

**АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОДОЛЬСКИЙ СОЦИАЛЬНО - СПОРТИВНЫЙ ИНСТИТУТ»**



**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Ректор АНООВО «ПССИ»  
Нелюбин В.В.  
« 14 » января 2025 г.

**ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ  
И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Направление подготовки**  
*«49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»*

**Направленность**  
*«Физкультурно-спортивная рекреация и реабилитация»*

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММА  
БАКАЛАВРИАТА**

Уровень профессионального образования  
Высшее образование – бакалавриат

**Форма обучения**  
Очная/заочная

Подольск, 2025

Программа итоговой аттестации разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – *бакалавриата* по *направлению подготовки* 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (уровень бакалавриата), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943, учебного плана по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе *бакалавриата* по *направлению подготовки* 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм и с учетом следующих профессиональных стандартов, сопряженных с профессиональной деятельностью выпускника:

- 01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- 05.003 «Тренер»;
- 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»;
- 05.012 «Тренер преподаватель»;
- 05.013 «Специалист по продвижению фитнес-услуг».

Программа итоговой аттестации обсуждена и утверждена на заседании кафедры физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры.

Заведующий кафедрой

Кандидат педагогических наук, доцент



Клименко С.В.

(подпись)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>4</b>
<b>РАЗДЕЛ 2. ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ .....</b>	<b>37</b>
2.1. Итоговый экзамен .....	37
2.1.1. Форма проведения итогового экзамена .....	37
2.1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания итогового экзамена.....	57
2.1.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки конкретных результатов освоения образовательной программы .....	58
2.1.4. Критерии оценки проведения итогового экзамена .....	64
2.1.5. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к итоговому экзамену .....	65
2.2. Выпускная квалификационная работа .....	67
2.2.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания для защиты выпускной квалификационной работы.....	90
2.2.2. Примерная тематика выпускных квалификационных работ .....	92
2.2.3. Методические рекомендации по выполнению и защите выпускной квалификационной работы .....	94
2.2.4. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки выпускной квалификационной работы .....	105
2.2.5. Критерии оценки по результатам защиты выпускной квалификационной работы .....	106
<b>ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ .....</b>	<b>110</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>	<b>111</b>

## РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа итоговой аттестации (далее - «ИА»), реализуемая в Автономной некоммерческой образовательной организации высшего образования «Подольский социально-спортивный институт» по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм определяют совокупность требований к итоговой аттестации и оценку компетенций, обучающихся по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

### Цель итоговой аттестации

Цель итоговой аттестации: определение соответствия результатов освоения обучающимися основной образовательной программы высшего образования – программы *бакалавриата* – требованиям ФГОС ВО - *бакалавриата* по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм.

К итоговой аттестации по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм допускаются обучающиеся, не имеющие академической задолженности и в полном объеме выполнившие учебный план или индивидуальный учебный план по соответствующей образовательной программе высшего образования.

### Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения основной профессиональной образовательной программы

Категория универсальных компетенций	Код универсальной компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1.	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Находит и критически оценивает информацию, необходимую для решения задачи.
			УК-1.2. Предлагает различные варианты решения задачи, оценивая их последствия на основе синтеза и критического анализа информации.
			УК-1.3. Выбирает оптимальный вариант решения задачи, аргументируя свой выбор.
Разработка и реализация проектов	УК-2.	Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.1. Понимает базовые принципы постановки задач и выработки решений.
			УК-2.2. Определяет ресурсное обеспечение для решения поставленной задачи и проектирует пути ее решения выбирая оптимальный способ исходя из действующих правовых норм.
			УК-2.3.
Командная работа и лидерство	УК-3.	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1. Понимает основные аспекты межличностных и групповых коммуникаций.
			УК-3.2. В социальном взаимодействии соблюдает этические принципы, проявляет уважение к мнению и культуре других участников.
			УК-3.3. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, несет личную ответственность за результат.

Коммуникация	УК-4.	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Способен применять современные коммуникативные правила и этику речевого общения, правила делового этикета
			УК-4.2. Демонстрирует умение вести обмен деловой информацией в устной и письменной формах на государственном языке РФ (иностранном(-ых) языках).
			УК-4.3. Использует информационно-коммуникационные технологии в процессе решения стандартных коммуникативных задач на государственном и иностранном (-ых) языках.
Межкультурное взаимодействие	УК-5.	Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК-5.1. Понимает многообразие культур и цивилизаций в их взаимодействии, закономерности и этапы развития духовной и материальной культуры народов мира, основные подходы к изучению культурных явлений.
			УК-5.2. Понимает необходимость восприятия и учета межкультурного разнообразия общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах.
			УК-5.3. Выделяет и анализирует особенности межкультурного взаимодействия, обусловленные различием этических, религиозных и ценностных систем.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6.	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Объективно оценивает временные ресурсы и ограничения и эффективно использует эти ресурсы для достижения поставленных целей.
			УК-6.2. Выстраивает и реализует персональную траекторию непрерывного образования и саморазвития.
			УК-6.3.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.
			УК-7.2. Соблюдает нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.
			УК-7.3. Выполняет комплексы оздоровительной или адаптивной физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
Безопасность жизнедеятельности	УК-8.	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает основы и правила обеспечения безопасности жизнедеятельности, классификацию опасных и вредных факторов среды обитания человека, правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности.
			УК-8.2. Осуществляет оперативные действия в случае возникновения чрезвычайных ситуаций в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов.
			УК-8.3. Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, адекватно реагирует на возникновение чрезвычайных ситуаций и предотвращает негативные последствия для сохранения природной среды.

Экономическая культура, в том числе финансовая грамотность	УК-9.	Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	УК-9.1. Понимает базовые принципы функционирования экономики и экономического развития, цели формы участия государства в экономике.
			УК-9.2. Применяет методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей.
			УК-9.3. Использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролирует собственные экономические и финансовые риски.
Гражданская позиция	УК-10	УК-10. Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	УК-10.1. Проявляет нетерпимое отношение к коррупционному поведению, уважительно относится к праву и закону.
			УК-10.2. Предупреждает коррупционные риски в профессиональной деятельности; исключает вмешательство в свою профессиональную деятельность в случаях склонения к коррупционным правонарушениям.
			УК-10.3. Знает и соблюдает действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с коррупцией в различных областях жизнедеятельности, а также способы профилактики коррупции и формирования нетерпимого отношения к ней.

### Общепрофессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижения

Категория общепрофессиональных компетенций	Код общепрофессиональной компетенции	Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Планирование	ОПК-1.	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	ОПК-1.1. Знает: <ul style="list-style-type: none"> <li>- морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</li> <li>- влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса;</li> <li>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека;</li> <li>- биомеханику статических положений и различных видов движений человека;</li> <li>- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- химический состав организма человека;</li> <li>- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;</li> <li>- физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма</li> </ul>

			<p>человека в возрастном и половом аспекте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе;</li> <li>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</li> <li>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li> <li>- основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</li> <li>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту и туризму;</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании,</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</li> <li>- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры</li> </ul>
--	--	--	--



			<p>нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по туризму и краеведению в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в туризме и краеведении;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по туризму и краеведению с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li> </ul> <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>- проведения анатомического анализа</li> </ul>
--	--	--	--

			<p>физических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетки, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по рекреации и туризму;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
--	--	--	--

Обучение и развитие	ОПК-2.	<p>Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<p>ОПК-2.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетки, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды гимнастики, легкой атлетки, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- терминологию гимнастики, легкой атлетки, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> <li>- основы обучения гимнастическим упражнениям;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетки (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра,</li> </ul>
---------------------	--------	---	--

			<p>метания малого мяча (гранаты)); - методики обучения технике легкоатлетических упражнений;</p> <p>- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;</p> <p>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;</p> <p>- правила и организацию соревнований в легкой атлетике;</p> <p>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;</p> <p>- основы техники способов передвижения на лыжах;</p> <p>- методики обучения способам передвижения на лыжах;</p> <p>- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки;</p> <p>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой;</p> <p>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</p> <p>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</p> <p>- методики обучения способам плавания;</p> <p>- методики развития физических качеств средствами плавания;</p> <p>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</p> <p>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</p> <p>- средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</p> <p>- основы обучения спортивным и подвижным играм;</p> <p>- терминологию спортивных и подвижных игр;</p> <p>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр;</p> <p>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;</p> <p>- организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;</p> <p>- организацию досуговой деятельности</p>
--	--	--	---

			<p>учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</li> </ul> <p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств;</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;</li> <li>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</li> <li>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</li> <li>- формировать основы физкультурных знаний;</li> <li>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul>
--	--	--	--

			<p>-оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.</p> <p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>-владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- владения техникой видов легкой атлетики на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;</li> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики;</li> <li>- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;</li> <li>- составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;</li> <li>- участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</li> <li>- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации</li> </ul>
--	--	--	---

Обучение и развитие	ОПК-3.	Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью	ОПК-3.1. Знает: - основные критерии выбора наиболее эффективных методов обучения лиц различного пола и возраста с использованием специальных знаний и обучения, используемых в физической культуре, рекреации и туризме; - методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.
			ОПК-3.2. Умеет: - использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся; - использовать и подбирать средства и методы физической культуры для обучения различных категорий занимающихся; - осуществлять образование лиц с различного пола и возраста; - дифференцированно использовать известные методики обучения двигательным действиям с учетом особенностей занимающихся. - использовать современные методики; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся.
			ОПК-3.3. Имеет опыт: - составления индивидуальных программ обучения двигательным действиям в различных видах учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности; - овладения профессиональной терминологией; - опытом обобщения и анализа информации.
Воспитание	ОПК-4.	Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения	ОПК-4.1. Знает: - закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды; - основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся; - сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах; - принципы воспитания; - методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте; - формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах; - характеристику коллектива и основы его формирования в рекреации, спорте и туризме; - технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов;

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию воспитательного процесса в образовательных организациях;</li> <li>- виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре, рекреации и туризме;</li> <li>- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</li> </ul> <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре, спорту и туризму в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</li> <li>- общаться с детьми различных возрастных категорий;</li> <li>- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу у лиц разного пола и возраста, у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде;</li> <li>- помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</li> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива;</li> <li>- создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц разного пола и возраста, у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</li> </ul> <p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в</li> </ul>
--	--	--



			спортивно-массовых мероприятиях.
--	--	--	----------------------------------

Воспитание	ОПК-5.	<p>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социальную роль, структуру и функции физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- место и роль нашей страны в развитии физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры и туризма;</li> <li>- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;</li> <li>- составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие;</li> <li>- основы организации здорового образа жизни; - закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;</li> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой, спортом и туризмом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; особенности питания в туристских походах, значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- понятие «пищевой статус».</li> </ul> <p>ОПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</li> <li>- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ</li> </ul>
------------	--------	---	--

			<p>физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; - формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</li> </ul> <p>ОПК-5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки.</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры, спорта и туризма, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры, спорта и туризма для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики;</li> <li>- совместного со спортсменами</li> </ul>
--	--	--	--

			<p>просмотра и обсуждения, кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организации встреч, обучающихся с известными спортсменами;</li> <li>- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой, спортом и туризмом.</li> </ul>
Обеспечение безопасности	ОПК-6.	<p>Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержание;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой, спортом и туризмом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.);</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других</li> </ul>

			<p>мероприятий оздоровительного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, туризмом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, туризмом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта и туризма;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке и туризму;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по видам туризма;</li> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях по туризму;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по туризму.</li> </ul> <p>ОПК-6.2. Умест:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> </ul>
--	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по туризму;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p>ОПК-6.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>физической культурой, спортом и туризмом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке и туризму;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по туризму;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.</li> </ul>
Профилактика допинга	ОПК-7.	Способен проводить работу по предотвращению применения допинга	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- международные антидопинговые правила и стандарты;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</li> <li>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</li> <li>- содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</li> <li>- международные этические нормы в области противодействия применению допинга;</li> <li>- планы антидопинговых мероприятий.</li> </ul> <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности;</li> <li>- выбирать инструкции и рекомендации</li> </ul>

			<p>по антидопинговым программам;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;</li> <li>- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;</li> <li>- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</li> </ul> <p>ОПК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</li> <li>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</li> <li>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;</li> <li>- разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</li> </ul>
Контроль и анализ	ОПК-8.	Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> </ul>

		<p>рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов),</li> <li>- методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</li> <li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</li> <li>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;</li> <li>- методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в туризме;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в туризме.</li> </ul> <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</li> <li>- планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</li> <li>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в спортивно-оздоровительном туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в туризме. Подбирать средства и методы реализации программ занятий в рекреации и туризме, основываясь на данных контроля.</li> </ul> <p>ОПК-8.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на основе показателей контроля программ;</li> <li>- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в деятельности по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения.</li> </ul>
Контроль и анализ	ОПК-9.	Способен осуществлять контроль с использованием методов	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы измерения и оценки физического развития, оценки</li> </ul>



		<p>измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- механические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</li> <li>- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов),</li> <li>- методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации.</li> </ul> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</li> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- с помощью методов экспресс диагностики определить протекание восстановительных процессов;</li> <li>- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей</li> </ul>
--	--	--	--

		<p>нагрузки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</li> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миотонометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.).</li> </ul> <p>ОПК-9.3. Имеет опыт -проведения антропометрических измерений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека;</li> <li>- анализа биохимических показателей;</li> <li>- владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера;</li> <li>- применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности,</li> </ul>
--	--	---

			<p>возраста и пола;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры, спорта и туризма.</li> </ul>
Профессиональное взаимодействие	ОПК-10.	<p>Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастно-половой группы</p>	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками; основы осуществления коммуникации с руководителями кружков, спортивных секций, организациями дополнительного образования спортивной направленности и организациями спорта.</li> </ul> <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучать и систематизировать информацию относительно организации и методического обеспечения работы кружков, спортивных секций; вовлечь обучающихся, занимающихся в участие в спортивных кружках и секциях; отбирать занимающихся, обучающихся в спортивный актив.</li> </ul> <p>ОПК-10.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практического применения физических упражнений, средств рекреации и туризма при проведении спортивно-оздоровительных мероприятий с различными возрастно-половыми группами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья; руководства работой спортивного актива</li> </ul>
Научные исследования	ОПК-11.	<p>Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств;</li> <li>- направления научных исследований в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- тенденции развития рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- направления и перспективы развития образования в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные источники получения информации в сфере рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;</li> <li>- теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в рекреации, физической культуре, спорте и туризме;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> <li>- правила применения корректных заимствований в текстах;</li> <li>- правила библиографического описания и библиографической ссылки.</li> </ul> <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность процесса физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО, в зависимости от направленности ОПОП;</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- анализировать инновационные методики;</li> <li>- определять задачи научного исследования, разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и</li> </ul>
--	--	---

		<p>подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> <li>- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно- тренировочного процесса в рекреации и туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований;</li> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p>ОПК-11.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских</li> </ul>
--	--	--

			<p>материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> <li>- публичной защиты результатов собственных научных исследований</li> </ul>
Правовая культура	ОПК-12.	<p>Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры, спорта и туризма и нормами профессиональной этики</p>	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия и признаки правовых отношений;</li> <li>- трудовое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в образовании;</li> <li>- нормативные документы в области физической культуры, спорта и туризма, социальной защите;</li> <li>- требования федераций по видам спорта, к подготовке и проведению спортивных мероприятий;</li> <li>- правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;</li> <li>- нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;</li> <li>- требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;</li> <li>- требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта;</li> <li>- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное</li> </ul>

			<p>влияние;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- этические нормы в области спорта, туризма и образования.</li> </ul> <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;</li> <li>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры, спорта и туризма на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</li> <li>- осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.</li> </ul> <p>ОПК-12.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры, спорта и туризма с позиции норм законодательства и профессиональной этики;</li> <li>- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;</li> <li>- разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности;</li> <li>- составления документов по проведению соревнований.</li> </ul>
<p>Организационно-методическое и проектное обеспечение</p>	<p>ОПК-13.</p>	<p>Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять судейство мероприятий</p>	<p>ОПК-13.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы организации мероприятий физического воспитания, спорта и двигательной рекреации основанные на знании возрастной психологии, в том числе, психологических особенностей занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику организации занятий и мероприятий в сфере физической культуры, спорта и туризма с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы по организации и судейству соревнований на разных стадиях и этапах подготовки мероприятия;</li> <li>- содержание и правила оформления документов по судейству соревнований по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным</li> </ul>

			<p>играм, лыжному спорту, туризму;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, туризме;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом при организации и проведении мероприятий по рекреации и туризму;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать организацию мероприятий по рекреации и туризму, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида деятельности;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств рекреации и туризма;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на мероприятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- планировать содержание и организацию мероприятий по туризму и краеведению с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных условий.</li> </ul> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки и туризма;</li> <li>- составления документации планирования для организации мероприятий по рекреации и туризму;</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
<p>Организационно-методическое и проектное обеспечение</p>	<p>ОПК-14.</p>	<p>Способен внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- инновационные технологии в области туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг;</li> <li>- современные методики организации занятий физической культурой для различных возрастных и гендерных групп;</li> </ul>



