

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 1»

**ПРИКАЗ**

07.10.2024

№ 379

Санкт-Петербург

**Об утверждении Положения о выпускной квалификационной работе обучающихся по программе среднего профессионального образования в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва № 1» и методических указаний по выполнению выпускных квалификационных работ по специальности 49.02.01 Физическая культура**

В соответствии со статьей 59 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 08.11.2021 № 800 «Об утверждении порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования», п. 24 приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.08.2022 № 762 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования», ГОСТ 7.32-2017 Отчет о научно-исследовательской работе, на основании Положения о порядке государственной итоговой аттестации по образовательной программе среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва №1»

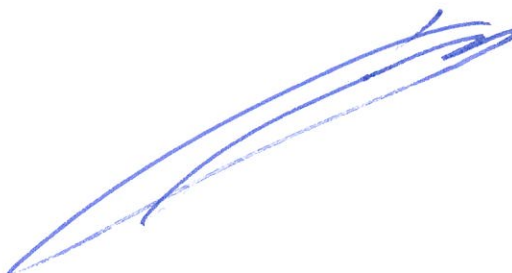
**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить и ввести в действие с 08.10.2024 Положение «О выпускной квалификационной работе обучающихся по программе среднего профессионального образования в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва № 1» согласно приложению 1 к настоящему приказу.
2. Утвердить и ввести в действие с 08.10.2024 Методические указания по выполнению выпускных квалификационных работ по специальности 49.02.01 Физическая культура согласно приложению 2 к настоящему приказу.
3. Признать утратившим силу Положение «О выпускной квалификационной работе обучающихся по программе среднего профессионального образования в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном

образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва № 1» и Методические указания по выполнению выпускных квалификационных работ по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденные приказом от 11.08.2023 № 244.

4. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя директора по учебно-воспитательной работе Бакулину Людмилу Викторовну.

**Директор**

A handwritten signature in blue ink, consisting of several overlapping, fluid strokes that form a cursive, somewhat abstract shape.

**В.А. Кузнецов**

Приложение № 1 к приказу  
от 07.10.2024 № 379

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Училище олимпийского резерва № 1»

УТВЕРЖДЕНО  
приказом СПб ГБПОУ «УОР № 1»  
от 07.10.2024 № 379

**ПОЛОЖЕНИЕ  
О ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПО ПРОГРАММЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ  
БЮДЖЕТНОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
УЧРЕЖДЕНИИ «УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА №1»**

Санкт-Петербург  
2024

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее положение разработано на основе Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ, ГОСТ 7.32-2017 Отчет о научно-исследовательской работе, ГОСТ 7.0.5-2008 «Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления»; ГОСТ Р 7.0.100-2018. Национальный стандарт Российской Федерации. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления, ГОСТ 7.82-2001 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Описание электронных ресурсов», в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 8 ноября 2021 г. № 800 «Об утверждении порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего профессионального образования», с учетом Методических рекомендаций по организации выполнения и защиты выпускной квалификационной работы в образовательных организациях, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена, направленных письмом Минобрнауки России от 20.07.2015 № 06-846.

1.2. Настоящее положение устанавливает требования к структуре, содержанию, организации выполнения и оформления, а также защиты выпускной квалификационной работы, как самостоятельного вида учебной деятельности, на основе нормативных документов к данному виду работ.

1.3. Выпускная квалификационная работа (далее – ВКР) является конечным этапом подготовки специалиста среднего звена в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва № 1» (далее – Училище) и показывает уровень сформированности его общих и профессиональных компетенций, степень его готовности к решению теоретических и практических задач по избранной специальности в предстоящей профессиональной деятельности.

1.4. Государственная итоговая аттестация включает подготовку и защиту выпускной квалификационной работы (дипломная работа, дипломный проект).

1.5. Выпускная квалификационная работа является документом, выполняемым студентом по учебному плану на завершающем этапе обучения в Училище, и представляет собой комплексную самостоятельную практическую работу, соответствующую содержанию одного или нескольких профессиональных модулей.

1.6. Основными целями при выполнении ВКР являются:

– систематизация, закрепление и расширение теоретических и практических знаний по специальности и применение этих знаний при решении конкретных научных, экономических, административных и производственных задач;

– развитие навыков ведения самостоятельной работы, анализа и овладения методикой исследования и экспериментирования при решении разрабатываемых в квалификационной работе проблем;

– выявление уровня подготовленности студентов для самостоятельной работы в процессе предстоящей профессиональной деятельности.

1.7. В ходе выполнения ВКР решаются следующие задачи:

– систематизируется и анализируется теоретический материал по теме выпускной квалификационной работы;

– определяются объект, предмет, гипотеза (при наличии), методы исследования;

– формулируется практическая значимость;

– осуществляется сбор статистических данных, необходимых для анализа по теме исследования;

– проводится анализ собранной информации;

– формируются решения и предложения, исходя из результатов анализа.

1.8. Необходимым условием допуска к государственной итоговой аттестации (подготовке и защите ВКР) является представление документов, подтверждающих освоение студентами компетенций при изучении теоретического материала и прохождении практики по каждому из основных видов профессиональной деятельности.

1.9. Подготовка и защита ВКР являются проверкой качества полученных студентом знаний и умений, практического опыта, уровня сформированности общих и профессиональных компетенций, позволяющих решать профессиональные задачи в будущем.

