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры (ОПК-1.1)». Подготовить план-конспект занятия физическими упражнениями для занимающихся избранного возраста. Представить план-конспект занятия.

### **Отчет практиканта**

В отчете практиканта указывается степень достаточности теоретической и практической подготовки для прохождения практики, ее основного содержания, качества выполненных работ, выявленных трудностей и проблем, способов их преодоления.

---

---

Подпись практиканта \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**ОТЧЕТ**  
**руководителя производственной практики, преддипломной**



(Указать достоинства и недостатки отчета, сформулировать вопросы,  
на которые студент должен ответить на устной защите отчета)

---

---

Результаты проверки \_\_\_\_\_

(Отчет допущен к защите / отчет не удовлетворительный)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_

(Подпись руководителя практики)

### **Характеристика работы практиканта по месту прохождения практики**

(с указанием степени его теоретической подготовки, качества выполнения работы,  
трудовой дисциплины и недостатков, если они имели место)

---

---

---

Подпись руководителя \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

### **Рекомендации по разработке презентаций к защите дневника практиканта в рамках производственной практики, преддипломной**

#### **Общие требования к презентации:**

Мультимедийные презентации используются для того, чтобы выступающий смог на большом экране или мониторе наглядно продемонстрировать основные идеи своей работы. Презентация не должна быть меньше 10 слайдов. Первый лист – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; название выпускающей организации; фамилия, имя, отчество автора; МОУ СОШ, где работает автор проекта и его должность. Следующим слайдом должно быть содержание, где представлены основные этапы (моменты) презентации. Желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание. Последними слайдами презентации должны быть глоссарий и список литературы.

Создание презентации состоит из трех этапов:

*1. Планирование презентации* – это определение целей; Сбор информации об аудитории; Определение основной идеи презентации; Подбор дополнительной информации;

Планирование выступления; Создание структуры презентации; Проверка логики подачи материала; Подготовка заключения.

*II. Разработка презентации* – методологические особенности подготовки слайдов презентации, включая вертикальную и горизонтальную логику, содержание и соотношение текстовой и графической информации.

*III. Репетиция презентации* – это проверка и отладка созданной презентации.

### **Требования к оформлению презентаций**

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и представление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявляемых к оформлению данных блоков.

<b>Стиль</b>	Соблюдайте единый стиль оформления. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.
<b>Фон</b>	Для фона предпочтительны холодные тона
<b>Использование цвета</b>	На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста. Для фона и текста используйте контрастные цвета.
<b>Анимационные эффекты</b>	Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.

### **Представление информации:**

<b>Содержание информации</b>	Используйте короткие слова и предложения. Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных. Заголовки должны привлекать внимание аудитории.
<b>Расположение информации на странице</b>	Предпочтительно горизонтальное расположение информации. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.
<b>Шрифты</b>	Для заголовков – не менее 24. Для информации не менее 18. Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание. Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).
<b>Способы выделения информации</b>	Следует использовать: рамки; границы, заливку, штриховку, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.
<b>Объем информации</b>	Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

### **Доклад к защите дневника**

Студент должен не только подготовить отчет, но и уметь защитить его. Успешная защита основана на хорошо подготовленном докладе. В целях повышения качества защиты

студент под руководством преподавателя прорабатывает доклад к защите. В докладе (на 10-12 мин) необходимо четко и кратко изложить основные положения научного исследования. Должно быть приведено обоснование актуальности выбранной тематики работы, сформулирована основная цель и перечень необходимых для её разрешения задач. В докладе следует кратко описать методику изучения проблематики исследования. Необходимо отразить методы и средства анализа предметной области, проиллюстрировать наиболее значимые результаты работы. Обязательно следует осветить вопросы теоретической и практической значимости выполненного студентом исследования. В заключение доклада целесообразно отразить перспективность выполненной работы и направления дальнейшего развития. Следует отметить:

- что сделано лично студентом;
- чем он руководствовался при исследовании и разработке темы;
- какие новые результаты достигнуты в ходе проектирования;
- каковы основные выводы.