			<ul style="list-style-type: none"> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности занимающихся при освоении оздоровительных программ.</li> <li>- принципы формирования групп лиц, занимающихся рекреацией и туризмом;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по инновационным технологиям.</li> </ul> <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>взаимодействовать с членами команды специалистов при реализации различных форм рекреативно-оздоровительных занятий;</li> <li>владеть методами активизации личностных ресурсов, занимающихся;</li> <li>осуществлять подбор оптимальных средств и методов рекреации и фитнес услуг;</li> <li>определять последовательность применения средств при реализации инновационных технологий.</li> </ul>
Материально-техническое обеспечение	ОПК-15.	Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий	<p>ОПК-15.1. Знает: безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>порядок проведения инвентаризации имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;</li> <li>основы энергосбережения.</li> </ul> <p>ОПК-15.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>оценивать состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации;</li> <li>проводить инвентаризацию имущества физкультурно-спортивной организации;</li> <li>поддерживать режим экономного расходования энергоресурсов физкультурно-спортивной организации.</li> </ul> <p>ОПК-15.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>оказания помощи руководству организации при проведении инвентаризации имущества физкультурно-спортивной организации;</li> <li>разъяснения спортсменам и занимающимся необходимости бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации.</li> </ul>
Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	ОПК-16	Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	<p>ОПК-16.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>форматы представления информации в компьютере;</li> <li>- правила использования ИКТ и средств связи;</li> <li>- информационно-поисковые системы и базы данных;</li> <li>- технологию осуществления поиска информации;</li> <li>- технологию систематизации полученной информации;</li> <li>- способы статистической обработки</li> </ul>

			<p>данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;</li> <li>- виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой;</li> <li>- требования к оформлению библиографии (списка литературы)</li> </ul> <p>ОПК-16.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения;</li> <li>- синтезировать информацию, представленную в различных источниках;</li> <li>- использовать контент электронной информационно-образовательной среды;</li> <li>- анализировать информационные ресурсы;</li> <li>- отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;</li> <li>- обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;</li> </ul> <p>ОПК-16.3. Имеет опыт: планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации.</p>
	ПК-1.	Способен самостоятельно определять цели и задачи педагогического процесса спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности	<p>ПК-1.1. Знает: закономерности определения задач и содержания занятий по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода; методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками.</p> <p>ПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>разрабатывать или подбирать методики проведения занятия по физической культуре, рекреации и туризму с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и</li> </ul>

			<p>психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; проводить занятие по физической культуре, рекреации и туризму согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам;</p> <p>-подготовить рекомендации обучающимся, занимающимся по усовершенствованию навыков и техник выполнения физических упражнений, формирования их нравственно-волевых качеств.</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт: работы в команде специалистов спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности; прогнозирования результатов занятий; использования оборудования и технических средств.</p>
	ПК-2.	<p>Готовность разрабатывать и реализовывать на практике программы, режимы занятий, определять величину нагрузок по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности, с учетом этнокультурных, социально-демографических факторов и психофизических возможностей индивида.</p>	<p>ПК-2.1. Знает: основы организации предварительной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся по подготовке к занятиям по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации в спортивном сооружении и на его территории; основы проведения беседы, инструктажей с обучающимися, занимающимися, начинающими занятия по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и их выполнении;</p> <p>-основные циклы занятий по продолжительности;</p> <p>- этнокультурные, социально-демографические факторы и их влияние на методику проведения занятий; психофизические возможности лиц разного пола и возраста.</p> <p>ПК-2.2. Владеть навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт:</p>

			<p>управления физической нагрузкой занимающихся;</p> <p>самостоятельного проведения мероприятий по физической рекреации, туризму, реабилитации;</p> <p>определения оптимального набора средств и методов двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе занятий.</p>
	ПК-3.	<p>Готовность использовать комплекс мер осуществления мониторинга физического состояния индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности</p>	<p>ПК-3.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы измерения и оценки физического состояния индивида;</li> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- принципы, определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, элементы консультирования;</li> <li>- теорию адаптации дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о утомлении, переутомлении, перенапряжении.</li> </ul> <p>ПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть методами диагностики и анализа физического состояния занимающегося, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки;</li> <li>- оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц для ориентации к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.</li> </ul> <p>ПК-3.3. Имеет опыт: оказания помощи при проведении мониторинга физического состояния индивида, определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, разработки рекомендаций.</p>
	ПК-4.	<p>Готовность к организации и обеспечению контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг</p>	<p>ПК-4.1. Знает: Методы обеспечения контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.</p> <p>ПК-4.2. Умеет:</p> <p>анализировать данные статистического учета результатов работы отделений организаций, осуществляющих деятельность в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма по утвержденным формам; готовить</p>

			обоснованные предложения по совершенствованию организации рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг. ПК-4.3. Имеет опыт: оценки качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг
	ПК-5.	Готовность практически осуществить маркетинг и реализовать технику продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг	ПК-5.1. Знает: - основные идеи и принципы маркетинга и техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг; ПК-5.2. Умеет: выбирать и применять адекватные техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг. ПК-5.3. Имеет опыт: контроля и оперативной коррекции выполнения маркетинговых планов; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс продаж оздоровительных услуг; составления рекомендаций по совершенствованию деятельности организаций.

## РАЗДЕЛ 2. ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Итоговая аттестация обучающихся образовательной программы – программы *бакалавриата* по направлению *подготовки* 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм включает в себя:

- подготовку к сдаче и сдачу итогового экзамена;
- подготовку к процедуре защиты и защиту выпускной квалификационной работы.

На итоговую аттестацию отводится 9 зачетных единиц (324 часа).

### 2.1. Итоговый экзамен

#### 2.1.1. Форма проведения итогового экзамена

Итоговый экзамен проводится по одной или нескольким дисциплинам (модулям) и (или) модулям образовательной программы, результаты освоения которых имеют определяющее значение для профессиональной деятельности выпускников.

В билеты итогового экзамена включаются 2 (два) теоретических вопроса и 1 (один) практико-ориентированный вопрос, которые равномерно случайным образом выбираются из типовых вопросов и ситуаций, приведенных в оценочных материалах по итоговой итоговой аттестации.

Итоговый экзамен включает ключевые и практически значимые вопросы по следующим дисциплинам (модулям) ОПОП *бакалавриата* направления подготовки *49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм*: Информатика и основы информационно-коммуникационных технологий; Теория и методика физической культуры и спорта; Возрастная анатомия; Биохимия двигательной деятельности; Возрастная физиология; Биомеханика двигательной деятельности; Теория и методика физической рекреации и туризма; Педагогика физической культуры, рекреации и туризма; Оздоровительная

гимнастика и аэробика; Легкая атлетика в двигательной рекреации; Оздоровительное плавание; Игровые виды двигательной рекреации; Физическая реабилитация; Эксплуатация спортивных сооружений и оборудования в рекреации и туризме; Безопасность в сфере рекреации и туризма; Рекреология и основы курортологии; Топография и ориентирование на местности; Организационно-правовые основы рекреации и туризма; Методы научных исследований в рекреации и туризме; Технологии видов спортивно-оздоровительного туризма; Организация соревновательной деятельности в рекреации и туризме; Спортивно-оздоровительный мониторинг; Оздоровительные технологии в реабилитации; Менеджмент рекреационно-оздоровительной деятельности. Итоговый экзамен проводится в *устной/письменной* форме.

В рамках проведения итогового экзамена проверяется степень освоения выпускниками следующих компетенций:

Категория компетенций (при наличии)	Код компетенции. Формулировка компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Планирование	<p><b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов движений человека; - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью; - химический состав организма человека; - возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом; - особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте; -физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте; - физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем</p>

		<p>организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</li> <li>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li> <li>- основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</li> <li>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту и туризму;</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения</li> </ul>
--	--	--

		<p>занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной</li> </ul>
--	--	---



		<p>результативностью;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</li> <li>– описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных</li> </ul>
--	--	---

		<p>задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;</li> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по туризму и краеведению в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в туризме и краеведении;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по туризму и краеведению с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</li> </ul> <p>ОПК-1.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>- проведения анатомического анализа физических упражнений; - биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с</li> </ul>
--	--	---

		<p>использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по рекреации и туризму;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
Обучение и развитие	<p><b>ОПК-3</b> Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью</p>	<p>ОПК-3.1. Знает: основные критерии выбора наиболее эффективных методов обучения лиц различного пола и возраста с использованием специальных знаний и обучения, используемых в физической культуре, рекреации и туризме;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей</li> </ul> <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся;</li> <li>- использовать и подбирать средства и методы физической культуры для обучения различных категорий занимающихся;</li> <li>- осуществлять образование лиц с различного пола и возраста;</li> <li>- дифференцированно использовать известные методики обучения двигательным действиям с учетом особенностей занимающихся.</li> <li>- использовать современные методики; - подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся.</li> </ul> <p>ОПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления индивидуальных программ обучения двигательным</li> </ul>

		<p>действиям в различных видах учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладения профессиональной терминологией;</li> <li>- опытом обобщения и анализа информации.</li> </ul>
Контроль и анализ	<p><b>ОПК-8</b> Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</li> <li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</li> <li>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;</li> <li>- методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в туризме;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в туризме.</li> </ul> <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</li> <li>- планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</li> <li>- оценивать результаты учебной</li> </ul>

		<p>деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в спортивно-оздоровительном туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в туризме. Подбирать средства и методы реализации программ занятий в рекреации и туризме, основываясь на данных контроля.</li> </ul> <p>ОПК-8.3. Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на основе показателей контроля программ;</li> <li>- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в деятельности по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения.</li> </ul>
Контроль и анализ	<p><b>ОПК-9</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p>ОПК-9.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</li> <li>- механические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</li> <li>- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы</li> </ul>

		<p>консультирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации.</li> </ul> <p>ОПК-9.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</li> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов;</li> <li>- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки;</li> <li>- оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</li> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- моделировать процессы, происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабилOMETрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы</li> </ul>
--	--	---

		<p>антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского стептеста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.).</p> <p>ОПК-9.3. Имеет опыт - проведения антропометрических измерений;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека;</li> <li>- анализа биохимических показателей;</li> <li>- владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера;</li> <li>- применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры, спорта и туризма.</li> </ul>
<p>Научные исследования</p>	<p><b>ОПК-11</b> Способен проводить исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического</li> </ul>

	<p>числе рекреационной и туристской деятельности</p>	<p>обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств;</li> <li>- направления научных исследований в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- тенденции развития рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- направления и перспективы развития образования в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> <li>- основные источники получения информации в сфере рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;</li> <li>- теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в рекреации, физической культуре, спорте и туризме;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> </ul>
--	--	--



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила применения корректных заимствований в текстах;</li> <li>- правила библиографического описания и библиографической ссылки</li> </ul> <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность процесса физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно-управленческого процесса в ФСО, в зависимости от направленности ОПОП;</li> <li>- определять задачи научного исследования;</li> <li>- анализировать инновационные методики;</li> <li>- определять задачи научного исследования, разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрики, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского степ-теста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких,</li> </ul>
--	--	---

		<p>методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергера-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> <li>- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в рекреации и туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований;</li> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p>ОПК-11.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и</li> </ul>
--	--	--

		<p>образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> <li>- публичной защиты результатов собственных научных исследований</li> </ul>
<p>Правовая культура</p>	<p><b>ОПК-12</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры, спорта и туризма и нормами профессиональной этики</p>	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия и признаки правовых отношений;</li> <li>- трудовое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в образовании;</li> <li>- нормативные документы в области физической культуры, спорта и туризма, социальной защите;</li> <li>- требования федераций по видам спорта, к подготовке и проведению спортивных мероприятий;</li> <li>- правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;</li> <li>- нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;</li> <li>- требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;</li> <li>- требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта;</li> <li>- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;</li> <li>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- этические нормы в области спорта, туризма и образования.</li> </ul> <p>ОПК-12.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;</li> <li>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры, спорта и туризма на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</li> <li>- осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.</li> </ul> <p>ОПК-12.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры, спорта и туризма с позиции норм законодательства и профессиональной этики;</li> <li>- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;</li> <li>- разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности;</li> <li>- составления документов по проведению соревнований.</li> </ul>
<p>Материально-техническое обеспечение</p>	<p><b>ОПК-15</b> Способен осуществлять материально техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p>	<p>ОПК-15.1. Знает: безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации; порядок проведения</li> </ul>

		<p>инвентаризации имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; основы энергосбережения.</p> <p>ОПК-15.2. Умеет: оценивать состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации; проводить инвентаризацию имущества физкультурно-спортивной организации; поддерживать режим экономного расходования энергоресурсов физкультурно-спортивной организации.</p> <p>ОПК-15.3. Имеет опыт: оказания помощи руководству организации при проведении инвентаризации имущества физкультурно-спортивной организации; разъяснения спортсменам и занимающимся необходимости бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации.</p>
<p>Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности</p>	<p><b>ОПК-16</b> Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности</p>	<p>ОПК-16.1. Знает: форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>ОПК-16.2. Умеет: - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных</p>

		<p>источниках;  - использовать контент электронной информационно-образовательной среды;  - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок;  - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;  ОПК-16.3. Имеет опыт: планирования и проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации.</p>
	<p><b>ПК-1</b>  Способен самостоятельно определять цели и задачи педагогического процесса спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности</p>	<p>ПК-1.1. Знает: закономерности определения задач и содержания занятий по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;  -современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода; -методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками.  ПК-1.2. Умеет: разрабатывать или подбирать методики проведения занятия по физической культуре, рекреации и туризму с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;  -проводить занятие по физической культуре, рекреации и туризму согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам;  -подготовить рекомендации обучающимся, занимающимся по усовершенствованию навыков и техник выполнения физических упражнений, формирования их нравственно-волевых качеств.  ПК-1.3. Имеет опыт: работы в</p>

		команде специалистов спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности; прогнозирования результатов занятий; использования оборудования и технических средств.
	<p><b>ПК-2</b>  Готовность разрабатывать и реализовывать на практике программы, режимы занятий, определять величину нагрузок по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности, с учетом этнокультурных, социально-демографических факторов и психофизических возможностей индивида</p>	<p>ПК-2.1. Знает: основы организации предварительной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся по подготовке к занятиям по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации в спортивном сооружении и на его территории; основы проведения беседы, инструктажей с обучающимися, занимающимися, начинающими занятия по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и их выполнении; -основные циклы занятий по продолжительности; - этнокультурные, социально-демографические факторы и их влияние на методику проведения занятий; психофизические возможности лиц разного пола и возраста.  ПК-2.2. Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы.  ПК-2.3. Имеет опыт: управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической рекреации, туризму, реабилитации; определения оптимального набора средств и методов двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе занятий.</p>
	<p><b>ПК-3</b>  Готовность использовать комплекс мер осуществления мониторинга физического состояния индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности</p>	<p>ПК-3.1. Знает: методы измерения и оценки физического состояния индивида - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола; - принципы, определения его</p>

		<p>пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, элементы консультирования; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о утомлении, переутомлении, перенапряжении.</p> <p>ПК-3.2. Умеет: владеть методами диагностики и анализа физического состояния занимающегося, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц для ориентации к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.</p> <p>ПК-3.3. Имеет опыт: оказания помощи при проведении мониторинга физического состояния индивида, определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, разработки рекомендаций.</p>
	<p><b>ПК-4</b> Готовность к организации и обеспечению контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг</p>	<p>ПК-4.1. Знает: Методы обеспечения контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.</p> <p>ПК-4.2. Умеет: анализировать данные статистического учета результатов работы отделений организаций, осуществляющих деятельность в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма по утвержденным формам; готовить обоснованные предложения по совершенствованию организации рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.</p> <p>ПК-4.3. Имеет опыт: оценки качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг</p>
	<p><b>ПК-5</b> Готовность практически осуществить маркетинг и реализовать технику продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг</p>	<p>ПК-5.1. Знает: - основные идеи и принципы маркетинга и техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг;</p> <p>ПК-5.2. Умеет: выбирать и применять адекватные техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг.</p> <p>ПК-5.3. Имеет опыт: контроля и оперативной коррекции</p>



		выполнения маркетинговых планов; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс продаж оздоровительных услуг; составления рекомендаций по совершенствованию деятельности организаций
--	--	--

### 2.1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания итогового экзамена.

Код(ы) компетенции (ий)	Показатели оценивания	Оценка
ОПК-1; ОПК-3; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-15; ОПК-16; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5	Обучающийся глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, излагает его на высоком научном уровне, способен к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций. Усвоил методологические основы (свободно владеет понятиями, определениями, терминами) в сфере профессиональной деятельности, умеет анализировать и выявлять его взаимосвязь с другими областями знаний. Умеет творчески применять теоретические знания при решении практических ситуаций. Показывает способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе повышения квалификации и профессиональной деятельности.	1) Оценка «отлично»
	Обучающейся в полной мере раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу. Владеет понятиями, определениями, терминами, методами исследования в сфере профессиональной деятельности, умеет установить взаимосвязь изученной дисциплины с другими областями знаний. Применяет теоретические знания на практике. Допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.	2) Оценка «хорошо»
	Обучающийся владеет материалом в пределах программы, знает основные понятия и определения в сфере профессиональной деятельности, обладает достаточными знаниями для профессиональной деятельности, способен разобраться в конкретной практической ситуации.	3) Оценка «удовлетворительно».
	Обучающийся показал пробелы в знании основного учебного материала, не может дать четких определений, понятий в сфере профессиональной деятельности, не может разобраться в конкретной практической ситуации, не обладает достаточными знаниями и практическими навыками для профессиональной деятельности.	4) Оценка «неудовлетворительно»

Оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» означают успешное прохождение итогового аттестационного испытания. Оценки за итоговый экзамен объявляются в день сдачи экзамена после их утверждения председателем ГЭК.