## **2. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТЕМЫ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

2.1. Темой ВКР является разработка одной или нескольких актуальных проблем, связанных с выбранной специальностью выпускника.

2.2. Тема ВКР должна иметь практико-ориентированный характер.

2.3. Перечень тем ВКР:

– разрабатывается преподавателями междисциплинарных курсов в рамках профессиональных модулей;

– рассматривается соответствующими предметно-цикловыми комиссиями;

– утверждается директором Училища.

2.4. Студенту предоставляется право выбора темы ВКР, а также предложение своей тематики с обоснованием целесообразности ее разработки.

2.5. Тема ВКР должна быть предварительно согласована с работодателем.

2.6. Обязательное требование - соответствие тематики ВКР содержанию одного или нескольких профессиональных модулей.

2.7. При определении темы ВКР следует учитывать, что содержание выпускной квалификационной работы может основываться:

– на обобщении и продолжении выполненной ранее студентом курсовой работы, если она выполнялась в рамках соответствующего профессионального модуля;

– на использовании результатов выполненных компетентностно-ориентированных заданий при подготовке к экзамену (квалификационному) по соответствующему профессиональному модулю.

2.8. Выбор темы выпускной квалификационной работы студентом осуществляется до начала производственной практики (преддипломной), так как при ее прохождении студент должен собрать практический материал для ее выполнения.

2.9. Выбранные темы ВКР оформляются приказом директора Училища для каждого студента.

2.10. Выпускная квалификационная работа является творческой разработкой и должна содержать элементы научно-исследовательского поиска и практические результаты, демонстрирующие уровень сформированности общих и профессиональных компетенций выпускника.

### **3. РУКОВОДСТВО ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТОЙ**

3.1. При подготовке выпускной квалификационной работы приказом директора Училища каждому студенту назначается руководитель, рецензент и при необходимости консультант.

3.2. К руководству ВКР привлекаются высококвалифицированные специалисты. К каждому руководителю может быть одновременно прикреплено не более 8 студентов.

При производственной необходимости количество студентов, прикрепленных к одному руководителю, может быть увеличено.

3.3. В обязанности руководителя выпускной квалификационной работы входит:

- разработка совместно со студентами плана выполнения ВКР, индивидуальных заданий;
- оказание помощи студенту в разработке индивидуального графика работы на весь период выполнения ВКР;
- осуществление контроля выполнения студентом индивидуального графика работы на весь период выполнения ВКР;
- консультирование по вопросам содержания и последовательности выполнения ВКР;
- оказание помощи студенту в подборе необходимых источников;
- контроль хода, качества, соблюдения сроков выполнения выпускником объема работ ВКР согласно плану/индивидуальному графику;
- сбор и отправка на проверку методисту учебного отдела по программе среднего профессионального образования определенного графика объема работ по выполнению ВКР методисту в установленный срок;
- осуществление проверки выполненной студентом ВКР на оригинальность текста в системе антиплагиат;
- оказание помощи (консультирование студента) в подготовке презентаций и доклада для защиты ВКР;
- подготовка письменного отзыва на ВКР с приложением листа результатов проверки оригинальности текста ВКР;
- участие в проведении предзащиты;
- осуществление контроля получения студентом рецензии и результативности прохождения нормоконтроля ВКР.

3.4. Задание для каждого студента разрабатывается в соответствии с утвержденной темой (Приложение 2).

3.5. Задание на ВКР выдается студенту не позднее, чем за две недели до начала производственной практики (преддипломной).

3.6. По завершении студентом написания выпускной квалификационной работы руководитель проверяет качество работы, подписывает ее и вместе с заданием, отзывом передает в учебную часть на прохождение нормоконтроля.

На прохождение процедуры нормоконтроля необходимо также предоставить электронный вариант выпускной квалификационной работы, презентации к защите ВКР.

3.7. В отзыве руководителя указываются характерные особенности ВКР, ее достоинства и недостатки, а также отношение студента к выполнению выпускной квалификационной работы, проявленные (не проявленные) им способности, оцениваются уровень освоения общих и профессиональных компетенций, знания, умения и практический опыт студента, продемонстрированные им при выполнении ВКР, а также степень самостоятельности студента, указывается процент оригинальности текста и личный вклад студента в раскрытие проблем и разработку предложений по их решению. Заканчивается отзыв выводом о возможности (невозможности) допуска выпускной квалификационной работы к защите. Часы консультирования входят в общие часы руководства ВКР. Нормы часов на ВКР приведены в Приложении 1 согласно Методическим рекомендациям по организации выполнения и защиты выпускной квалификационной работы в образовательных организациях, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.07.2015 № 06-846 «О направлении Методических рекомендаций»).

3.8. Для определения степени готовности выпускника к защите выпускной квалификационной работы проводится предзащита.

3.9. Задачи предзащиты:

– консультирование, своевременное выявление недостатков и недочетов, возникших в ходе выполнения студентами выпускной квалификационной работы;

– получение студентами рекомендаций квалифицированной комиссии по оформлению работы и процедуре защиты выпускной квалификационной работы;

– помощь в формулировании основных положений и выводов работы при построении защитной речи студента;

– обеспечение надлежащего уровня выполнения представляемых к защите выпускных квалификационных работ.