Это типовая схема доклада, более конкретно его содержание определяется студентом совместно с научным руководителем. Краткий доклад должен быть подготовлен письменно, но выступать на защите следует, не зачитывая текст. Доклад должен быть кратким, содержательным и точным. Формулировки должны быть обоснованными и лаконичными, содержать выводы и предложения.

#### **Советы по подготовке к защите**

Результаты защиты научного исследования во многом зависят от вашего психоэмоционального состояния. Позади бесконечные правки отдельных разделов работы в ходе их выполнения. Что же делать, если решающий момент уже близок, и вы не находите себе места от волнения? Прежде всего, успокойтесь. Волнуются все: и те, кто привык общаться только с близкими и боится всякой публичности, и те, кто выступает с трибуны каждый день. Не накручивайте себя, настройтесь на позитив. Многое в оценке вашей работы будет зависеть даже не от ее качества, а от умения представить свои достижения на защите отчета.

Чтобы обрести уверенность в себе нужна твердая основа, которой могут послужить ваши знания исследуемой темы. Ваша речь должна иметь четкую структуру: постановка научной проблемы, обоснование актуальности темы, цели и задачи исследования, далее – наиболее важные моменты, на которые вам бы хотелось обратить внимание, оригинальность работы, ваши достижения и выводы. Пересказывать смысл работы не надо, умейте сосредоточиться на главном. Подготовьте иллюстративный материал: графики, схемы, таблицы, презентацию и тому подобное. Итак, вы хорошо помните содержание работы, ее структуру (уверенно ориентируетесь в разделах и подразделах), имеете написанную логичную речь. Теперь вам нужно перейти непосредственно к подготовке и «репетициям». Если вы не часто выступаете публично, то тренироваться обязательно. Обычно, регламент доклада – 10 – 12 минут. Не старайтесь растянуть выступление, помните о краткости, которая, как говорят, сестра таланта. Но и не ограничивайте себя, если вам действительно есть что сказать. Попробуйте выступить перед родными и близкими людьми, запишите свой доклад на видео и проанализируйте недостатки. Постарайтесь сделать выступление емким, логичным, интересным. Обратите внимание на темп, интонацию речи, жесты. Постарайтесь не заучивать текст слово в слово, если вам это сложно, а просто владеть им свободно. Постарайтесь все сделать вовремя, чтобы накануне защиты не истощать ресурсы организма. Перед выходом из дома обязательно проверьте, не забыли ли вы необходимые материалы или флешку с презентацией, бывает всякое.

#### **Выступление**

Будьте сосредоточены не на собственном состоянии и дрожи, а на задачах, которые перед собой поставили. Прежде всего, доклад должен быть запоминающимся. Сделайте так, чтобы и вам, и слушателям было интересно. Выйдя за трибуну, коротко поприветствуйте слушателей и начинайте выступление. Общайтесь с аудиторией, смотрите на людей время

от времени: человек, не отрывающий глаза от листка бумаги не вызывает доверия. Можете выбрать себе “адресата” среди публики и выступать, глядя на него. Желательно, чтобы он находился где-то ближе к центру аудитории. Так вы достигнете эффекта коммуникации со слушателями. Контролируйте темп, громкость речи. Не усердствуйте с риторическими приемами, но и не игнорируйте возможность сделать вашу речь богаче. Вовремя раздайте иллюстративный материал. Обратите внимание на него в нужный момент. Если что-то пропустили или сказали не так, не переживайте, слушатели меньше знают о вашей работе, поэтому замечают меньше ошибок, чем вы сами. Заканчивая выступление, поблагодарите публику за внимание и поинтересуйтесь наличием вопросов. Не бойтесь их. Отвечайте лаконично и по существу. Если не уверены в ответе, не показывайте этого. Не бойтесь уточнять, если не совсем поняли вопрос.