### 2.1.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки конкретных результатов освоения образовательной программы

## Перечень вопросов для проведения итогового (итогового) экзамена

### Теоретический блок вопросов:

#### Код контролируемой компетенции ОПК-1

1. Охарактеризуйте морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;
2. Охарактеризуйте влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса;
3. Раскройте биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека, биомеханику статических положений и различных видов движений человека;
4. Опишите возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;
5. Раскройте особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп;
6. Охарактеризуйте физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;
7. Охарактеризуйте физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;
8. Раскройте физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе;
9. Опишите физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;
10. Раскройте анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;
11. Дайте психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;
12. Раскройте основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;
13. Раскройте основные положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;
14. Охарактеризуйте специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования, целевые результаты и параметры применяемых нагрузок, методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования; -
15. Опишите документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах.

#### Код контролируемой компетенции ОПК-3

1. Раскройте основные критерии выбора наиболее эффективных методов обучения лиц различного пола и возраста с использованием специальных знаний и обучения, используемых в физической культуре, рекреации и туризме;
2. Охарактеризуйте методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-8**

1. Раскройте роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;
2. Охарактеризуйте основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;
3. Раскройте нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;
4. Опишите систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;
5. Раскройте методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в туризме;
6. Охарактеризуйте особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в туризме.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-9**

1. Раскройте методы измерения и оценки физического развития;
2. Раскройте методы оценки двигательных качеств;
3. Раскройте методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;
4. Опишите механические характеристики тела человека и его движений;
5. Раскройте систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;
6. Опишите влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека
7. Раскройте закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;
8. Охарактеризуйте методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;
9. Раскройте механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;
10. Раскройте принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;
11. Охарактеризуйте роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;
12. Опишите основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-11**

1. Раскройте роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;

2. Охарактеризуйте актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств;
3. Опишите основные направления научных исследований в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;
4. Раскройте тенденции развития рекреации, физической культуры, спорта и туризма;
5. Охарактеризуйте направления и перспективы развития образования в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;
6. Раскройте методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;
7. Опишите методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;
8. Охарактеризуйте основные источники получения информации в сфере рекреации, физической культуры, спорта и туризма;
9. Опишите научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;
10. Раскройте теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности;
11. Охарактеризуйте направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности.

#### **Код контролируемой компетенции ОПК-12**

1. Раскройте основные понятия и признаки правовых отношений; - трудовое законодательство Российской Федерации; - законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры, спорта и туризма;
2. Раскройте основные понятия в законодательстве Российской Федерации в сфере социальной защиты населения; - законодательство Российской Федерации в образовании; - нормативные документы в области физической культуры, спорта и туризма, социальной защите;
3. Опишите требования федераций по видам спорта, к подготовке и проведению спортивных мероприятий (на примере вида спорта);
4. Охарактеризуйте нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации; нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;
5. Охарактеризуйте нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией; - требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов; - требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта; - меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;
6. Раскройте нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка; - нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
7. Опишите методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;
8. Охарактеризуйте источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры, спорта и туризма;
9. Опишите этические нормы в области спорта, туризма и образования.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-15**

1. Охарактеризуйте безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах;
2. Опишите порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации;
3. Раскройте порядок проведения инвентаризации имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации;
4. Раскройте правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; основы энергосбережения.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-16**

1. Раскройте форматы представления информации в компьютере; правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных;
2. Опишите технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации;
3. Охарактеризуйте способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов;
4. Опишите основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами;
5. Охарактеризуйте виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой.

### **Код контролируемой компетенции ПК-1**

1. Раскройте закономерности определения задач и содержания занятий по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;
2. Охарактеризуйте современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода;
3. Опишите методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками.

### **Код контролируемой компетенции ПК-2**

1. Раскройте основы организации предварительной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся по подготовке к занятиям по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации в спортивном сооружении и на его территории;
2. Охарактеризуйте основы проведения беседы, инструктажей с обучающимися, занимающимися, начинающими занятия по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и их выполнении;
3. Опишите основные циклы занятий по продолжительности;
4. Раскройте этнокультурные, социально-демографические факторы и их влияние на методику проведения занятий; психофизические возможности лиц разного пола и возраста.

### **Код контролируемой компетенции ПК-3**

1. Раскройте методы измерения и оценки физического состояния индивида - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;
2. Охарактеризуйте принципы, определения пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.
3. Раскройте элементы консультирования; теорию адаптации, дезадаптации и стресса.
4. Раскройте теорию функциональных систем, теорию об утомлении, переутомлении, перенапряжении.

### **Код контролируемой компетенции ПК-4**

1. Раскройте методы обеспечения контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.
2. Опишите способы анализа данные статистического учета результатов работы отделений организаций, осуществляющих деятельность в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма по утвержденным формам.

### **Код контролируемой компетенции ПК-5**

1. Раскройте основные идеи и принципы маркетинга и техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг;
2. Опишите как выбирать и применять адекватные техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг.

### **Аналитическое задание (задачи, тесты, ситуационные задания, проблемные ситуации, творческое задание и т.д.):**

#### **Код контролируемой компетенции ОПК-1**

1. Проведения анатомический анализ физических упражнений (выбор из списка)
2. Провести биомеханического анализа статических положений и движений человека;
3. Составить план занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке (по вариантам);
4. Составить план подготовки мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетике, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки (по вариантам);
5. Составить план учебно-тренировочных занятий по рекреации и туризму;
6. Составить комплекс упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ (по вариантам);
7. Составить план внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций) (по вариантам);
8. Составить план мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

#### **Код контролируемой компетенции ОПК-3**

1. Подобрать средства и методы физической культуры для обучения различных категорий занимающихся (по вариантам);
2. Подобрать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся.
3. Составить индивидуальную программу обучения двигательным действиям в различных видах учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности (по вариантам).

### **Код контролируемой компетенции ОПК-8**

1. Подберите контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся (по вариантам);
2. Подберите средства и методы реализации программ занятий в рекреации и туризме, основываясь на данных контроля (по вариантам).
3. Разработайте предложения по коррекции тренировочного процесса на основе показателей контроля программ (по вариантам).
4. Провести анализ и интерпретацию результатов педагогического контроля в деятельности по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения (по вариантам).

### **Код контролируемой компетенции ОПК-9**

1. Оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;
2. Проанализировать данные контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;
3. Провести анализ и интерпретацию результатов применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры, спорта и туризма.
4. Провести анализ и интерпретацию результатов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-11**

1. Подберите использовать методы исследования в деятельности по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения;
2. Проанализировать данные комплексного тестирования физического состояния и подготовленности спортсменов (по вариантам);
3. Провести расчет и анализ используя для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);

### **Код контролируемой компетенции ОПК-12**

1. Проанализируйте планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры, спорта и туризма на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов (по вариантам);
2. Разработать перечень обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;
3. Составить документы по проведению соревнований (по вариантам).

### **Код контролируемой компетенции ОПК-15**

1. Составить план проведения инвентаризации имущества физкультурно-спортивной организации;
2. По представленным данным оценить состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации;
3. Составить план (текст) беседы по разъяснению спортсменам и занимающимся необходимости бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации.

### **Код контролируемой компетенции ОПК-16**

1. Составьте план проведения научного исследования по определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации.

### **Код контролируемой компетенции ПК-1**

1. Разработать или подобрать методики проведения занятия по физической культуре, рекреации и туризму с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся (по вариантам);
2. Подготовить рекомендации обучающимся, занимающимся по усовершенствованию навыков и техник выполнения физических упражнений, формирования их нравственно-волевых качеств (по вариантам).

### **Код контролируемой компетенции ПК-2**

1. Составить план занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы (по вариантам)
2. Составить план управления физической нагрузкой занимающихся;
3. Разработать план самостоятельного проведения мероприятий по физической рекреации, туризму, реабилитации;
4. Определить оптимальный набор средств и методов двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе занятий (по вариантам).

### **Код контролируемой компетенции ПК-3**

1. Провести анализ физического состояния, занимающегося по данным врачебной медико-физиологической оценки;
2. Оценить анатомо-функциональное состояние организма лиц для ориентации к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности (по вариантам).
3. Разработать рекомендаций при проведении мониторинга физического состояния индивида, для определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.

### **Код контролируемой компетенции ПК-4**

1. Проанализируйте данные статистического учета результатов работы отделений организаций, осуществляющих деятельность в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма по утвержденным формам (по вариантам);
2. Подготовить обоснованные предложения по совершенствованию организации рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг (по вариантам)
3. По представленным данным оценить качество оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.

### **Код контролируемой компетенции ПК-5**

1. Подобрать и обосновать адекватные техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг (по вариантам).
2. Составить план контроля и оперативной коррекции выполнения маркетинговых планов (по вариантам);
3. Составить рекомендации по совершенствованию деятельности организаций.
4. Оценить выполнения индивидуального плана и внести корректировки в процесс продаж оздоровительных услуг (по вариантам).



#### 2.1.4. Критерии оценки проведения итогового экзамена

По окончании ответов, обучающихся объявляется совещание итоговой экзаменационной комиссии, на котором присутствуют только ее члены. На совещании обсуждаются ответы каждого обучающегося на вопросы экзаменационного билета и дополнительные вопросы. По итогам обсуждения каждому обучающемуся в протокол итоговой экзаменационной комиссии проставляется соответствующая оценка.

Знания экзаменуемых определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». Формирование оценки осуществляется с использованием системы оценки знаний, обучающихся:

В качестве критериев оценки ответа используются:

- полнота раскрытия вопросов экзаменационного билета;
- логичность и последовательность изложения материала;
- аргументированность ответа, обучающегося;
- способность анализировать и сравнивать различные подходы решения поставленной проблемы;
- готовность обучающегося отвечать на дополнительные вопросы по существу экзаменационного билета.

Оценка **«отлично»** ставится обучающемуся, который глубоко, осмысленно, в полном объеме усвоил программный материал, изложил его на высоком научном уровне, проявил способность к самостоятельному анализу и оценке проблемных ситуаций. Усвоил методологические основы (свободно овладел понятиями, определениями, терминами) в сфере профессиональной деятельности, показал умения анализировать и выявлять его взаимосвязь с другими областями знаний. Показал способность самостоятельно пополнять и обновлять знания в процессе профессиональной деятельности.

Оценка **«хорошо»** ставится обучающемуся, который полно раскрыл материал, предусмотренный программой, изучил обязательную литературу. Владеет понятиями, определениями, терминами, методами исследования в сфере профессиональной деятельности, умеет установить взаимосвязь изученной дисциплины (модуля) с другими областями знаний. Применяет теоретические знания на практике. Допустил незначительные неточности при изложении материала, не искажающие содержание ответа по существу вопроса.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится обучающемуся, который владеет материалом в пределах программы, знает основные понятия и определения в сфере профессиональной деятельности, обладает достаточными знаниями для профессиональной деятельности, способен разобраться в конкретной практической ситуации.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится обучающемуся, который показал пробелы в знании основного учебного материала, не может дать четких определений, понятий в сфере профессиональной деятельности, не может разобраться в конкретной практической ситуации, не обладает достаточными знаниями и практическими навыками для профессиональной деятельности.

Оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» означают успешное прохождение итогового аттестационного испытания. Оценки за итоговый экзамен объявляются в день сдачи экзамена после их утверждения председателем ГЭК.

#### 2.1.5. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки к итоговому экзамену

##### Основная литература:

1. Борисова, В. В. Теория и методика физической культуры: курс лекций : учебно-методическое пособие / В. В. Борисова, Л. В. Руднева. — Тула : Тульский итоговый педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2021. — 244 с. — ISBN 978-5-6047369-6-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. —

URL: <https://www.iprbookshop.ru/119698.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Бойко, В. В. Спортивно-оздоровительный туризм. Тесты : учебно-методическое пособие / В. В. Бойко. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 133 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95430.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 84 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru>

4. Информационные технологии в физической культуре и спорте : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 174 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95400.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник для высших учебных заведений физкультурного профиля / Л. П. Матвеев. — 4-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 520 с. — ISBN 978-5-907225-59-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104667.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

6. Мельникова, Ю. А. Технология планирования образовательного и тренировочного процесса по физической культуре и спорту в системе дополнительного образования : учебно-методическое пособие / Ю. А. Мельникова, К. В. Мельников. — Омск : Сибирский итоговый университет физической культуры и спорта, 2020. — 160 с. — ISBN 978-5-91930-146-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109707.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

7. Нахаева, Е. М. История физической культуры и спорта : учебное пособие / Е. М. Нахаева, Н. В. Минина. — Минск : Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2022. — 204 с. — ISBN 978-985-895-009-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/134138.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

8. Сусикова, Т. С. Экономика физической культуры и спорта : практикум / Т. С. Сусикова, Н. Р. Арбузина. — Омск : Сибирский итоговый университет физической культуры и спорта, 2020. — 116 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109704.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

9. Чусовитина, О. М. Акмеология профессиональной деятельности специалиста физической культуры и спорта : учебное пособие / О. М. Чусовитина. — Омск : Сибирский итоговый университет физической культуры и спорта, 2022. — 194 с. — ISBN 978-5-91930-203-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/130281.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей.

10. Толебаев, Д. О. Адаптированная программа. Расширенный курс по дисциплине: «Лечебная физкультура» : учебное пособие для детей школьного возраста / Д. О. Толебаев, Г. А. Северова. — Алматы : Дарын, 2023. — 121 с. — ISBN 978-601-269-163-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/136894.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

11. Токарь, Е. В. Лечебная физическая культура : учебное пособие для СПО / Е. В. Токарь. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2023. — 100 с. — ISBN 978-5-4488-1638-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/131405.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### Дополнительная литература:

1. Зайцева, И. П. Физическая культура. Теоретический зачет для студентов II курса специальной медицинской группы «Б»: учебное пособие для бакалавров / И. П. Зайцева. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 168 с. — ISBN 978-5-4497-0841-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/102249.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/102249>.

2. Мухина, М. П. Выполнение курсовой и выпускной квалификационной работы по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Физкультурное образование»: учебно-методическое пособие / М. П. Мухина, Ю. А. Мельникова, А. Ю. Асеева ; под редакцией М. П. Мухина. — 2-е изд. — Омск : Сибирский итоговый университет физической культуры и спорта, 2017. — 100 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/74261.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Рубис, Л. Г. Спортивно-оздоровительный туризм как основа воспитания подростков : монография / Л. Г. Рубис. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 234 с. — ISBN 978-5-4497-0751-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/99913.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/99913>

4. Рубис, Л. Г. Спортивный туризм / Л. Г. Рубис. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 188 с. — ISBN 978-5-4497-2538-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/135513.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

5. Требования к выпускной квалификационной работе на соискание степени бакалавра по направлению 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Технология», и магистра по направлению 44.04.01 «Педагогическое образование», магистерская программа «Профессионально-технологическое образование»: методические рекомендации / составители А. М. Каунов, Н. В. Логинова. — Волгоград : Волгоградский итоговый социально-педагогический университет, «Перемена», 2017. — 52 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/66734.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

6. Теоретические основы дисциплины «Физическая культура и спорт» для студентов вуза : учебное пособие / С. И. Крамской, И. А. Амельченко, Н. Б. Кутергин [и др.] ; под редакцией С. И. Крамского, И. А. Амельченко. — Белгород : Белгородский итоговый технологический университет им. В.Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2022. — 236 с. — ISBN 978-5-361-00997-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133731.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

7. Туризм и сервис в цифровом контенте : монография / О. В. Лысикова, И. А. Горячева, Л. В. Славнецкова [и др.] ; под редакцией О. В. Лысиковой. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 159 с. — ISBN 978-5-4497-2267-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/132154.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/132154>

## 2.2. Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа (далее - «ВКР») представляет собой выполненную обучающимся (несколькими обучающимися совместно) работу, демонстрирующую уровень подготовленности выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности. ВКР выполняется в форме бакалаврской работы.