#### **4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

4.1. ВКР должна содержать следующие структурные элементы:

– титульный лист;

- оглавление;
- введение;
- основную часть (главы и параграфы);
- заключение;
- практические рекомендации;
- список использованных источников;
- приложения.

4.2. Каждый структурный элемент ВКР (кроме параграфов) должен начинаться с нового листа.

4.3. Объем выпускной квалификационной работы должен составлять 40-50 страниц печатного текста (без приложений). Текст ВКР должен быть подготовлен с использованием компьютера в Word, распечатан на одной стороне белой бумаги формата А4 (210 x 297 мм). Цвет шрифта - черный, межстрочный интервал - полуторный, гарнитура - Times New Roman, размер шрифта - 14 кегль.

## **5. ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

5.1. Тематика ВКР разрабатывается ведущими преподавателями предметно-цикловых комиссий с учетом профиля и специальности обучаемых. Она должна быть актуальной и соответствовать современному состоянию развития отрасли физической культуры и спорта. В качестве тем выбираются проблемы, существующие в реальной деятельности организаций (предприятий) и учреждений, где студенты, как правило, проходят преддипломную практику. Тематика выпускной квалификационной работы должна ежегодно обновляться.

5.2. При формировании названия темы следует учитывать следующие особенности:

- название должно быть конкретным и кратким, содержать проблему, объект и предмет исследования;
- название не должно быть ни публицистичным, ни информативным, не содержать слова «проблемы», «роль», «посредством»;
- недопустимы неопределенные формулировки (например, «Исследование некоторых вопросов ...»), а также штампы (например, «К вопросу о ...»).

5.3. На основании утвержденной тематики руководитель ВКР составляет задание и выдает студенту. После изучения задания составляется календарный план с установлением контрольных сроков выполнения отдельных этапов выпускной квалификационной работы.

5.4. Студент обязан выполнять все требования руководителя ВКР, в установленные сроки представлять ему подготовленные материалы по этапам выполнения работы, посещать консультации по его указанию.

5.5. Содержание выпускной квалификационной работы должно соответствовать заданию. Наименование темы работы в текстовых материалах должно совпадать с наименованием, утвержденным приказом директора Училища. ВКР брошюруется в типовую твердую папку, принятую условиями архивирования документов Училища.



5.6. Выпускная квалификационная работа должна носить творческий характер и соответствовать требованиям к содержанию и оформлению, предъявляемым к отчетам о научно-исследовательской работе.

5.7. Выпускная квалификационная работа включает от 40 до 50 печатных страниц текста формата А4.

5.8. Текст работы должен быть четким, качественным.

5.9. Текст, набранный на компьютере в текстовом редакторе Word, должен быть форматирован по ширине листа и оформлен следующим образом:

– ширина полей (параметры страницы): сверху – 2 см, снизу – 2 см, слева – 3 см, справа – 1,5 см;

– шрифт основного текста: обычный, размер 14 кегль Times New Roman; межсимвольный интервал – обычный; межстрочный интервал – полуторный. Абзацный отступ – 1,25.

Текст таблиц набирается прямым шрифтом размером 12 (11) кегль, через одинарный интервал;

– порядковая нумерация страниц проставляется арабскими цифрами внизу посередине листа, размер шрифта 14 кегль;

– формулы должны быть оформлены в редакторе формул Equation Editor или в конструкторе для работы с формулами и вставлены в документ как объект.

5.10. Изложение материала дипломной работы должно быть кратким, четким, не допускающим различных толкований. В тексте должны применяться научные и специальные термины, обозначения и определения, установленные соответствующими стандартами, а при их отсутствии – общепринятые в литературе по профилю подготовки обучающихся.

5.11. В тексте должны применяться научные и специальные термины, обозначения и определения, установленные соответствующими стандартами, а при их отсутствии – общепринятые в литературе по профилю подготовки специалиста.

5.12. Иллюстрации (рисунки, схемы, графики, диаграммы и др.) и таблицы, расположенные на отдельных листах, включают в общую нумерацию страниц. Все иллюстрации (графики, схемы, диаграммы, фотографии) и таблицы размещают сразу после первой ссылки на них.

5.13. После списка использованных источников в выпускной квалификационной работе помещают приложения. Приложения оформляют как продолжение выпускной квалификационной работы на последующих листах. В тексте выполненной работы на все приложения должны быть даны ссылки.

5.14. При подготовке студентом рукописи выпускной квалификационной работы особое внимание следует уделить тому, насколько логично и последовательно изложен материал; выделены ли основные положения и достаточно ли они аргументированы; удалось ли показать новизну в выполненной работе; насколько убедительны и доказательны формулировки и выводы. Одновременно проверяется правильность оформления всех структурных элементов работы.

5.15. На заключительном этапе полностью подготовленная и проверенная руководителем выпускная квалификационная работа подписывается студентом

и руководителем. Руководитель готовит письменный отзыв, характеризующий процесс выполнения студентом выпускной квалификационной работы по всем разделам и на соответствие требованиям по ее содержанию и оформлению, предъявляемым к данной форме отчетности, положительные стороны и недостатки, степень активности и самостоятельности автора.

5.16. Качество выполнения ВКР определяется тем, насколько студент овладел навыками сбора исходной информации, ее обработки, анализа, обобщения и формулировки научно обоснованных выводов, содержащихся в предлагаемых решениях, а также логической последовательности изложения материала темы.

## **6. РЕЦЕНЗИРОВАНИЕ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

6.1. Выпускные квалификационные работы подлежат обязательному рецензированию. Выполненные и прошедшие процедуру нормоконтроля ВКР рецензируются специалистами из числа работодателей, работников других организаций, преподавателей других образовательных организаций, хорошо владеющих вопросами, связанными с тематикой ВКР.

6.2. К рецензированию привлекаются высококвалифицированные специалисты, в том числе преподаватели, педагогические работники Училища. К каждому рецензенту может быть одновременно прикреплено не более 8 студентов.

При производственной необходимости количество студентов, прикрепленных к одному рецензенту, может быть увеличено.

6.3. Рецензия должна включать:

- заключение о соответствии содержания выпускной квалификационной работы заявленной теме и заданию на нее;
- оценку качества выполнения каждого раздела выпускной квалификационной работы;
- оценку степени разработки поставленных вопросов, оригинальности решений (предложений), теоретической и практической значимости работы;
- оценку уровня сформированности общих и профессиональных компетенций у выпускника;
- общую оценку ВКР.

6.4. Содержание рецензии доводится до сведения студента не позднее, чем за день до защиты ВКР.

6.5. Внесение изменений в выпускную квалификационную работу после получения рецензии не допускается.

6.6. Директор Училища при наличии положительного отзыва руководителя и рецензии решает вопрос о допуске студента к защите и передает ВКР в ГЭК не позднее, чем за пять дней до начала государственной итоговой аттестации.

## **7. ЗАЩИТА ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

7.1. К защите выпускной квалификационной работы допускаются лица, завершившие полный курс обучения по образовательной программе среднего

профессионального образования (далее – ОП СПО) и успешно прошедшие все предшествующие аттестационные испытания, предусмотренные учебным планом.

7.2. Защита ВКР проводится на открытом заседании Государственной экзаменационной комиссии (далее – ГЭК) с участием не менее двух третей ее состава.

7.3. До начала работы Государственной экзаменационной комиссии студенты представляет секретарю ГЭК следующие материалы:

- выпускную квалификационную работу;
- отзыв руководителя;
- рецензию.

7.4. Тьютор учебного отдела по программе среднего профессионального образования и куратор группы готовят зачетную книжку студента, сводную ведомость с выпиской из учебного плана и оценками, полученными за весь период обучения, бланки протоколов заседаний ГЭК.

7.5. На защиту выпускной квалификационной работы отводится до 1 академического часа на одного студента. Процедура защиты устанавливается председателем ГЭК по согласованию с членами ГЭК и, как правило, включает доклад студента (не более 10 минут), чтение отзыва и рецензии, вопросы членов комиссии, ответы студента. Может быть предусмотрено выступление руководителя ВКР, а также рецензента, если они присутствуют на заседании Государственной экзаменационной комиссии.

7.6. Во время доклада студент может использовать подготовленный иллюстративный материал, иллюстрирующий основные положения ВКР.

7.7. В докладе должны найти отражение:

- актуальность темы;
- характеристика объекта и предмета исследования;
- цели и задачи выпускной квалификационной работы;
- содержательный анализ проблемы по разделам выпускной квалификационной работы с привлечением иллюстративных материалов;
- результаты работы, рекомендации и предлагаемые решения, обоснование возможности их реализации.

7.8. В свое выступление студент не должен включать теоретические положения, заимствованные из нормативных или литературных источников, т.к. они не являются предметом защиты. Внимание должно быть сосредоточено на собственных разработках. В ходе доклада активное использование иллюстративных материалов способствует усилению доказательности выводов и предложений.

7.9. По окончании доклада председатель предлагает членам ГЭК и присутствующим задавать вопросы выпускнику, относящиеся, в основном, к теме выпускной квалификационной работы.

7.10. После ответов на вопросы членов ГЭК зачитываются отзыв и рецензия и студенту дается право для ответов на замечания рецензента. Если замечания существенные или студент не согласен с точкой зрения рецензента, то

он должен обосновать свое несогласие; если замечания незначительные, он может с ними согласиться. На этом процесс защиты завершается.

7.11. Защита выпускной квалификационной работы каждым студентом оформляется в виде протокола заседания ГЭК по защите ВКР. В протоколе записываются: итоговая оценка ВКР, присуждение квалификации и особые мнения членов комиссии. Протоколы заседаний ГЭК по защите ВКР подписываются председателем, заместителем председателя, секретарем и членами ГЭК.

7.12. При определении оценки по защите выпускной квалификационной работы учитываются: качество устного доклада выпускника, свободное владение материалом ВКР, глубина и точность ответов на вопросы, отзыв руководителя и рецензия.

7.13. Результаты защиты выпускной квалификационной работы обсуждаются на закрытом заседании ГЭК и оцениваются простым большинством голосов членов Государственной экзаменационной комиссии, участвующих в заседании. При равном числе голосов мнение председателя является решающим.

7.14. Результаты защиты выпускной квалификационной работы определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» и объявляются в тот же день после оформления в установленном порядке протокола заседания ГЭК.