Выпускная квалификационная работа является обязательным заключительным этапом освоения, обучающимся ОПОП ВО и выполняется с целью консолидации и демонстрации достигнутых результатов обучения, в том числе:

- расширение, закрепление и систематизация теоретических знаний и умений;
- приобретение практических навыков при решении конкретной научной, технической, производственной, экономической или организационно-управленческой задачи;
- развитие навыков ведения самостоятельных, теоретических и экспериментальных исследований;
- приобретение опыта обработки, анализа и систематизации результатов экспериментальных исследований, в оценке их практической значимости и возможной области применения;
- приобретение опыта представления и публичной защиты результатов своей деятельности

Выпускная квалификационная работа должна соответствовать типу (типам) задач профессиональной деятельности.

В рамках выполнения и защиты выпускной квалификационной работы проверяется степень освоения выпускниками следующих компетенций: УК-4; УК-6; ОПК-1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-13; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-16; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5

Категория компетенций (при наличии)	Код компетенции. Формулировка компетенции.	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Коммуникация	<b>УК-4</b> Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Способен применять современные коммуникативные правила и этику речевого общения, правила делового этикета УК-4.2. Демонстрирует умение вести обмен деловой информацией в устной и письменной формах на государственном языке РФ (иностранном(-ых) языках). УК-4.3. Использует информационно-коммуникационные технологии в процессе решения стандартных коммуникативных задач на государственном и иностранном (-ых) языках.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	<b>УК-6</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Объективно оценивает временные ресурсы и ограничения и эффективно использует эти ресурсы для достижения поставленных целей. УК-6.2. Выстраивает и реализует персональную траекторию непрерывного образования и саморазвития.
Планирование	<b>ОПК-1</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических	ОПК-1.1. Знает: - морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата человека; - биомеханику статических положений и различных видов

	<p>особенностей занимающихся различного пола и возраста</p>	<p>движений человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- химический состав организма человека;</li> <li>- возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- особенности обмена веществ лиц разных возрастных групп; - физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека в возрастном и половом аспекте;</li> <li>- физиологические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различного пола и возраста в покое и при мышечной работе;</li> <li>- физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</li> <li>- анатомо-физиологические и биомеханические основы развития физических качеств;</li> <li>- психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;</li> <li>- основные понятия возрастной психологии, в том числе, психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования;</li> <li>- целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;</li> <li>- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и способы планирования;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий;</li> <li>- документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах;</li> <li>- организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования;</li> <li>- организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту и туризму;</li> <li>- терминологию и классификацию в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте (здесь и далее может быть исключен при отсутствии климатических возможностей проведения занятий);</li> <li>- принципы и порядок разработки учебно-программной документации для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- способы оценки результатов обучения в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> </ul>
--	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- методики обучения технике спортивных дисциплин (упражнений) в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>ОПК-1.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью;</li> <li>- выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;</li> <li>- описать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом;</li> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</li> <li>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- определять средства и величину нагрузки на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать на занятиях педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся с учетом особенностей</li> </ul>
--	--	--

		<p>гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать средства и методы для решения задач учебно-тренировочного процесса по туризму и краеведению;</li> <li>- подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по туризму и краеведению в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся;</li> <li>- раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных дисциплин (упражнений) в туризме и краеведении;</li> <li>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по туризму и краеведению с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий</li> </ul> <p><b>ОПК-1.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности;</li> <li>- проведения анатомического анализа физических упражнений;</li> <li>- биомеханического анализа статических положений и движений человека;</li> <li>- планирования занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- планирования учебно-тренировочных занятий по рекреации и туризму;</li> <li>- составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста учащихся при освоении общеобразовательных программ;</li> <li>- планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
Обучение и развитие	<p><b>ОПК-2</b> Способен проводить занятия, физкультурно-спортивной направленности и рекреационные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и</p>	<p><b>ОПК-2.1. Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю и современное состояние гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</li> <li>- значение и виды гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжного спорта как базовых видов спорта;</li> <li>- воспитательные возможности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</li> <li>- терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- средства гимнастики и возможности их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> </ul>

	<p>когнитивному обучению и физической подготовке</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основы обучения гимнастическим упражнениям;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний, технику видов легкой атлетики (бега на короткие, средние и длинные дистанции, прыжка в длину с разбега, прыжка в высоту с разбега, толкания ядра, метания малого мяча (гранаты));</li> <li>- методики обучения технике легкоатлетических упражнений;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами легкой атлетики;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности занимающихся на занятиях легкой атлетикой;</li> <li>- правила и организацию соревнований в легкой атлетике;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики;</li> <li>- основы техники способов передвижения на лыжах;</li> <li>- методики обучения способам передвижения на лыжах;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами лыжной подготовки;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях лыжной подготовкой;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами лыжного спорта;</li> <li>- основы техники способов плавания и прикладного плавания;</li> <li>- методики обучения способам плавания;</li> <li>- методики развития физических качеств средствами плавания;</li> <li>- методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания;</li> <li>- средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</li> <li>- основы обучения спортивным и подвижным играм;</li> <li>- терминологию спортивных и подвижных игр;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр;</li> <li>- методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр;</li> <li>- организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях;</li> <li>- организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях;</li> <li>- способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры;</li> <li>- способы реализации здоровьесформирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся.</li> </ul>
--	--	---



		<p>ОПК-2.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы организации учебной деятельности на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту в зависимости от поставленных задач;</li> <li>- использовать в своей деятельности терминологию гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- распределять на протяжении занятия средства гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта с учетом их влияния на организм занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте;</li> <li>- использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно-необходимых навыков и развития физических качеств;</li> <li>- использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой, с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</li> <li>- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых гимнастических упражнений;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания, лыжной подготовки;</li> <li>- оценивать качество выполнения упражнений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте и определять ошибки в технике;</li> <li>- определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, подбирать приемы и средства для их устранения;</li> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту;</li> <li>- использовать существующие методики проведения соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке, проведения физкультурно-спортивного праздника, дня здоровья и мероприятий оздоровительного характера по</li> </ul>
--	--	--

		<p>гимнастике, легкой атлетике, спортивным и подвижным играм, лыжным гонкам и лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проектировать, анализировать и презентовать собственную методическую и практическую деятельность при реализации базовых видов физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- осуществлять подготовку обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья к участию в соревнованиях и физкультурно-массовых мероприятиях;</li> <li>- анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся;</li> <li>- анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям;</li> <li>- формировать основы физкультурных знаний;</li> <li>- нормировать и регулировать нагрузки на занятиях с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>- применять методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития и физической подготовленности обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья; оценивать результаты учебной деятельности обучающихся на основе объективных методов контроля.</li> </ul> <p>ОПК-2.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</li> <li>- владения техникой обще подготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений;</li> <li>- владения техникой видов легкой атлетки на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой способов плавания и прикладного плавания на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой способов передвижения на лыжах на уровне выполнения контрольных нормативов;</li> <li>- владения техникой двигательных действий спортивных игр и содержания действия подвижной игры;</li> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики;</li> <li>- проведения фрагмента занятия по легкой атлетике по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;</li> <li>- составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся;</li> <li>- проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр;</li> <li>- участия в судействе соревнования по легкой атлетике, плаванию, лыжной подготовке;</li> <li>- проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</li> <li>- проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</li> <li>- проведения внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций);</li> <li>- проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
Обучение и развитие	<b>ОПК-3</b> Способен обучать	ОПК-3.1. Знает: основные критерии выбора наиболее эффективных методов обучения лиц различного пола и

	<p>двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью</p>	<p>возраста с использованием специальных знаний и обучения, используемых в физической культуре, рекреации и туризме;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы качественной и количественной оценки уровней физической и технической подготовленности людей.</li> </ul> <p>ОПК-3.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать современные педагогические технологии по развитию когнитивной и двигательной сфер занимающихся;</li> <li>- использовать и подбирать средства и методы физической культуры для обучения различных категорий занимающихся;</li> <li>- осуществлять образование лиц с различного пола и возраста;</li> <li>- дифференцированно использовать известные методики обучения двигательным действиям с учетом особенностей занимающихся.</li> <li>- использовать современные методики;</li> <li>- подбирать и использовать технические средства обучения с учетом индивидуальных особенностей психофизического развития занимающихся.</li> </ul> <p>ОПК-3.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составления индивидуальных программ обучения двигательным действиям в различных видах учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности;</li> <li>- овладения профессиональной терминологией;</li> <li>- опытом обобщения и анализа информации.</li> </ul>
<p>Воспитание</p>	<p><b>ОПК-4</b> Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p>	<p>ОПК-4.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- основы общей психологической подготовки, включая психологические факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся;</li> <li>- сущность воспитания и его место в образовательном и тренировочном процессах;</li> <li>- принципы воспитания;</li> <li>- методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте;</li> <li>- формы воспитания и воспитательные мероприятия в образовательном и тренировочном процессах;</li> <li>- характеристику коллектива и основы его формирования в рекреации, спорте и туризме;</li> <li>- технологии педагогической диагностики и коррекции, снятия стрессов;</li> <li>- организацию воспитательного процесса в образовательных организациях;</li> <li>- виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре, рекреации и туризме;</li> <li>- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения.</li> </ul> <p>ОПК-4.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре, спорту и туризму в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;</li> <li>- общаться с детьми различных возрастных категорий;</li> <li>- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно- нравственную сферу у лиц разного пола и возраста, у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- формировать навыки социально- осознанного поведения в поликультурной среде;</li> <li>- помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации</li> </ul>

		<p>и/или неблагоприятных условиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося, учебного и спортивного коллектива;</li> <li>- создавать условия для формирования социально-личностных качеств у лиц разного пола и возраста, у лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</li> </ul> <p>ОПК-4.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;</li> <li>- планирования воспитательных мероприятий при освоении основных и дополнительных общеобразовательных программ;</li> <li>- составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- организации участия обучающихся в мероприятиях патриотического и общественного характера, в том числе в спортивно-массовых мероприятиях.</li> </ul>
<p>Воспитание</p>	<p><b>ОПК-5</b> Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной, рекреационной и туристско-краеведческой деятельности, к природной среде, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</p>	<p>ОПК-5.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социальную роль, структуру и функции физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- место и роль нашей страны в развитии физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры и туризма;</li> <li>- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества;</li> <li>- составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие;</li> <li>- основы организации здорового образа жизни;</li> <li>- закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;</li> <li>- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков;</li> <li>- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;</li> <li>- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</li> <li>- гигиенические средства восстановления;</li> <li>- гигиенические принципы закаливания;</li> <li>- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой, спортом и туризмом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;</li> <li>- особенности питания в туристских походах-значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- понятие «пищевой статус».</li> </ul> <p>ОПК-5.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыки соблюдения личной гигиены,</li> </ul>

		<p>профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья;</li> <li>- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся;</li> <li>- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов;</li> <li>- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий;</li> <li>- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни;</li> <li>- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена;</li> <li>- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью;</li> <li>- формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</li> </ul> <p>ОПК-5.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- применения методик оценки физического развития детей и подростков;</li> <li>- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся;</li> <li>- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки.</li> <li>- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры, спорта и туризма, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры, спорта и туризма для оптимизации двигательного режима;</li> <li>- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики;</li> <li>- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения, кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов;</li> <li>- организации встреч обучающихся с известными спортсменами;</li> <li>- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой, спортом и туризмом.</li> </ul>
--	--	---

<p>Обеспечение безопасности</p>	<p><b>ОПК-6</b> Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>ОПК-6.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержание;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой, спортом и туризмом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде;</li> <li>- нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.);</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором;</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, туризмом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, туризмом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр, лыжного спорта и туризма;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке и туризму;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также</li> </ul>
---------------------------------	--	---

		<p>требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по видам туризма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- причины травматизма, меры предупреждения на занятиях по туризму;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по туризму.</li> </ul> <p>ОПК-6.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- организовывать группу занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях по туризму;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p>ОПК-6.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- использования специальной аппаратуры и инвентаря;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и</li> </ul>
--	--	---

		<p>травматических повреждениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой, спортом и туризмом;</li> <li>- составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке и туризму;</li> <li>- обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по туризму;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий;</li> <li>- ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.</li> </ul>
Профилактика допинга	<p><b>ОПК-7</b> Способен проводить работу по предотвращению применения допинга</p>	<p>ОПК-7.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- международные антидопинговые правила и стандарты;</li> <li>- антидопинговое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;</li> <li>- методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории;</li> <li>- содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий;</li> <li>- международные этические нормы в области противодействия применению допинга;</li> <li>- планы антидопинговых мероприятий.</li> </ul> <p>ОПК-7.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;</li> <li>- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории;</li> <li>- планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению;</li> <li>- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности;</li> <li>- выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам;</li> <li>- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ;</li> <li>- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга;</li> <li>- изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ;</li> <li>- разрабатывать аналитические материалы по итогам</li> </ul>



		<p>изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>ОПК-7.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия;</li> <li>- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц;</li> <li>- изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;</li> <li>- внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте;</li> <li>- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ;</li> <li>- анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;</li> <li>- разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций;</li> <li>- осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.</li> </ul>
Контроль и анализ	<p><b>ОПК-8</b></p> <p>Способен осуществлять контроль программ, режимов занятий по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбирать на основе их анализа соответствующие средства и методы реализации программ</p>	<p>ОПК-8.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации;</li> <li>- нормативные требования и показатели физической подготовленности, представленные в ВФСК ГТО, федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта, программах по физической культуре, в том числе в программах дополнительного и профессионального образования;</li> <li>- систему оценивания обучающихся в процессе освоения образовательных программ по физической культуре;</li> <li>- методики контроля и оценки технической, тактической и физической подготовленности в туризме;</li> <li>- особенности оценивания процесса и результатов учебно-тренировочного процесса в туризме.</li> </ul> <p>ОПК-8.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подобрать контрольные упражнения для оценки параметров физической, технической подготовленности занимающихся и обучающихся;</li> <li>- планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса и освоении программ общего и профессионального образования;</li> <li>- оценивать результаты учебной деятельности обучающихся и реализации норм ВФСК ГТО на основе объективных методов контроля;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать систему нормативов и методик контроля физической и технической подготовленности занимающихся в спортивно-оздоровительном туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты тестирования подготовленности спортсменов в туризме.</li> </ul> <p>Подбирать средства и методы реализации программ занятий в рекреации и туризме, основываясь на данных контроля.</p> <p><b>ОПК-8.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-разработки предложений по коррекции тренировочного процесса на основе показателей контроля программ;</li> <li>- анализа и интерпретации результатов педагогического контроля в деятельности по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения.</li> </ul>
Контроль и анализ	<p><b>ОПК-9</b></p> <p>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</p>	<p><b>ОПК-9.1. Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы измерения и оценки физического развития, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека;</li> <li>- механические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- систематизацию закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</li> <li>- закономерности протекания биохимических процессов в организме человека;</li> <li>- методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</li> <li>- механизмы, обеспечивающие компенсаторно-приспособительные реакции организма человека в возрастном аспекте и причинно-следственные взаимосвязи между различными проявлениями жизнедеятельности;</li> <li>- принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования;</li> <li>- роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса, необходимость его взаимосвязи с медико-биологическим контролем;</li> <li>- основные слагаемые педагогического контроля (контроль параметров движений, физических качеств, динамики функциональных сдвигов, эффекта текущих воздействий и общих результатов тренировочного и образовательного процессов), методику проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных, их фиксации.</li> </ul> <p><b>ОПК-9.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития, анализа положений и движений, определяя степень соответствия их контрольным нормативам;</li> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- оценивать эффективность статических положений и движений человека;</li> <li>- с помощью методов экспресс-диагностики определить протекание восстановительных процессов;</li> <li>- проводить экспресс-анализ мочи и определять степень восстановления организма после предшествующей нагрузки;</li> <li>- оценить функциональное состояние организма по результатам биохимического анализа крови и мочи;</li> <li>- использовать методы измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма; - моделировать процессы,</li> </ul>