7.15. Студенту, не прошедшему государственной итоговой аттестации или получившему оценку «неудовлетворительно» при защите ВКР, выдается справка установленного образца об обучении в Училище.

7.16. Студент, не прошедший государственной итоговой аттестации по результатам освоения ОП СПО или получивший при защите ВКР оценку «неудовлетворительно», имеет право на повторную защиту не ранее следующего периода работы ГЭК. Порядок повторной защиты ВКР определяется Училищем.

7.17. Выполненные студентами выпускные квалификационные работы хранятся после их защиты в Училище в течение пяти лет. По истечении указанного срока вопрос о дальнейшем хранении решается организуемой по приказу руководителя Училища комиссией, которая представляет предложения о списании ВКР. Списание выпускных квалификационных работ оформляется соответствующим актом.

7.18. Лучшие выпускные квалификационные работы, представляющие учебно-методическую ценность, могут быть использованы в качестве учебных пособий в кабинетах Училища.

## **8. ЗАЩИТА ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

8.1. Защита выпускной квалификационной работы заканчивается выставлением оценок по пяти балльной системе:

«Отлично» выставляется за выпускную квалификационную работу, которая носит исследовательский характер, имеет грамотно изложенную теоретическую часть, глубокий анализ и критический разбор практики, логичное, последовательное изложение материала с соответствующими

выводами и обоснованными предложениями. Оригинальность текста ВКР – 70% и выше. При ее защите выпускник показывает глубокое знание вопросов темы, свободно оперирует данными исследования и знаниями нормативных документов, вносит обоснованные предложения, во время доклада использует иллюстративный материал (графики, таблицы, схемы и др.), свободно и аргументировано отвечает на поставленные вопросы.

«Хорошо» выставляется за выпускную квалификационную работу, которая носит исследовательский характер, имеет грамотно изложенную теоретическую часть, в ней представлены достаточно подробный анализ и критический разбор практики, последовательное изложение материала с соответствующими выводами, однако с не вполне обоснованными предложениями. Оригинальность текста ВКР – 70% и выше. При ее защите выпускник показывает знание вопросов темы, оперирует данными исследования, вносит предложения по теме исследования, во время доклада использует иллюстративный материал, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы, демонстрирует знания нормативных документов.

«Удовлетворительно» выставляется за выпускную квалификационную работу, которая базируется на практическом материале, но имеет поверхностный анализ и недостаточно критический разбор практики, в ней просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные предложения. Оригинальность текста ВКР – 70% и выше. В отзывах рецензентов имеются существенные замечания по содержанию и оформлению работы, а также по методике анализа. При ее защите выпускник проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы и нормативных документов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы.

«Неудовлетворительно» выставляется за выпускную квалификационную работу, которая не носит исследовательского характера, не имеет анализа, не отвечает требованиям, изложенным в методических указаниях по выполнению выпускных квалификационных работ по специальности 49.02.01 Физическая культура. Оригинальность текста ВКР – ниже 70%. В работе нет выводов либо они носят декларативный характер. В отзывах руководителя и рецензента имеются критические замечания. При защите выпускной квалификационной работы выпускник затрудняется отвечать на поставленные вопросы по ее теме, не знает теории вопросов, при ответе допускает существенные ошибки. К защите не подготовлен иллюстративный материал.

## **9. ХРАНЕНИЕ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

9.1. Выполненные ВКР хранятся после их защиты в образовательной организации в течение пяти лет после выпуска обучающихся из Училища.

9.2. Списание ВКР оформляется соответствующим актом.

9.3. Лучшие ВКР, представляющие учебно-методическую ценность, могут быть использованы в качестве учебных пособий в кабинетах Училища.

9.4. По запросу предприятия, учреждения, образовательной организации директор Училища имеет право разрешить снимать копии ВКР выпускников.

## **Нормы часов на выпускную квалификационную работу**

1. На консультации по выпускной квалификационной работе может отводиться:

- экономическая часть - 2-2,5 ч на одного обучающегося;
- нормоконтроль - 0,5-1 ч на одного обучающегося;
- графическая часть - 1-2 ч на одного обучающегося;
- иное, включая оплату рецензента, в зависимости от специфики.

Например, консультант по ИКТ, консультант по охране труда и т.п.

Направления предметной области для консультирования и выделение для этих целей часов определяются образовательной организацией исходя из специфики специальности. Общее количество выделенных часов не должно превышать предельно допустимых значений.

2. На руководство, консультирование, рецензирование выпускных квалификационных работ, заседание ГЭК отводится до 36 часов на каждого обучающегося выпускника, в том числе:

- руководство и консультирование - до 26 часов;
- допуск к защите до 1 часа;
- председателю и членам аттестационной комиссии - 1 час.

Нормы часов могут быть пересмотрены в соответствии со спецификой образовательной организации, утверждены соответствующим локальным актом образовательной организации, но не должны превышать предельно допустимого количества часов на одного обучающегося.

К каждому руководителю может быть прикреплено не более восьми обучающихся. На консультации для каждого обучающегося должно быть предусмотрено не более двух часов в неделю. На руководство выпускной квалификационной работы предусмотрено не более 16 часов без учета консультирования (в зависимости от специфики и профиля подготовки).

3. Каждому рецензенту может быть прикреплено не более восьми обучающихся.

4. Численность государственной аттестационной комиссии не менее пяти человек. В состав государственной аттестационной комиссии должны входить представители сферы труда, общественных организаций, объединений, ассоциаций и пр.

5. Нормы часов могут быть пересмотрены в соответствии со спецификой образовательной организации, утверждены соответствующим локальным нормативным актом образовательной организации, но не должны превышать предельно допустимого количества часов на одного обучающегося.

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ года

**ЗАДАНИЕ**  
на выпускную квалификационную работу

Студенту (ке) \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_ Избранный вид спорта \_\_\_\_\_

1.Тема \_\_\_\_\_ выпускной \_\_\_\_\_ квалификационной \_\_\_\_\_ работы

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2.Срок сдачи студентом законченной ВКР \_\_\_\_\_ 2024 года

3.Исходные данные \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4.Перечень подлежащих разработке задач/вопросов \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5.Перечень графического/ иллюстративного/ практического материала:

\_\_\_\_\_

6.Консультанты по выпускной квалификационной работе (с указанием относящихся к ним разделов ВКР) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Задание выдано: _____ 20__ года	Задание принял к исполнению: _____ 20__ г.
Руководитель ВКР _____	Студент _____
( _____ ) ФИО	( _____ ) ФИО

## **Методические указания по выполнению выпускных квалификационных работ по специальности 49.02.01 Физическая культура**

Выполнение выпускной квалификационной работы (далее – ВКР) предусмотрено Федеральным государственным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура как обязательный вид государственной итоговой аттестации выпускников.

В ВКР должны быть продемонстрированы: высокий уровень общепрофессиональных компетенций по специальности и способность их применения для решения практических задач, методическую подготовленность, владение навыками и умениями профессиональной деятельности, профессиональную готовность к самостоятельной практической деятельности.

Целью ВКР является систематизация, закрепление, расширение теоретических и практических знаний по специальности, применение этих знаний при решении конкретных задач, развитие навыков самостоятельной работы и овладение методикой исследования и экспериментирования.

ВКР должна отвечать следующим основным требованиям:

- актуальность тематики, соответствие её современному состоянию и перспективам развития данной отрасли науки и практики;
- изучение и критический анализ источников по избранной теме;
- изучение и характеристика истории исследуемой проблемы и ее практического состояния, а также передового опыта;
- чёткая характеристика предмета, цели и методов исследования, описание и анализ проведённого автором эксперимента;
- обобщение результатов, обоснование выводов и практических рекомендаций.

ВКР рекомендуется выполнять с применением современных информационных технологий.

В ВКР должна быть выдержана следующая структура: введение, теоретическая часть, практическая часть, заключение, в которое входят выводы, рекомендации относительно возможностей применения полученных результатов, список используемых источников, приложение.

Выполнение ВКР не столько направлено на решение проблем, сколько служит свидетельством того, что ее автор научился самостоятельно вести поиск, видеть профессиональные проблемы и знать наиболее общие методы и приёмы их решения. При этом совокупность полученных в таком исследовании результатов может говорить о наличии у автора первоначальных навыков работы в избранной области физкультурно-спортивной деятельности.

Выпускная квалификационная работа педагога по физической культуре и спорту представляет собой законченную практическую работу по результатам освоения одного или нескольких профессиональных модулей.

Защита ВКР является завершающим этапом государственных итоговых аттестационных испытаний.



## **1. ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ И ЗАЩИТЫ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

1. Тематика ВКР должна быть актуальной, содержать исследовательский компонент и соответствовать темам одного или нескольких профессиональных модулей ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Темы и задания на ВКР обсуждаются и принимаются на заседании предметно-цикловой комиссии дисциплин профессионального цикла и представляются на утверждение приказом директора СПб ГБПОУ «УОР №1».

Выпускнику необходимо оформить заявление на утверждение темы выпускной квалификационной работы в соответствии с образцом (Приложение 1).

Закрепление тем ВКР (с указанием руководителей и сроков выполнения) за студентами оформляется приказом директора СПб ГБПОУ «УОР №1».

По утверждённым темам руководители ВКР разрабатывают индивидуальные задания для каждого студента.

Задания на ВКР выдаются студенту не позднее, чем за две недели до начала преддипломной практики.

2. Общее руководство и контроль за ходом выполнения ВКР осуществляют начальник отдела учебного отдела по программе среднего профессионального образования, тьютор, методист.

3. Организацию выполнения студентом ВКР осуществляет руководитель.

Основными функциями руководителя ВКР являются:

- разработка совместно со студентами плана выполнения ВКР, индивидуальных заданий;
- оказание помощи студенту в разработке индивидуального графика работы на весь период выполнения ВКР;
- осуществление контроля выполнения студентом выполнения индивидуального графика работы на весь период выполнения ВКР;
- консультирование по вопросам содержания и последовательности выполнения ВКР;
- оказание помощи студенту в подборе необходимых источников;
- контроль хода, качества, соблюдения сроков выполнения выпускником объема работ ВКР согласно плану/индивидуальному графику;
- сбор и отправка на проверку методисту учебного отдела по программе среднего профессионального образования определенного графика объема работ по выполнению ВКР методисту в установленный срок;
- осуществление проверки выполненной студентом ВКР на оригинальность текста в системе антиплагиат;
- оказание помощи (консультирование студента) в подготовке презентаций и доклада для защиты ВКР;
- подготовка письменного отзыва на ВКР с приложением листа результатов проверки оригинальности текста ВКР;
- участие в проведении предзащиты;
- осуществление контроля получения студентом рецензии и результативности прохождения нормоконтроля ВКР.