		<p>происходящие на клеточном и организменном уровне в процессе влияния различных средовых факторов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеоанализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию, стабиллометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, миоэлектрометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского стептеста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика СпилбергаХанина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.). <p>ОПК-9.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения антропометрических измерений;</li> <li>- применения методов биомеханического контроля движений и физических способностей человека;</li> <li>- анализа биохимических показателей;</li> <li>- владения приемами и методами устранения метаболитов обмена углеводов, липидов, белков, образующихся при мышечной деятельности различного характера;</li> <li>- применения методов измерения основных физиологических параметров в покое и при различных состояниях организма;</li> <li>- контроля за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола;</li> <li>- применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры, спорта и туризма.</li> </ul> </li></ul>
Профессиональное взаимодействие	<p><b>ОПК-10</b> Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников туристских и рекреационных мероприятий, в том числе с учетом различной возрастно-половой группы</p>	<p>ОПК-10.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками; основы осуществления коммуникации с руководителями кружков, спортивных секций, организациями дополнительного образования спортивной направленности и организациями спорта</li> </ul> <p>ОПК-10.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изучать и систематизировать информацию относительно организации и методического обеспечения работы кружков, спортивных секций; вовлечь обучающихся, занимающихся в участие в спортивных кружках и секциях;</li> <li>- отбирать занимающихся, обучающихся в спортивный актив.</li> </ul> <p>ОПК-10.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практического применения физических упражнений, средств рекреации и туризма при проведении спортивно-оздоровительных мероприятий с различными возрастно-половыми группами и лицами с отклонениями в состоянии здоровья; руководства работой спортивного актива</li> </ul>
Научные исследования	<p><b>ОПК-11</b> Способен проводить</p>	<p>ОПК-11.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении</li> </ul>

	<p>исследования по определению эффективности, используемых средств и методов физкультурно-спортивной, в том числе рекреационной и туристской деятельности</p>	<p>эффективности планирования, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно- измерительных и контрольно-оценочных средств;</li> <li>- направления научных исследований в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- тенденции развития рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- направления и перспективы развития образования в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;</li> <li>- методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования;</li> <li>- основные источники получения информации в сфере рекреации, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования;</li> <li>- теоретические основы и технологию организации научно-исследовательской и проектной деятельности;</li> <li>- направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности;</li> <li>- назначение и область применения основных методов исследования в рекреации, физической культуре, спорте и туризме;</li> <li>- алгоритм построения педагогического эксперимента;</li> <li>- способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> <li>- правила применения корректных заимствований в текстах;</li> <li>- правила библиографического описания и библиографической ссылки</li> </ul> <p>ОПК-11.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- использовать научную терминологию;</li> <li>- классифицировать методологические подходы, средства и методы исследования;</li> <li>- актуализировать проблематику научного исследования;</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность процесса физкультурно-оздоровительной деятельности, организационно- управленческого процесса в ФСО, в зависимости от направленности ОПОП;</li> <li>- определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики;</li> <li>- определять задачи научного исследования, разрабатывать и формулировать гипотезу;</li> <li>- подбирать и использовать методы исследования;</li> <li>- использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов, видеонализ, гониометрию, акселерометрию, динамометрию,</li> </ul>
--	---	---

		<p>стабилометрию, эргометрию, телеметрические методы передачи информации о состоянии систем организма и характеристиках движений спортсменов, методы антропометрии, мионометрии, гониометрии и телеметрии в определении состояния тренированности и спортивной работоспособности, методики для тестирования сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата при помощи методик оценки индекса Гарвардского стептеста, PWC170, пробы Мартине, жизненной емкости легких, методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся, корректурная проба, методики исследования оперативной памяти, образного и логического мышления, оценки точности воспроизведения и дифференциации мышечного усилия, методика Айзенка, теппинг-тест, методика Спилбергер-Ханина, методика Шмишека-Леонгарда (акцентуации характера), методика «Несуществующее животное», методика исследования мотивации, социометрия и др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять биомеханические характеристики тела человека и его движений;</li> <li>- использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента;</li> <li>- использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ);</li> <li>- анализировать и оценивать эффективность учебно-тренировочного процесса в рекреации и туризме;</li> <li>- интерпретировать результаты собственных исследований;</li> <li>- анализировать и интерпретировать полученные результаты;</li> <li>- формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации;</li> <li>- составлять и оформлять список литературы;</li> <li>- представлять результаты собственных исследований перед аудиторией;</li> <li>- формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ;</li> <li>- использовать технические и программные средства публичных выступлений.</li> </ul> <p>ОПК-11.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы;</li> <li>- публичной защиты результатов собственных научных исследований.</li> </ul>
Правовая культура	<p><b>ОПК-12</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры, спорта и туризма и нормами профессиональной этики</p>	<p>ОПК-12.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понятия и признаки правовых отношений;</li> <li>- трудовое законодательство Российской Федерации;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в сфере социальной защиты населения;</li> <li>- законодательство Российской Федерации в образовании;</li> <li>- нормативные документы в области физической культуры, спорта и туризма, социальной защите;</li> <li>- требования федераций по видам спорта, к подготовке и проведению спортивных мероприятий;</li> <li>- правила внутреннего трудового распорядка физкультурно-</li> </ul>

		<p>спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;</li> <li>- нормативные документы в области осуществления контроля качества услуг;</li> <li>- нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;</li> <li>- требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;</li> <li>- требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта;</li> <li>- меры ответственности педагогических работников за жизнь и здоровье обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав ребенка;</li> <li>- нормативные правовые акты в области защиты прав инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;</li> <li>- методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние;</li> <li>- источники надежной и достоверной информации, отражающие государственную и региональную политику в области образования, физической культуры, спорта и туризма;</li> <li>- этические нормы в области спорта, туризма и образования.</li> </ul> <p><b>ОПК-12.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться в законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом;</li> <li>- анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры, спорта и туризма на предмет реалистичности, логичности, соответствия действительному положению дел и удовлетворения формальным требованиям нормативных правовых актов;</li> <li>- осуществлять контроль качества услуг, их соответствия требованиям нормативно-правовых актов, условиям договоров.</li> </ul> <p><b>ОПК-12.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры, спорта и туризма с позиции норм законодательства и профессиональной этики;</li> <li>- разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком установленными нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника;</li> <li>- разработки внутренних порядков организации управленческого учета и отчетности;</li> <li>- составления документов по проведению соревнований.</li> </ul>
<p>Организационно-методическое и проектное обеспечение</p>	<p><b>ОПК-13</b> Способен организовывать и проводить рекреационно-оздоровительные, физкультурно-массовые, туристские, краеведческие и спортивные мероприятия, а также осуществлять</p>	<p><b>ОПК-13.1. Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы организации мероприятий физического воспитания, спорта и двигательной рекреации основанные на знании возрастной психологии, в том числе, психологических особенностей занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста;</li> <li>- положения теории физической культуры, определяющие методику организации занятий и мероприятий в сфере физической культуры, спорта и туризма с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</li> <li>- основные и дополнительные формы занятий; - документы по организации и судейству соревнований на разных</li> </ul>

	судейство мероприятий	<p>стадиях и этапах подготовки мероприятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание и правила оформления документов по судейству соревнований по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжному спорту, туризму;</li> <li>- правила и организация соревнований в гимнастике, легкой атлетике, плавании, подвижных и спортивных играх, лыжном спорте, туризме; способы оценки результатов учебно-тренировочного процесса в базовых видах физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>ОПК-13.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом при организации и проведении мероприятий по рекреации и туризму;</li> <li>- повышать мотивацию и волю к победе у занимающихся физической культурой и спортом;</li> <li>- поддерживать высокий уровень спортивной мотивации;</li> <li>- планировать организацию мероприятий по рекреации и туризму, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида деятельности;</li> <li>- определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств рекреации и туризма;</li> <li>- ставить различные виды задач и организовывать их решение на мероприятиях по гимнастике, легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, плаванию, лыжной подготовке с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных особенностей, интересов обучающихся, занимающихся;</li> <li>- планировать содержание и организацию мероприятий по туризму и краеведению с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных условий.</li> </ul> <p>ОПК-13.3. Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования мероприятий оздоровительного характера с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр, плавания, лыжной подготовки и туризма;</li> <li>- составления документации планирования для организации мероприятий по рекреации и туризму;</li> <li>- планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</li> </ul>
Организационно-методическое и проектное обеспечение	<p><b>ОПК-14</b> Способен внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг</p>	<p>ОПК-14.1. Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- инновационные технологии в области туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг;</li> <li>- современные методики организации занятий физической культурой для различных возрастных и гендерных групп;</li> <li>- характеристики различных методов, форм, приемов и средств организации деятельности, занимающихся при освоении оздоровительных программ.</li> <li>- принципы формирования групп лиц, занимающихся рекреацией и туризмом;</li> <li>- порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по инновационным технологиям.</li> </ul> <p>ОПК-14.2. Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с членами команды специалистов при реализации различных форм рекреативно-оздоровительных занятий; владеть методами активизации личностных ресурсов, занимающихся; осуществлять подбор оптимальных средств и методов рекреации и фитнес услуг;</li> </ul>

		<p>- определять последовательность применения средств при реализации инновационных технологий.</p> <p>ОПК-14.3. Имеет опыт: самостоятельного проведения мероприятий с использованием инновационных технологий туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг; определения оптимального набора средств и методов оздоровительной тренировки; определения двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе оздоровительных занятий.</p>
Материально-техническое обеспечение	<p><b>ОПК-15</b> Способен осуществлять материально-техническое сопровождение рекреационно-оздоровительных, физкультурно-массовых, туристско-краеведческих и спортивных мероприятий и занятий</p>	<p>ОПК-15.1. Знает: безопасные методы и приемы выполнения работ на спортивных объектах; -порядок проведения периодического контроля сохранности имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации; порядок проведения инвентаризации имущества, утвержденный локальным нормативным актом физкультурно-спортивной организации; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; основы энергосбережения.</p> <p>ОПК-15.2. Умеет: оценивать состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации; проводить инвентаризацию имущества физкультурно-спортивной организации; поддерживать режим экономного расходования энергоресурсов физкультурно-спортивной организации.</p> <p>ОПК-15.3. Имеет опыт: оказания помощи руководству организации при проведении инвентаризации имущества физкультурно-спортивной организации; разъяснения спортсменам и занимающимся необходимости бережного отношения к имуществу физкультурно-спортивной организации.</p>
Информационно-коммуникационные технологии для профессиональной деятельности	<p><b>ОПК-16</b> Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности</p>	<p>ОПК-16.1. Знает: форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, особенности статистической обработки данных инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической, медицинской, социально-психологической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы)</p> <p>ОПК-16.2. Умеет: - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;</p> <p>ОПК-16.3. Имеет опыт: планирования и проведения научного исследования по</p>



		определению эффективности деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, комплексной реабилитации и абилитации.
	<p><b>ПК-1</b> Способен самостоятельно определять цели и задачи педагогического процесса спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности</p>	<p>ПК-1.1. Знает: закономерности определения задач и содержания занятий по физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; -современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентного подхода; -методы установления контакта с обучающимися, занимающимися разного возраста, родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся, педагогическими работниками.</p> <p>ПК-1.2. Умеет: разрабатывать или подбирать методики проведения занятия по физической культуре, рекреации и туризму с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей, интересов обучающихся, занимающихся; -проводить занятие по физической культуре, рекреации и туризму согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам; -подготовить рекомендации обучающимся, занимающимся по усовершенствованию навыков и техник выполнения физических упражнений, формирования их нравственно-волевых качеств.</p> <p>ПК-1.3. Имеет опыт: работы в команде специалистов спортивной, рекреационно-оздоровительной, туристско-краеведческой и рекреационно-реабилитационной деятельности; прогнозирования результатов занятий; использования оборудования и технических средств.</p>
	<p><b>ПК-2</b> Готовность разрабатывать и реализовывать на практике программы, режимы занятий, определять величину нагрузок по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации населения, подбора соответствующих средств и методов их реализации по циклам занятий различной продолжительности, с учетом этнокультурных, социально-демографических факторов и психофизических возможностей индивида</p>	<p>ПК-2.1. Знает: основы организации предварительной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся по подготовке к занятиям по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации в спортивном сооружении и на его территории; основы проведения беседы, инструктажей с обучающимися, занимающимися, начинающими занятия по спортивно-оздоровительному туризму, физической рекреации и реабилитации о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и их выполнении; -основные циклы занятий по продолжительности; - этнокультурные, социально-демографические факторы и их влияние на методику проведения занятий; психофизические возможности лиц разного пола и возраста.</p> <p>ПК-2.2. Обладать навыками планирования занятия по физическому воспитанию, тренировочного занятия с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей группы.</p> <p>ПК-2.3. Имеет опыт: управления физической нагрузкой занимающихся; самостоятельного проведения мероприятий по физической рекреации, туризму, реабилитации; определения оптимального набора средств и методов двигательных режимов, индивидуальных границ применяемых воздействий в процессе занятий.</p>
	<p><b>ПК-3</b> Готовность использовать комплекс мер</p>	<p>ПК-3.1. Знает: методы измерения и оценки физического состояния индивида - методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;</p>

	<p>осуществления мониторинга физического состояния индивида, его пригодность к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности</p>	<p>- принципы, определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, элементы консультирования; теорию адаптации, дезадаптации и стресса, теорию функциональных систем, теорию о утомлении, переутомлении, перенапряжении.</p> <p>ПК-3.2. Умеет: владеть методами диагностики и анализа физического состояния занимающегося, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц для ориентации к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности.</p> <p>ПК-3.3. Имеет опыт: оказания помощи при проведении мониторинга физического состояния индивида, определения его пригодности к занятиям одним из видов туризма и рекреационно-оздоровительной и реабилитационной деятельности, разработки рекомендаций.</p>
	<p><b>ПК-4</b> Готовность к организации и обеспечению контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг</p>	<p>ПК-4.1. Знает: Методы обеспечения контроля качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.</p> <p>ПК-4.2. Умеет: анализировать данные статистического учета результатов работы отделений организаций, осуществляющих деятельность в области рекреации, физической культуры, спорта и туризма по утвержденным формам; готовить обоснованные предложения по совершенствованию организации рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг.</p> <p>ПК-4.3. Имеет опыт: оценки качества оказываемых рекреационно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг</p>
	<p><b>ПК-5</b> Готовность практически осуществить маркетинг и реализовать технику продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг</p>	<p>ПК-5.1. Знает: - основные идеи и принципы маркетинга и техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг;</p> <p>ПК-5.2. Умеет: выбирать и применять адекватные техники продаж туристских и рекреационно-оздоровительных услуг.</p> <p>ПК-5.3. Имеет опыт: контроля и оперативной коррекции выполнения маркетинговых планов; - оценки выполнения индивидуального плана и внесения корректировок в процесс продаж оздоровительных услуг; составления рекомендаций по совершенствованию деятельности организаций</p>

### 2.2.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания для защиты выпускной квалификационной работы

Код(ы) компетенции (ий)	Показатели оценивания	Критерии и шкалы оценивания
УК-4; УК-6; ОПК1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-13; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-16; ПК-1; ПК2; ПК-3; ПК-4;	Содержание ВКР: актуальность, полнота раскрытия темы, научный аппарат ВКР, обоснованность, соответствие работы профилю направления подготовки, установленным методическим требованиям к оформлению работы выводов и рекомендаций, отражение в работе прохождения обучающимся практик	обучающийся продемонстрировал умение эффективно решать задачи, соответствующие квалификационной характеристике, высокий уровень практической и теоретической подготовленности, владеет профессиональными технологиями, разрабатывает новые подходы к решению профессиональных проблем; актуальность темы работы, широко использованы современные компьютерные технологии, высокая корректность использования методов и моделей, ВКР отличается оригинальностью и новизной полученных результатов, высокой практикой

<p>ПК-5</p>		<p>значимостью; состояние вопроса оценено максимально подробно, практическая значимость работы – <b>уровень оценки «отлично»</b>;</p> <p>обучающийся продемонстрировал умение решать задачи, соответствующие квалификационной характеристике, устойчивый уровень практической и теоретической подготовленности, владеет основными профессиональными технологиями, использует новые подходы к решению профессиональных проблем – <b>уровень оценки «хорошо»</b>;</p> <p>обучающийся решает типовые задачи, соответствующие квалификационной характеристике, практически и теоретически подготовлен к исполнению поставленных задач, владеет отдельными профессиональными технологиями, использует типовые подходы к решению профессиональных проблем – <b>уровень оценки «удовлетворительно»</b>;</p> <p>обучающийся продемонстрировал низкий уровень умения решать задачи, соответствующие квалификационной характеристике, низкую практическую и теоретическую подготовленность, не владеет профессиональными технологиями, не готов использовать типовые подходы к решению профессиональных проблем - <b>уровень оценки «неудовлетворительно»</b>;</p> <p>выпускная квалификационная работа не представлена.</p>
<p>УК-4; УК-6; ОПК1; ОПК-2; ОПК-3; ОПК-4; ОПК-5; ОПК-6; ОПК-7; ОПК-8; ОПК-9; ОПК-10; ОПК-11; ОПК-12; ОПК-13; ОПК-14; ОПК-15; ОПК-16; ПК-1; ПК2; ПК-3; ПК-4; ПК-5</p>	<p>Защита ВКР: доклад обучающегося (в т.ч. наличие презентационного и раздаточного материала и т.д.), аргументированность ответа на вопросы членов ГЭК и замечания рецензента</p>	<p>1) доклад структурирован, раскрывает причины выбора темы и ее актуальность, цель, задачи, предмет, объект исследования, логику получения каждого вывода; в заключительной части доклада показаны перспективы и задачи дальнейшего исследования данной темы, освещены вопросы практического применения и внедрения результатов исследования в практику ВКР выполнена в соответствии с целевой установкой, отвечает предъявляемым требованиям и оформлена в соответствии со стандартом; представленный демонстрационный материал высокого качества в части оформления и полностью соответствует содержанию ВКР и доклада; ответы на вопросы членов ГЭК показывают глубокое знание исследуемой проблемы, подкрепляются ссылками на соответствующие литературные источники, выводами и расчетами из ВКР, демонстрируют самостоятельность и глубину изучения проблемы студентом; результат оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с оценочными листами руководителя, рецензента, членов ГЭК) составляет уровень оценки «отлично»;</p> <p>2) доклад структурирован, допускаются одна-две неточности при раскрытии причин выбора и актуальности темы, цели, задач, предмета, объекта исследования, но эти неточности устраняются при ответах на дополнительные уточняющие вопросы. ВКР выполнена в соответствии с целевой установкой, отвечает предъявляемым требованиям и оформлена в соответствии со стандартом. представленный</p>