По завершении студентом ВКР руководитель подписывает ее и с оригиналами отзыва, листом результатов проверки на оригинальность текста передает в учебную часть в

распечатанном и электронном виде для прохождения процедуры нормоконтроля.

Внесение изменений в ВКР после получения рецензии не допускаются.

4. Объем работы должен составлять 40-50 печатных страниц текста. Приложения не входят в общий объем работы. ВКР должна быть оформлена на листах формата А4. Текст набирается шрифтом Times New Roman размером 14 через 1,5 интервала. Страница должна иметь поля: левое – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм.

## **2. ТЕХНОЛОГИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Технология выполнения ВКР включает следующие этапы:

1. Выбор темы работы из перечня предложенных тем или обоснование целесообразности разработки собственной темы исследования.

2. Составление списка использованных источников по теме исследования.

3. Выделение проблемы и анализ ее состояния в науке и практике.

4. Выделение и анализ базовых понятий по теме исследования.

5. Составление плана выпускной квалификационной работы.

6. Обоснование актуальности темы.

7. Написание текста «Актуальность темы» с указанием основных характеристик работы (социальный заказ, состояние в теории, на практике, выделение круга нерешенных проблем).

8. Составление содержательного обзора теоретических источников по теме исследования.

9. Написание текста «Анализ теоретических источников по теме исследования», в котором представлены:

- история исследуемой проблемы (этапы развития, основные идеи, вопросы);
- общенаучные положения, характеризующие объект исследования;
- психологические положения;
- педагогические положения (общепедагогические, дидактические, методические).

10. Написание текста «Выводы по результатам анализа теоретических источников по теме исследования».

11. Разработка различных способов решения выделенной проблемы (анализ различных подходов к решению проблемы в науке и практике, характеристика авторских предложений).

12. Определение оптимального пути решения проблемы.

13. Подготовка к осуществлению констатирующего эксперимента (планирование, разработка методики, подготовка оборудования, планирование учебно-тренировочного процесса и др.).

14. Проведение констатирующего эксперимента с целью получения представления об уровне исследуемого предмета.

15. Анализ результатов эксперимента: составление таблиц, схем, иллюстраций, формулирование выводов.

16. Написание текста «Констатирующий эксперимент».

17. Подготовка к осуществлению формирующего эксперимента с целью проверки научного предположения (планирование, разработка методов и средств проведения и наблюдения за ходом эксперимента, разработка способов фиксации наблюдений и др.).

18. Проведение и анализ обучающего эксперимента (протоколы наблюдений, письменные работы, рисунки, записи бесед и т.д.).

19. Оформление результатов анализа в таблицах, схемах, диаграммах, рисунках и т. д., формулирование выводов и рекомендаций (если позволяет материал) по данным формирующего эксперимента.

20. Написание текста: «Опытно-экспериментальная работа» (практическая часть), в котором отражается подготовка к осуществлению формирующего эксперимента, условия, в которых он протекал, характеристика участников и их позиция в начале и в конце эксперимента, название и последовательность проведения разработанных занятий, анализ результатов, выводы и рекомендации.

21. Повторное проведение формирующего эксперимента (если возникает необходимость).

22. Компонировка подготовленных текстов в главы.

23. Написание выводов к главам.

24. Составление заключения. Заключение должно «зеркально» отражать введение, т.е. в нем должны быть сделаны обобщающие выводы по достижению цели, решению задач, проверке гипотезы. Можно обозначить круг проблем, которые в силу объективных и субъективных причин, не были решены в исследовании.

25. Составление списка использованных источников в соответствии с библиографическими требованиями.

26. Оформление приложений (таблиц, схем, анкет, иллюстраций и т. д.).

27. Уточнение оглавления выпускной квалификационной работы.

28. Оформление титульного листа выпускной квалификационной работы.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ К СТРУКТУРЕ И СОДЕРЖАНИЮ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Структура и содержание ВКР определяются ее целями и задачами.

Выпускная квалификационная работа выполняется в форме дипломной работы.

По структуре **дипломная работа** состоит из теоретической и практической части. В теоретической части дается теоретическое освещение темы на основе анализа имеющихся источников. Практическая часть может быть представлена методикой, расчетами, анализом экспериментальных данных, продуктом творческой деятельности в соответствии с видами профессиональной деятельности. Содержание теоретической и практической части определяется в зависимости от профиля специальности и темы дипломной работы.

ВКР может носить опытно-практический, опытно-экспериментальный, теоретический характер.

Отличительными признаками ВКР теоретического характера являются:

- наличие четко обозначенной проблемы исследования;
- изучение объекта, недоступного для непосредственного исследования;
- выявление общих закономерностей, принципов, особенностей изучаемого явления путем обработки, интерпретации теоретического материала и формулирования собственных выводов, отражающих теоретическую значимость выполненной работы;

- использование теоретических методов исследования (анализа – ретроспективного, методического и пр., синтеза, сравнения, моделирования и т. д.);

- результатом исследования является выявление общих закономерностей, принципов, особенностей изучаемого явления путем обработки и интерпретации теоретического материала.