		<p>демонстрационный материал хорошего качества в части оформления и полностью соответствует содержанию ВКР и доклада; ответы на вопросы членов ГЭК показывают хорошее владение материалом, подкрепляются выводами и расчетами из ВКР, показывают самостоятельность и глубину изучения проблемы студентом; результат оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с оценочными листами руководителя, рецензента, членов ГЭК) составляет уровень оценки «хорошо»;</p> <p>3) доклад структурирован, допускаются неточности при раскрытии причин выбора и актуальности темы, цели, задач, предмета, объекта исследования, но эти неточности устраняются в ответах на дополнительные вопросы; ВКР выполнена в соответствии с целевой установкой, но не в полной мере отвечает предъявляемым требованиям; представленный демонстрационный материал удовлетворительного качества в части оформления и в целом соответствует содержанию ВКР и доклада; ответы на вопросы членов ГЭК носят недостаточно полный и аргументированный характер, не раскрывают до конца сущности вопроса, слабо подкрепляются выводами и расчетами из ВКР, показывают недостаточную самостоятельность и глубину изучения проблемы студентом; результат оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с оценочными листами руководителя, рецензента, членов ГЭК) составляет уровень оценки «удовлетворительно»;</p> <p>4) доклад недостаточно структурирован, допускаются существенные неточности при раскрытии причин выбора и актуальности темы, цели, задач, предмета, объекта исследования, эти неточности не устраняются в ответах на дополнительные вопросы; ВКР не отвечает предъявляемым требованиям; представленный демонстрационный материал низкого качества в части оформления и не соответствует содержанию ВКР и доклада; ответы на вопросы членов ГЭК носят неполный характер, не раскрывают сущности вопроса, не подкрепляются выводами и расчетами из ВКР, показывают недостаточную самостоятельность и глубину изучения проблемы студентом. результат оценки уровня сформированности компетенций (в соответствии с оценочными листами руководителя, рецензента, членов ГЭК) составляет уровень оценки «неудовлетворительно»;</p> <p>5) защита ВКР не проведена, на заданные вопросы обучающихся не представил ответы.</p>

### 2.2.2. Примерная тематика выпускных квалификационных работ

1. Пути использования опыта организации тематических парков на примере .....

2. Эффективность влияния физической рекреации на физическое состояние (указать социально-демографическую группу).
3. Организация и проведение спортивных, рекреационных (и т.д. указать каких) туров с использованием анимационно-игровых форм (на примере разработки конкретного тура.....).
4. Разработка туристских программ с использованием развлекательного туризма в .....области.
5. Перспективы развития муниципального туристского клуба в условиях мегаполиса на примере района «.....» г. ....
6. Маркетинг рекреационно-оздоровительных услуг в санаторно-курортных учреждениях.....
7. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в фитнес центрах г.....
8. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в муниципальном учреждении СОК «.....»
9. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в сети клубов «.....»
10. Маркетинговая стратегия развития туристской фирмы «.....»
11. Методика и организация проведения туристских слетов и соревнований для учащихся образовательного учреждения .....
12. Организационно-методические особенности обеспечения безопасности туристских мероприятий.....
13. Инновационное содержание научно-образовательной деятельности учреждения дополнительного образования (на примере детской загородной туристской базы, указать)
14. Особенности организации туристско-краеведческой работы в городе ..... области
15. Основные аспекты формирования регионального туристского центра города...
16. Основы специальной подготовки организаторов анимационной работы в туризме с детьми и подростками.....
17. Эффективность влияния (указать вид, раздел подготовки, содержание, вид туризма) на .....(физическое состояние, физическую подготовленность, технику владения и т.д.).
18. Особенности использования видео- и фото- материалов в рекламе турпродукта на примере ..... (указать вид туризма, фирму).
19. Особенности организации и проведения соревнований (указать тактико-техническую дистанцию в районных, городских, областных и т.д. туристских соревнованиях учащихся, студентов, взрослых).
20. Особенности (указать вид подготовки) для безопасного поведения в экстремальных ситуациях в (указать вид) туристских походах.
21. Перспективы развития лечебно-оздоровительного отдыха в ..... области.
22. Перспективы развития санаторно-курортного дела на основе сравнительного анализа деятельности курортов ..... и .....
23. Эффективность влияния воспитания и обучения учащихся (указать конкретно каких?) средствами экологического туризма на (указать на что?)
24. Технология формирования тарифной политики рекреативно-оздоровительной организации.....
25. Технология этнографической туристско-краеведческой деятельности учащихся.....
26. Программно-методическое обеспечение профильного детско-юношеского оздоровительного лагеря на примере ..... области
27. Разработка водного тура в ..... с использованием игровых и соревновательных форм.
28. Разработка проекта мероприятия по совершенствованию менеджмента туристской фирмы «.....».

29. Разработка содержания и технология формирования профессиональных компетенций у .....
30. Современное состояние и перспективы развития детско-юношеского туризма в ..... области.
31. Современное состояние и перспективы развития курортного дела в .....регионе.
32. Современное состояние и перспективы развития лечебно-оздоровительного отдыха в .....
33. Современное состояние и перспективы развития рекреации и туризма в ..... области (крае).
34. Современное состояние и перспективы развития спортивного водного детско-юношеского туризма в .....
35. Современное состояние и перспективы развития туризма в ..... области (на примере города .....).
36. Современное состояние и перспективы сети «.....» в г. ....
37. Современное состояние религиозного туризма в ..... и разработка новых маршрутов.
38. Содержание и методика обучения ..... туристов массовых разрядов.
39. Содержание и методика патриотического воспитания детей ..... в процессе туристско-краеведческой деятельности.....
40. Содержание и методика преподавания краеведческих знаний и их значение в межпредметных связях в общеобразовательных школах (на примере конкретной школы).
41. Содержание и методика туристских походов со школьниками..... на основе краеведения.
42. Содержание и перспективы развития экологического туризма в .....
43. Социализация подростков в деятельности ..... туристской направленности в системе дополнительного образования.
44. Сравнительный анализ организации санаторно-курортного отдыха и лечения на ..... курортах .....
45. Тенденции развития регионального туризма в России (на примере .....области)»
46. Технология проведения физкультурно-оздоровительных анимационных программ в некатегорийных походах.....
47. Технология разработки рекреативно-оздоровительного содержания бизнес-плана развития туристской организации.....
48. Туристско-краеведческие ресурсы малых городов России на примере города .....
49. Туристско-рекреационные ресурсы и их развитие в городе .....
50. Физическая рекреация в досуговой деятельности .....
51. Технология экологического туризма при воспитании учащихся.....
52. Эффективность влияния ... походов (...занятий, программ, мероприятий и т.д.) на физическое состояние ..... (указать на что и социально-демографическую группу)
53. Технология (организация и содержание) рекреативно-оздоровительной деятельности населения (указать возрастную-половую группу) в (указать где: клуб, центр, фирма, район, область, город).

### **2.2.3. Методические рекомендации по выполнению и защите выпускной квалификационной работы**

#### **2.2.3.1. Требования к содержанию структурных элементов выпускной квалификационной работы**

ВКР должна иметь логично выстроенную структуру и отражать в систематизированной форме содержание проведенного исследования, его результаты и

практические рекомендации. Структура ВКР должна включать следующие составные части и разделы:

1. Титульный лист.
2. Оглавление.
3. Введение.
4. Глава 1. Обзор литературы по изучаемой проблеме.
5. Глава 2. Задачи, методы и организация исследования.
6. Глава 3. Результаты собственных исследований и их обсуждение.
7. Выводы.
8. Практические рекомендации.
9. Список литературы.
10. Приложения.

**Титульный лист** является первой страницей ВКР и имеет строго определенную форму. Образец оформления титульного листа выпускной квалификационной работы приведен в приложении 1.

**Задание на выполнение ВКР** оформляет руководитель ВКР, на основе которого вместе с обучающимся составляется график подготовки и выполнения выпускной квалификационной работы.

Руководители ВКР должен систематически контролировать ход выполнения ВКР в соответствии с графиком.

**Оглавление** размещают после титульного листа, начиная со следующей страницы, и продолжают на последующих листах (при необходимости).

Содержание ВКР включает в себя введение, наименование всех разделов (при необходимости – подразделов, пунктов), заключение, список использованных источников, обозначения приложений и их наименований с указанием страниц, с которых начинаются эти элементы ВКР.

**Введение** представляет собой наиболее ответственную часть выпускной квалификационной работы, поскольку содержит в сжатой форме все фундаментальные положения, обоснованию которых посвящена работа, и, как показывает практика, вызывает наибольшие трудности в написании.

Во введении должны быть отражены следующие вопросы:

- ✓ актуальность исследования;
- ✓ проблема исследования;
- ✓ цель исследования;
- ✓ объект;
- ✓ предмет;
- ✓ научная новизна;
- ✓ гипотеза;
- ✓ теоретическая и практическая значимость.

**Обоснование выбора темы работы и ее актуальности.** Под актуальностью исследования понимается степень важности для решения в данный момент конкретной проблемы. Обоснование актуальности темы должно занимать примерно 1-2 страницы введения и содержать объяснение того, почему к данной теме целесообразно обратиться именно сейчас, какова ее научная, практическая и социальная значимость, в каком состоянии находятся современные научные представления о предмете исследования.

Исходя из актуальности исследования, формируется проблема и круг вопросов, необходимых для ее решения. Далее следует определение цели работы с ее разложением по задачам исследования.

**Цель исследования** (формирует представление о том, какую проблему должен решить автор, выполняя исследование на заданную тему) и обоснование темы исследования, её новизну, практическую значимость, гипотезу, объект, предмет исследования.

**Объектом исследования** в работе является то, что исследуется, **предметом** служит то, что в объекте получает научное объяснение. Именно предмет исследования определяет его

тему.

**Научная новизна** исследования не является обязательным требованием в дипломной работе, однако некоторые ВКР содержат новую научную информацию.

**Гипотеза** - научное предположение, выдвигаемое для объяснения какого-либо явления, требующего теоретического или экспериментального обоснования. Гипотеза должна быть сформулирована чётко в соответствии с предметом исследования, поскольку наука о физической культуре является комплексной, взаимодействующей с медициной, биохимией, социологией, физиологией, и встречаются попытки формулирования гипотезы на языке других наук.

**Теоретическая и практическая значимость** темы работы заключается в том, какую значимость в сфере физической культуры может иметь её разработка.

**Методологическую базу исследования** составляют методы научного исследования, которые используются в исследовании и другие элементы научного инструментария: принципы, критерии, теории и т.д.

Основная часть ВКР как правило, состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе - *глава 1* - дается обзор литературы по изучаемой проблеме. В этой главе автор дает критический анализ работ различных исследователей по интересующей его теме, при этом должна четко чувствоваться позиция самого автора.

В практическом разделе (главы 2 и 3) излагаются результаты самостоятельно проведенного эксперимента.

**Основная часть ВКР** должна состоять из глав, разбитых на параграфы. Оптимальное число глав – 3, число параграфов в каждой главе – не менее 2-х.

Названия (заголовки) глав не должны дублировать название работы, а названия (заголовки) параграфов, в свою очередь, не должны совпадать с названиями глав (в этом случае все остальные главы и параграфы становятся излишними). Каждый из разделов имеет самостоятельное название, которое отражает содержание помещенного в них текста. Содержание глав и параграфов должно соответствовать теме дипломной работы и в совокупности полностью ее раскрывать. Изложение материала должно логически переходить из одного раздела в другой; все главы и параграфы работы должны последовательно решать поставленные во введении задачи. Поэтому названия (заголовки) глав и параграфов должны соответствовать по своей сути формулировкам этих задач. Каждая глава должна заканчиваться конкретными выводами - обобщениями. Их количество также примерно должно соответствовать количеству поставленных в работе задач.

**Первая глава** выпускной квалификационной работы является, как правило, теоретико-методологической. В ней рассматриваются ключевые теоретические вопросы (по теме выпускной квалификационной работы). Содержание первой главы сводится к рассмотрению сущности рассматриваемой проблемы, описанию состояния ее решения на современном этапе, кроме этого, в ней же приводятся изложенные в научной литературе теоретические концепции, научные положения и важнейшие понятия по избранной теме, а также методика проведения исследования.

**Вторая глава** содержит формулирование задач исследования, описание методов и организации исследования.

**Задачи** исследования конкретизируют и детализируют цель работы, отражают логику решения проблемы.

**Методы** исследования перечисляются и коротко характеризуются их применение в работе.

**Организация исследования** освещает вопросы описания контингента испытуемых, баз исследования, сроков и этапов исследования и их характеристики. Исследование проводится в два или более этапов. *На первом этапе* автором работы выполнены:

- анализ литературы;
- выбор и апробирование тестовых заданий;
- анкетный опрос специалистов;
- педагогические наблюдения;



- формирование состава занимающихся контрольной и экспериментальной (опытной) групп;

- составление программы педагогического эксперимента;
- проведение первого этапа педагогического эксперимента.

В период второго этапа исследования работа проводится по следующим направлениям:

- проведение второго этапа педагогического эксперимента;
- спортивно-педагогическое тестирование;
- хронометраж;
- обработка полученных результатов исследования;
- написание текста работы;
- оформление иллюстративного материала (таблицы, рисунки, графики и др.).

**Третья** глава раскрывает ход проведённого исследования и полученные результаты. Здесь представляют данные, полученные в ходе эксперимента, их интерпретация и обсуждение в соответствии с поставленными задачами. Данные иллюстрируются таблицами, рисунками. Заканчивается глава заключением, подводящим итоги её содержания.

**Заключение** представляет собой краткое логически стройное изложение главных полученных результатов и их соотношение с общей целью, гипотезой и задачами исследования по решению поставленной проблемы.

Текст заключения должен быть написан так, чтобы выводы соотносились с поставленными во введении целью и задачами исследования.

Основные выводы необходимо изложить в форме тезисов, в каждом из которых выделить и обосновать один конкретный вывод. Формулировки всех выводов должны быть предельно четкими, ясными, краткими и логически безупречными; давать полное представление о содержании, значимости, обоснованности и эффективности разработок.

Таким образом, заключение представляет собой окончательный, итоговый синтез всего ценного и значимого, существенного и нового, что содержится в ВКР.

Объем заключения, как правило, 3-8 страниц.

### **Оформление практических рекомендаций.**

Практические рекомендации составляются на основе полученных результатов исследования. Они содержат конкретные методические указания по использованию экспериментальных данных в практической деятельности.

### **Список использованных источников**

После заключения дается список литературы, в котором указываются все использованные обучающимся источники в алфавитном порядке и пронумерованные. При этом:

- список использованной литературы должен в разумном соотношении содержать названия учебников и учебных пособий, монографий, научных статей и публикаций в специальных изданиях (сборниках научных статей вузов, профессиональной периодике и т. п.), авторефератов диссертаций, статистики, если нужно – законодательных и нормативных правовых актов и пр. (в зависимости от предмета, по которому пишется ВКР и ее темы);

- число учебников и учебных пособий должно быть минимальным: ссылки на них можно делать при работе с терминологией, при отражении дискуссионных вопросов по теме ВКР. Но при этом ссылаться нужно не на название учебника, а на его автора;

- основной акцент следует делать на монографии, научные статьи и публикации, а также на фактические и практические материалы (статистику, аналитику, опыт работы в исследуемой сфере и т. д.). Это повышает научную и практическую ценность ВКР;

- не менее 80% названий в списке использованной литературы в ВКР должны датироваться пятью последними годами. Это также относится и к учебникам и учебным пособиям;

- при разработке определенных тем в ВКР бывает просто необходимо ссылаться на авторов и их работы прежних лет (1970-х – 2000-х гг. и даже ранее). Однако при этом обязательно нужно отразить современное состояние вопроса и привести в списке использованной литературы новые издания;

- если в ВКР автор ссылается на правовые источники (законы, нормативные правовые акты), то в списке использованной литературы обязательным является указание на последнюю редакцию правового акта (помимо источника его первой публикации). Без этого можно будет подумать, что обучающийся пользовался устаревшей или недействующей редакцией документа.

**Приложение** – часть работы, имеющая дополнительное, справочное или второстепенное значение, необходимая для более полного освещения темы работы. Приложения должны относиться к текстовому документу в целом.

Приложения включаются только в том случае, если имеются дополнительные и вспомогательные материалы, загромождающие текст основной части ВКР и на них есть ссылки в самой работе.

В качестве приложений, возможно, включать следующие материалы:

- акт внедрения результатов исследования в производство или в учебный процесс;
- заявка на патент или полезную модель;
- научная статья, опубликованная или представленная к публикации;
- отчет о НИР, представленный на конкурс студенческих работ;
- макеты устройств, пакеты прикладных программ, информация о докладах на конференциях по теме ВКР и др.
- список опубликованных научных работ по теме исследования (при их наличии);
- протоколы проведенных исследований и т.д.

Введение, каждая глава работы, выводы, практические рекомендации, список использованной литературы и приложения печатаются с новой страницы. Заголовки структурных элементов ВКР пишутся в середине строки прописными буквами без точки, не подчёркиваются. Страницы ВКР следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту. Номер страницы проставляют в центре верхней части листа без точки.

### 2.2.3.2. Требования к оформлению ВКР

Основной текст работы печатается через 1,5 интервал (27-30 строк на странице) и через 1 интервал (ссылки и сноски) шрифтом Times New Roman, размером 14 (основной текст), 12 – текст в ссылках, сносках и таблицах. Размер левого поля 30 мм, правого – 15 мм, верхнего и нижнего – по 20 мм. Текст работы выравнивается по ширине.

Текст печатается в строго последовательном порядке. Не допускаются разного рода текстовые вставки и дополнения, помещаемые на отдельных страницах или на оборотной стороне листа.

Сноски и подстрочные примечания печатаются на *той странице*, к которой они относятся.

Все страницы *нумеруются, начиная с третьей страницы* (титульный лист и содержание не нумеруются, но считаются первой и второй страницами).

Каждая новая глава начинается с *новой страницы*. Это же правило относится к другим основным структурным частям работы: введению, заключению, списку литературы, приложениям.

Разделы (подразделы, пункты и подпункты) должны иметь *порядковые номера* и записываться с абзацного отступа.

Заголовки глав располагаются *посередине* страницы (выравнивание по центру). Расстояние между заголовком **раздела (подраздела)** и последующим **текстом** должно быть равно *двум междустрочным интервалам, то есть одной пропущенной строке*; расстояние между заголовками **раздела и подраздела** должно быть равно *одному межстрочному интервалу, то есть без пропуска* строки.

Точку в конце заголовка, располагаемого посередине строки, не ставят. Перенос слов в заголовке не допускается. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Заголовок допускается выделить жирным шрифтом.

Таблицы, рисунки, схемы, графики, фотографии как в тексте работы, так и в приложении должны быть выполнены на стандартных листах размером 210x297 мм. Подписи и пояснения к схемам, рисункам, иллюстрациям и т.п. должны быть с лицевой стороны.

**Объем ВКР** - введение, основной текст, заключение и список использованных источников и литературы (без приложений) составляет *в среднем 40-50 (не более 60)* машинописных страниц.

Особое внимание в исследовании должно быть уделено правильному оформлению научного (понятийного) аппарата по использованным источникам (сноски и ссылки в тексте работы).

В работе **недопустимо** дословное переписывание (копирование) содержания используемых первоисточников, допускается только их цитирование. Для этого по месту расположения относительно текста работы допускаются подстрочные библиографические ссылки. Ссылки являются обязательным элементом научного исследования, по ним судят об источниковедческой базе, ее полноте, оригинальности.

Оформление ссылок производится согласно правилам, изложенным в ГОСТ Р 7.0.52008 «Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления».

*Пример оформления ссылки:*

Ссылка на *авторскую книгу*: указываются фамилия и инициалы автора (соавторов), название книги, под чьей редакцией она выходит (если известно), место издания (город, год издания, номер тома, номер страницы (например: Аксютин Ю. В. Хрущевская «оттепель» и общественные настроения в СССР в 1953-1964 гг. / Ю.В.Аксютин. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН); Фонд «Президентский центр Б.Н.Ельцина», 2010. С. 23).

Ссылка на статью в сборнике: указываются фамилия и инициалы автора (соавторов), название статьи, название сборника, под чьей редакцией он выходит, место издания (город), год издания, номер выпуска, номер страницы (например: Алексева М.С. Социальнокультурные предпосылки преобразовательных процессов в сфере гуманитарного образования в России // Социально-гуманитарное образование в России: проблемы и перспективы. Сборник научных статей VII Годичных чтений Гуманитарного факультета ПССИ / Под ред. проф. В. М. Горшенева. Ярославль, 1979. Вып. 1. С. 57—58).

Ссылка на журнальную статью: указываются фамилия и инициалы автора (соавторов), название статьи, название журнала, год издания, номер (том, выпуск), номер страницы (например: Сухов А. Н. Психологический феномен научной карьеры // Человеческий капитал. 2015. № 3. (75). С.25).

Ссылка на автореферат диссертации: указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место издания (город), год издания, номер страницы (например: Саркисян М.В. Архетипические основания творчества Андрея Белого: автореферат дис. ... кандидата культурологи: М., 2003.С.20).

Если цитата приведена не по первоисточнику, указываются данные источника цитирования с уточнением («Цит. по:...»).

Знак сноски в тексте ставится перед знаком препинания (точкой, запятой, двоеточием, точкой с запятой) (например: «Как полагали А. И. Косарев, а также иные ученые...»).

Источники в библиографическом списке компонуются по разделам:

- Нормативно-правовые акты;
- Документы архивов;
- Справочные и статистические издания;
- Учебная литература - Научная литература
- Периодические издания - Интернет-ресурсы и т.п.

Способы расположения материала в списке могут быть следующие: алфавитный, хронологический, по видам изданий, по характеру содержания, по мере появления в тексте.

- при алфавитном способе фамилии авторов и заглавий произведений (если автор не указан) размещаются строго по алфавиту. В одном списке использованных источников разные алфавиты не смешиваются, иностранные издания обычно размещают в конце перечня всех материалов. Принципы расположения в алфавитном списке: - "слово за словом", т.е. при совпадении первых слов - по алфавиту вторых и т.д., при нескольких работах одного автора - по алфавиту заглавий, при авторах-однофамильцах - по идентифицирующим признакам (младший, старший, отец, сын - от старших к младшим), при нескольких работах авторов, написанных им в соавторстве с другими - по алфавиту фамилий соавторов.

- хронологический список (составленный по году издания) целесообразен в том случае, когда основная задача списка - отразить развитие научной идеи. Принцип расположения заключается в следующем: описания под одним годом издания - по алфавиту фамилий авторов и основных заглавий (при описании под заглавием), описания на других языках, чем язык ВКР в алфавите названий языков; описание книг и статей - под своим годом издания, но в пределах одного года обычно сначала книги, потом статьи; описание книг, созданных самостоятельно и в соавторстве - в списке книг одного автора под одним годом сначала самостоятельно созданные, затем в соавторстве.

- список по видам изданий используется для систематизации тематически однородной литературы. При составлении таких списков обычно выделяются такие группы изданий: официальные государственные, нормативно-инструктивные, монографические, справочные и др. Их порядок и состав определяется назначением списка и содержанием его записей. Список по видам изданий целесообразен в работах по юриспруденции.

- список, построенный по характеру содержания описанных в нем источников, применяется в работах с небольшим объемом использованной литературы. Порядок расположения основных групп записей здесь таков: сначала общие или основополагающие работы, затем источники более частные, конкретного характера.

- в списке, составленном по порядку упоминания в тексте, сведения об использованных источниках следует нумеровать цифрами с точкой. Связь ссылок и библиографического списка устанавливается по номеру источника или произведения в списке, заключенного в квадратные скобки.

При оформлении списка использованных источников указываются все основные сведения об издании: фамилия и инициалы автора, название книги, место издания, название издательства и количество страниц. Для статей, опубликованных в периодических изданиях необходимо указывать наименование издания, номер, год, а также занимаемые страницы.

Внутри разделов источники располагаются в алфавитном порядке: по алфавиту фамилий авторов или заглавий документов.

**Число источников в библиографическом списке выпускной квалификационной работы не может быть меньше 25-30 наименований.**

Фамилии, названия учреждений и другие имена собственные в тексте ВКР приводят на языке оригинала. Допускается транслитерировать имена собственные и приводить названия учреждений в переводе на русский язык с добавлением (при первом упоминании) оригинального названия. Имена следует писать в следующем порядке: фамилия, имя, отчество или – фамилия, инициалы через пробелы, при этом не допускается перенос инициалов отдельно от фамилии на следующую строку.

Сокращение русских слов и словосочетаний в тексте ВКР выполняется по ГОСТ 7.1293 СИБИД. Библиографическая запись. Сокращение слов на русском языке. Общие требования и правила, сокращение слов на иностранных европейских языках – по ГОСТ 7.11-2004. (ИСО 832:1994) СИБИД. Библиографическая запись. Сокращение слов и словосочетаний на иностранных европейских языках (Разделы 1-5, Приложение А). Не допускаются сокращения следующих слов и словосочетаний: «так как», «так называемый», «таким образом», «так что», «, например,». Если в ВКР принята особая система сокращения слов и наименований, то перечень принятых сокращений должен быть приведен в

структурном элементе ВКР «Определения, обозначения и сокращения». В тексте ВКР, кроме общепринятых буквенных аббревиатур, допускается использовать введенные их авторами буквенные аббревиатуры, сокращённо обозначающие какие-либо понятия из соответствующих областей знания. При этом первое упоминание таких аббревиатур указывается в круглых скобках после полного наименования, в дальнейшем они употребляются в тексте без расшифровки.

#### **Нумерация разделов, подразделов, пунктов, подпунктов**

Наименования структурных элементов «ОГЛАВЛЕНИЕ», «ВВЕДЕНИЕ», «ЗАКЛЮЧЕНИЕ», «СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ» являются заголовками структурных элементов ВКР.

Заголовки структурных элементов ВКР пишутся в середине строки прописными буквами без точки, не подчёркиваются.

Каждый структурный элемент ВКР следует печатать с нового листа (страницы), в том числе разделы основной части.

Разделы, подразделы, пункты и подпункты следует нумеровать арабскими цифрами и записывать с абзацного отступа. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего текста, за исключением приложений. Пример – 1, 2, 3 и т. д.

Подразделы нумеруются в пределах раздела. Номер подраздела включает номер раздела и подраздела, разделённые точкой. Например, 1.1, 1.2, 1.3 и т. д.

Пункты должны иметь порядковую нумерацию в пределах каждого подраздела. Номер пункта включает номер раздела и порядковый номер подраздела и пункта, разделённые точкой. Например, 1.1.1, 1.1.2 и т. д.

Номер подпункта включает номер раздела, подраздела, пункта и порядковый номер подпункта, разделённые точкой. Например, 1.1.1.1, 1.1.1.2 и т. д. Если раздел состоит из одного подраздела, то подраздел не нумеруется. Если подраздел состоит из одного пункта, то пункт не нумеруется. Если пункт состоит из одного подпункта, то подпункт не нумеруется. После номера раздела, подраздела, пункта и подпункта в тексте точку не ставят.

Разделы, подразделы должны иметь заголовки. Заголовки должны четко и кратко отражать содержание разделов, подразделов.

Заголовки разделов, подразделов следует печатать с абзацного отступа с прописной буквы без точки в конце, не подчеркивая. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Переносы слов в заголовках не допускаются. Заголовок подраздела не должен быть последней строкой на странице.

Перед каждым элементом перечисления следует ставить дефис. При необходимости ссылки в тексте ВКР на один из элементов перечисления вместо дефиса ставятся строчные буквы в порядке русского алфавита, начиная с буквы, а (за исключением ё, з, й, о, ч, ь, ы, ь). Для дальнейшей детализации перечислений необходимо использовать арабские цифры, после которых ставится скобка, а запись производится с абзацного отступа. Например, а) текст 1) текст 2) текст в) текст

#### **Нумерация страниц**

Страницы ВКР следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту. Номер страницы проставляют *в центре верхней части листа* без точки.

Титульный лист, задание на ВКР (при его наличии) и содержание включают в общую нумерацию страниц ВКР, номера страниц на них не проставляют. Задание на ВКР вкладывается во вшитый файл и не нумеруется.

Иллюстрации и таблицы, размещенные в тексте ВКР на отдельных листах, включают в общую нумерацию страниц. Иллюстрации и таблицы на листе формата А3 (297×420) учитывают, как одну страницу.

Нумерация страниц ВКР и приложений, входящих в состав ВКР, должна быть сквозная. **Формулы**

Формулы следует выделять из текста в отдельную строку, если они являются длинными и громоздкими, содержат знаки суммирования, произведения, дифференцирования, интегрирования.

Если формула не умещается в одну строку, то она должна быть перенесена после знака равенства (=) или после знаков плюс (+), минус (-), умножения (x), деления (:), или других математических знаков, причем знак в начале следующей строки повторяют. При переносе формулы на знаке, символизирующем операцию умножения, применяют знак «x». Выше и ниже каждой формулы должно быть оставлено не менее одной свободной строки.

Если формулы являются простыми, короткими, не имеющими самостоятельного значения и не пронумерованными, то допустимо их размещение в тексте (без выделения отдельной строки).

После формулы помещают перечень всех принятых в формуле символов с расшифровкой их значений и указанием размерности (если в этом есть необходимость). Буквенные обозначения дают в той же последовательности, в которой они приведены в формуле. Первая строка пояснения должна начинаться с абзацного отступа со слова «где» без двоеточия.

Формулы нумеруются сквозной нумерацией в пределах всей ВКР арабскими цифрами. Номер формулы указывают в круглых скобках в крайнем правом положении на строке.

### **Иллюстрации**

Иллюстрации (чертежи, графики, диаграммы, схемы), помещаемые в ВКР, должны соответствовать требованиям ГОСТ 2.001-2013 Единая система конструкторской документации (ЕСКД). Общие положения (с Поправкой). Все иллюстрации в тексте ВКР (графики, чертежи, схемы, диаграммы и др.) размещают непосредственно после первой ссылки на них (или на следующей странице) и обозначают словом «Рисунок».

На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте ВКР.

Иллюстрации, за исключением иллюстраций приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией. Если рисунок один, то он обозначается «Рисунок 1». Иллюстрации должны иметь наименование и при необходимости – пояснительные данные (подрисовочный текст). Если текст пояснительных данных приводится над номером рисунка, то допускается понижение шрифта (кегель 12). Пояснения, приводимые в тексте, выполняются обычным шрифтом (кегель 14).

После номера рисунка ставится тире, наименование пишется с прописной буквы. Слово «Рисунок» и наименование помещают после пояснительных данных и располагают посередине строки.

Иллюстрации должны выполняться на белой непрозрачной бумаге. Допускается выполнение чертежей, графиков, диаграмм, схем посредством использования компьютерной печати, в том числе и цветные. Если чертежи, схемы, диаграммы, рисунки и /или другой графический материал невозможно выполнить с помощью компьютерной техники, то используют чёрную тушь или пасту.

Фотоснимки размером меньше формата А4 должны быть наклеены на стандартные листы белой бумаги.

### **Таблицы**

На все таблицы в тексте должны быть ссылки. Таблица должна располагаться непосредственно после текста, в котором она упоминается впервые, или на следующей странице. Все таблицы нумеруются, нумерация сквозная или в пределах раздела, в последнем случае номер таблицы состоит из номера раздела и порядкового номера внутри раздела, разделенных точкой (например: Таблица 1.2).

Слово «Таблица» пишется полностью. Наличие у таблицы собственного названия обязательно. Название состоит из «Таблица», номера, тире и названия. Название таблицы следует помещать над таблицей слева, без абзацного отступа в одну строку с ее номером через тире (например, «Таблица 3 - Название»). Точка в конце названия не ставится.

Пример:

Таблица 3 - Соотношение запасов и источников их формирования

Показатель	Первый отчетный период, млн.руб.	Второй отчетный период, млн.руб.	Темп роста, %
Запасы и затраты	4 303,00	5 880,00	136,65
Рабочий капитал	8 831,00	3 334,00	37,75
Нормальные источники формирования запасов (НИФЗ)	23 028,00	16 719,00	72,60

В каждой таблице следует указывать единицы измерения показателей, и период времени, к которому относятся данные. Если единица измерения в таблице является общей для всех числовых табличных данных, то ее приводят в заголовке таблицы после ее названия.

При отсутствии отдельных данных в таблице следует ставить прочерк (тире).

При переносе таблицы на следующую страницу название помещают только над первой частью, при этом нижнюю горизонтальную черту, ограничивающую первую часть таблицы, не проводят. Над другими частями также слева пишут слово «Продолжение» и указывают номер таблицы (например, Продолжение таблицы 1).

Заголовки столбцов и строк таблицы следует писать с прописной буквы в единственном числе, а подзаголовки столбцов - со строчной буквы, если они составляют одно предложение с заголовком, или с прописной буквы, если они имеют самостоятельное значение. В конце заголовков и подзаголовков столбцов и строк точки не ставят. Заголовки столбцов, как правило, записывают параллельно строкам таблицы, но при необходимости допускается их перпендикулярное расположение.

Горизонтальные и вертикальные линии, разграничивающие строки таблицы, допускается не проводить, если их отсутствие не затрудняет пользование таблицей. Но головка таблицы должна быть отделена линией от остальной части таблицы.

Цифровой материал, как правило, оформляют в виде таблиц.

На все таблицы в тексте ВКР должны быть ссылки.

Допускается применять в таблице размер шрифта меньший, чем в тексте (кегель 12). Горизонтальные и вертикальные линии, разграничивающие строки таблицы, допускается не проводить, если их отсутствие не затрудняет пользование таблицей.

Все графы таблицы должны иметь заголовки. Заголовки граф и строк таблицы следует писать с прописной буквы, а подзаголовки граф – со строчной буквы, если они составляют одно предложение с заголовком, или с прописной буквы, если они имеют самостоятельное значение. В конце заголовков и подзаголовков таблиц точки не ставят. Заголовки и подзаголовки граф указывают в единственном числе. Заголовок каждой графы должен располагаться непосредственно над ней. Обозначения, приведенные в заголовках граф таблицы, должны быть пояснены в тексте или графическом материале.

Каждая таблица должна иметь порядковый номер в пределах всей ВКР.

### **2.2.3.3. Подготовка ВКР к процедуре защиты**

ПССИ утверждает перечень тем ВКР, предлагаемых обучающимся, и доводит его до сведения обучающихся не позднее, чем за 6 месяцев до даты начала ГИА.

По письменному заявлению обучающегося (нескольких обучающихся, выполняющих ВКР совместно) ПССИ может в установленном порядке предоставить обучающемуся (обучающимся) возможность подготовки и защиты ВКР по теме, предложенной обучающимся (обучающимися), в случае обоснованности целесообразности ее разработки для практического применения в соответствующей области профессиональной деятельности или на конкретном объекте профессиональной деятельности.

Обучающийся реализует право выбора темы ВКР путем подачи заявления на закрепление темы ВКР.

Темы ВКР должны быть актуальными, соответствовать профилю *направления подготовки*, учитывать отраслевую специфику и направленность деятельности ПССИ, потребностей экономической, политической, социальной и других сфер, современное состояние и перспективы развития науки.

Для подготовки ВКР за обучающимся (несколькими обучающимися, выполняющими ВКР совместно) закрепляется руководитель ВКР из числа работников ПССИ и при необходимости консультант (консультанты).

Закрепление за обучающимися тем ВКР, назначение руководителей и консультантов осуществляется приказом ПССИ на основании выписки из заседания учебного подразделения.

После издания приказа ПССИ о закреплении тем ВКР изменение тем ВКР не допускается.

После завершения подготовки обучающимся ВКР руководитель ВКР готовит письменный отзыв о работе обучающегося в период подготовки ВКР (далее - «Отзыв»). В случае выполнения ВКР несколькими обучающимися руководитель ВКР представляет в организацию отзыв об их совместной работе в период подготовки ВКР.

Обязанность и ответственность руководителя ВКР:

- согласование задания на выполнение ВКР.
- оказание помощи обучающемуся в выборе темы ВКР, подборе необходимой литературы и планировании исследования; осуществление консультирования по вопросам содержания и последовательности выполнения ВКР;
- организация подготовки ВКР обучающимся;
- проверка оформления ВКР и подготовка сканированной копии титульного листа с подписью.
- написание письменного отзыва о работе обучающегося (обучающихся) в период подготовки ВКР.

Учебное подразделение обеспечивает ознакомление обучающегося с отзывом не позднее чем за 5 календарных дней до дня защиты ВКР.

ВКР, отзыв передаются в государственную экзаменационную комиссию не позднее чем за 2 календарных дня до дня защиты.

Публичная защита ВКР является обязательным компонентом ГИА обучающегося.

Учебное подразделение вправе назначить обучающимся предзащиту ВКР. За две недели до предзащиты до обучающегося доводится информация о дате и времени ее проведения.

Обучающийся, допущенный к защите ВКР, обязан за две недели до защиты ВКР разместить в личном кабинете обучающегося электронный файл, в котором последовательно сохранены ВКР, отзыв, справка о результатах проверки на объем заимствования, в том числе содержательного, выявления неправомерных заимствований).

Требования к электронному файлу: электронный файл должен быть сохранен в формате pdf, с функцией ограничения редактирования.

Электронный файл направляется в ГЭК не позднее чем за два календарных дня до дня защиты ВКР.

ВКР подлежит размещению в электронно-библиотечной системе ПССИ и проверке на объем заимствований. Порядок размещения текстов ВКР в электронной библиотечной



системе ПССИ, проверки на объем заимствования, в том числе содержательного, выявления неправомерных заимствований устанавливается Положением о проверке корректности заимствований в письменных работах, обучающихся по программам высшего образования в ПССИ.

Доступ лиц к текстам ВКР должен быть обеспечен в соответствии с законодательством Российской Федерации, с учетом изъятия по решению правообладателя производственных, технических, экономических, организационных и других сведений, в том числе о результатах интеллектуальной деятельности в научно-технической сфере, о способах осуществления профессиональной деятельности, которые имеют действительную или потенциальную коммерческую ценность в силу неизвестности их третьим лицам.

#### **2.2.4. Перечень рекомендуемой литературы для подготовки выпускной квалификационной работы** **Основная литература:**

1. Даниярова, Н. Н. Методики обследования физического развития и функциональной подготовленности в физической культуре и спорте : учебное пособие / Н. Н. Даниярова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 121 с. — ISBN 978-5-4497-2509-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/134532.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/134532>.

2. Имангулова, Т. В. Методика научно-исследовательской работы в туризме : учебное пособие / Т. В. Имангулова, А. В. Губаренко, М. Н. Абдикаримова. — Алматы : Казахская академия спорта и туризма, 2021. — 164 с. — ISBN 978-601-354-010-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133709.html>. — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

3. Пономарёв, И. Ф. Методология научных исследований : учебное пособие / И. Ф. Пономарёв, Э. И. Полякова. — Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2023. — 216 с. — ISBN 978-5-9729-1430-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133002.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

4. Научно-методическая деятельность : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020. — 123 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/95405.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

#### **Дополнительная литература:**

1. Жмудь, В. А. Методы научных исследований : учебное пособие / В. А. Жмудь. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 344 с. — ISBN 978-5-4497-2363-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133157.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/133157>

2. Хлыстунов, В. Ф. Оформление графиков и диаграмм в научных работах : учебное пособие / В. Ф. Хлыстунов. — Ростов-на-Дону : Донской итоговый технический университет, 2022. — 46 с. — ISBN 978-5-7890-2056-2. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/130419.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3. Подготовка и защита выпускной квалификационной работы. Бакалаврской работы : методические указания для обучающихся по направлению подготовки бакалавриата «Менеджмент», профиль «Международный менеджмент» / составители В. Ю. Сапрыкина. — Краснодар, Саратов : Южный институт менеджмента, Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 45 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/75088.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

1. Электронная библиотечная система [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
2. Образовательная платформа ЮРАЙТ <https://urait.ru/>
3. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/>

### 2.2.5. Критерии оценки по результатам защиты выпускной квалификационной работы

Описание критериев оценивания результатов защиты ВКР	Оценка ВКР/ Уровень сформированности компетенций
<p>Тема работы соответствует проблематике направления; в работе правильно определены объект и предмет исследования; в работе обучающийся продемонстрировал понимание закономерностей развития и знание практики; содержание работы показывает, что цели исследования достигнуты, конкретные задачи получили полное и аргументированное решение; сбор фактического материала осуществляется с использованием адекватных методов и методик; фактический материал репрезентативен (по числу использованных методик и объему выборки); в работе отсутствуют фактические ошибки; в работе получены значимые результаты и сделаны убедительные выводы; отсутствуют элементы некорректного заимствования; оформление работы соответствует требованиям; структура работы отражает логику изложения процесса исследования; в работе ставятся цели и перечисляются конкретные задачи исследования, делаются аргументированные умозаключения и приводятся выводы по всем главам работы;</p> <p>в заключении обобщается весь ход исследования, излагаются основные результаты проведенного анализа, подчеркивается практическая значимость предложений и разработок; список использованной литературы составлен в соответствии с правилами библиографического описания и насчитывает число источников, достаточное для раскрытия темы исследования; работа не содержит орфографических ошибок, опечаток и других технических погрешностей; язык и стиль изложения соответствует нормам русского языка; обучающийся демонстрирует знание терминологической базы исследования, умение оперировать ею; умение пользоваться научным стилем речи; умение представить работу в научном контексте; – умение концептуально и системно рассматривать проблему исследования; имеется положительный отзыв руководителя ВКР о работе обучающегося в период написания ВКР; обучающийся на защите проявил достаточный уровень знания и понимания теоретических проблем, связанных с темой исследования; обучающийся на защите проявил достаточное понимание практических проблем, связанных с темой исследования; доклад/ презентация полно, аргументированно и наглядно представляет результаты исследования; обучающийся отвечает на все заданные вопросы правильно, предоставляя полную и развернутую информацию</p>	<p>Оценка «ОТЛИЧНО» / Уровень сформированности компетенций «ВЫСОКИЙ»</p>

<p>Содержание работы не в полной мере соответствует изложенным выше требованиям, предъявляемым к работе с оценкой «отлично»; анализ конкретного материала в работе проведен с незначительными отступлениями от требований, предъявляемых к работе с оценкой «отлично»; фактический материал в целом репрезентативен; структура работы в основном соответствует изложенным требованиям; выводы и/или заключение работы неполны; оформление работы в основном соответствует изложенным требованиям; работа содержит ряд орфографических ошибок, опечаток, есть и другие технические погрешности; обучающийся демонстрирует знание основных исследуемых понятий, умение оперировать ими; обучающийся демонстрирует умение анализировать информацию в области предмета исследования;</p> <p>– обучающийся демонстрирует умение защитить основные положения своей работы; на защите проявил недостаточный уровень знания и понимания теоретических проблем, связанных с темой исследования; обучающийся на защите не проявил достаточно понимания практических проблем по теме исследования; допускает единичные (негрубые) стилистические и речевые погрешности; имеется положительный отзыв руководителя ВКР о работе обучающегося в период написания ВКР; обучающийся отвечает на большую часть (порядка 70%) заданных вопросов членов ГЭК правильно.</p>	<p>Оценка «ХОРОШО» / Уровень сформированности компетенций «ПРОДВИНУТЫЙ»</p>
<p>Содержание работы не соответствует одному или нескольким требованиям, предъявляемым к работе с оценкой «хорошо»; обучающийся на защите не проявил достаточного знания и понимания теоретических проблем, связанных с темой исследования; фактический материал недостаточно репрезентативен (по числу использованных методик или по объему выборки); анализ материала проведен поверхностно, без использования обоснованного и адекватного метода интерпретации языковых или литературных фактов; исследуемый материал недостаточен для мотивированных выводов по заявленной теме; в работе допущен ряд фактических ошибок; отсутствуют выводы по главам, заключение не отражает теоретической значимости результатов исследования; список использованной литературы содержит недостаточное число источников, доля современных источников не соответствует требованиям; оформление работы в целом соответствует изложенным выше требованиям; в работе много орфографических ошибок, опечаток и других технических недостатков; список использованной литературы оформлен с нарушением правил библиографического описания источников; речь обучающегося не соответствует нормам русского научного стиля речи; на защите обучающийся проявил недостаточный уровень знания и понимания теоретических и практических проблем, связанных с темой исследования; обучающийся демонстрирует компилятивность теоретической части работы,</p>	<p>Оценка «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» / Уровень сформированности компетенций «Пороговый»</p>

<p>недостаточно глубокий анализ материала; обучающийся на защите демонстрирует посредственную защиту основных положений работы; имеются стилистические и речевые ошибки; имеется положительный отзыв руководителя ВКР о работе обучающегося в период написания ВКР; обучающийся при ответе на вопросы членов ГЭК допускает ошибки, неточности.</p>	
<p>Содержание работы не соответствует требованиям, предъявляемым к работам с оценкой «удовлетворительно»; в работе установлены части, написанные иным лицом; работа выполнена самостоятельно, обучающийся на защите не может обосновать результаты представленного исследования; сбор и анализ фактического материала носит фрагментарный, произвольный и/или неполный характер; в работе много фактических ошибок; фактический материал недостаточен для раскрытия заявленной темы; структура работы нарушает требования к изложению хода исследования; выводы отсутствуют или не отражают теоретические положения, обсуждаемые в соответствующих главах работы; список используемой литературы не отражает проблематику, связанную с темой исследования, отсутствуют современные источники; оформление работы не соответствует предъявляемым требованиям; в работе много орфографических ошибок, опечаток и других технических недостатков; список используемой литературы оформлен с нарушением правил библиографического описания источников; язык не соответствует нормам русского научного стиля речи; на защите обучающийся проявил низкий уровень знания и понимания теоретических проблем, связанных с темой исследования; доклад/ презентация не отражает результатов исследования; обучающийся не способен (отказывается) ответить на вопросы членов ГЭК.</p>	<p>Оценка «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» / Уровень сформированности компетенций «НЕДОСТАТОЧНЫЙ»</p>

**Защита выпускной квалификационной работы оценивается с учетом:**

1. Содержания и формальных критериев ВКР
2. Отзывы руководителя ВКР
3. Качества презентации ВКР и ответов обучающегося на вопросы членов ГЭК.

Общую оценку за выпускную квалификационную работу выводят члены итоговой экзаменационной комиссии на коллегиальной основе с учетом соответствия содержания заявленной темы, глубины ее раскрытия, соответствия оформления принятым стандартам, владения теоретическим материалом, грамотности его изложения, проявленной способности выпускника продемонстрировать собственное видение проблемы и умение мотивированно его обосновать.

После окончания защиты выпускных квалификационных работ итоговой экзаменационной комиссией обсуждаются результаты защиты и большинством голосов выносится решение об уровне сформированности компетенций, выносимых на государственную итоговую аттестацию, и выставляется соответствующая оценка.

**Типичные недостатки ВКР, влияющие на результат защиты (оценку).**

1. Оформление:
  - наличие неисправленных опечаток и пропущенных строк;
  - отсутствие названий таблиц, графиков, гистограмм;

- отсутствие пояснений и условных обозначений к таблицам и графикам;
- отсутствие авторской интерпретации содержания таблиц и графиков;
- отсутствие в работе «Введения», «Заключения», или и того и другого;
- наличие ошибок в оформлении библиографии;
- пропуск в оглавлении отдельных параграфов, глав.

## 2. Недостатки основной части работы:

- использование устаревших источников и материалов;
- наличие фактических ошибок в изложении чужих экспериментальных результатов или теоретических позиций;
  - отсутствие упоминаний важных литературных источников, имеющих прямое отношение к решаемой проблеме и опубликованных в доступной для обучающегося литературе не менее двух лет назад;
  - использование заимствованных фрагментов текстов без указания их источника (в том числе – ВКР других обучающихся);
  - отсутствие анализа зарубежных работ, посвященных проблеме исследования;
  - отсутствие анализа отечественных работ, посвященных проблеме исследования;
  - теоретическая часть не завершается выводами и формулировкой предмета собственного практического исследования;
  - название работы не отражает её реальное содержание;
  - несоответствие теоретической и практической частей работы;
  - имеет место совпадение формулировки проблемы, цели, задач работы;
  - в работе отсутствует интерпретация полученных результатов, выводы построены как констатация первичных данных;
  - полученные результаты автор не пытается соотнести с результатами других исследователей, чьи работы он обсуждал в теоретической части;
  - автор использует данные других исследователей без ссылки на их работы, где эти результаты опубликованы.

## ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения
1.	<p>Утверждены и введены в действие решением кафедры Физической культуры, спорта и АФК на основании Федерального итогового образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 г. № 943.</p>	<p style="text-align: center;">Протокол заседания кафедры от "19" __12__ 2024 года</p>	

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОДОЛЬСКИЙ СОЦИАЛЬНО - СПОРТИВНЫЙ ИНСТИТУТ»**

---

---

**Кафедра физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры**

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

Тема:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Студента:

\_\_\_\_\_

Направление:

\_\_\_\_\_

Группы:

\_\_\_\_\_

Руководитель:

\_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 г.

**ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ**

Заведующий кафедрой физической культуры, спорта и  
адаптивной физической культуры

\_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 г.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 г.

\_\_\_\_\_

(подпись студента)

Подольск 202\_

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ .....3

ГЛАВА 1 НАИМЕНОВАНИЕ ПЕРВОГО РАЗДЕЛА .....	7
1.1 Наименование первого подраздела (параграфа).....	7
1.2 Наименование второго подраздела (параграфа).....	12
1.3 Наименование третьего подраздела (параграфа).....	21
ГЛАВА 2 ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	35
2.1 Задачи исследования.....	35
2.2 Методы исследования.....	35
2.3 Организация исследования.....	37
ГЛАВА 3 ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	40
3.1 Наименование первого подраздела (параграфа).....	40
3.2 Наименование второго подраздела (параграфа).....	41
3.3 Наименование третьего подраздела (параграфа).....	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	55
ВЫВОДЫ.....	57
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	59
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	65