Цель ВКР теоретического характера заключается в выделении значимых отношений

между изучаемым объектом и окружающим миром, в обобщении результатов исследования эмпирического характера, а также в выявлении общих закономерностей и их формализация.

ВКР *теоретического характера* имеет следующую структуру:

- введение, в котором раскрывается актуальность выбора темы, формулируются компоненты методологического аппарата: проблема, объект, предмет, цель, задачи работы, теоретическая значимость, практическая значимость;

- теоретическая часть, в которой проведен анализ истории проблемы;

- теоретико-аналитическая часть: обоснование разрабатываемой проблемы в теории и практике посредством глубокого сравнительного анализа источников;

- заключение, в котором содержатся выводы по работе;

- практические рекомендации относительно возможностей использования полученных результатов исследования;

- список используемых источников (не менее 25 источников);

- приложения.

Выпускная квалификационная работа может быть логическим продолжением курсовой работы, идеи и выводы которой реализуются на более высоком теоретическом и практическом уровне. Курсовая работа может быть использована в качестве составной части (раздела, главы) выпускной квалификационной работы.

Рекомендуется отдавать предпочтение написанию ВКР опытно-экспериментального характера. Композиционная структура квалификационной работы *опытно-экспериментального (практического) характера*:

1. Титульный лист (Приложение 2).
2. Оглавление (Приложение 3).
3. Введение.
4. Теоретические аспекты изучаемой проблемы – состояние вопроса (I глава работы).
5. Цель, задачи, методы и организация исследования (II глава работы).
6. Результаты исследования и их обсуждение (III глава работы).
7. Заключение.
8. Практические рекомендации.
9. Список использованных источников.
10. Приложения.

**Каждая из основных представленных частей ВКР должна начинаться в тексте с новой страницы. Более мелкие подразделы начинать с новой страницы не рекомендуется.**

#### **Титульный лист**

Титульный лист является первой страницей выпускной квалификационной работы и оформляется по строго определённым правилам (Приложение 2).

#### **Оглавление**

Оглавление – это наглядная схема, перечень заголовков всех глав и более мелких рубрик ВКР с указанием страниц, с которых они начинаются (Приложение 3).

Оглавление даёт общее представление о структуре работы и позволяет легко находить нужные фрагменты текста. В нём нельзя сокращать или давать заголовки в другой последовательности и соподчинённости по сравнению с текстом. Название глав пишутся прописными буквами, все заголовки разделов и подразделов начинаются с прописной буквы и продолжают строчными, точку в конце не ставят и последнее слово каждого заголовка соединяют отточием с соответствующим ему номером страницы в правом столбце

оглавления. Кавычки для выделения заголовков, а также переносы слов не используются.

Желательно, чтобы оглавление помещалось на одной странице.

### **Введение**

Введение (объем 2-3 страницы) представляет собой наиболее ответственную часть выпускной квалификационной работы, поскольку содержит в сжатой форме все фундаментальные положения, обоснованию которых посвящено исследование.

Введение должно содержать оценку современного состояния решаемой проблемы. Во введении следует обосновать актуальность и новизну темы, по которой выполняется работа. Следующим этапом разработки научного аппарата работы является формулирование проблемы и цели исследования.

Проблема исследования характеризует, что именно хочет автор разрешить в процессе исследования.

Цель исследования - это желаемый конечный результат исследования. Наиболее типичны следующие цели:

- определение характеристики явлений, не изученных ранее, малоизученных, противоречиво изученных;

- выявление взаимосвязи явлений;

- изучение динамики явлений;

- описание нового эффекта, явления;

- изучение природы явлений;

- обобщение, выявление закономерностей;

- создание классификаций, типологий.

Далее необходимо определить объект и предмет исследования.

Объект исследования - это процесс или явление, порождающее проблемную ситуацию.

Предмет исследования - это то, что находится в границах объекта: определенные свойства объекта, их соотношения, зависимость объекта и его свойств от каких-либо условий. Предметом исследования могут быть явления в целом, отдельные их стороны, аспекты и отношения между отдельными сторонами и целым.

Следующим этапом является формулирование гипотезы и задач, которые необходимо решить для достижения поставленной цели.

Гипотеза - предположение, при котором на основе ряда факторов делается вывод об условиях существования объекта, связи или причины явления, причем этот вывод нельзя считать, вполне доказанным. Гипотеза является структурным элементом, который необходимо обозначить во введении ВКР. Формулировать гипотезу целесообразно, когда изучен объект и предмет исследования, создана теоретическая основа, есть план эмпирического исследования. Проверить гипотезу можно активным экспериментом или обнаружением корреляций между теми величинами, взаимосвязь которых вызывает практический интерес.

Задача исследования - это выбор путей и средств достижения цели в соответствии с выдвинутой гипотезой. Постановка задач основывается на дроблении цели исследования на подцели. В работе может быть поставлено несколько задач.

### **Теоретическое обоснование проблемы ( первая глава работы)**

Эта глава выпускной квалификационной работы включает в себя освещение современного состояния изучаемой проблемы, и её объём должен составлять 15-20 страниц. Студенту необходимо проанализировать мнения разных авторов, сопоставить их, дать

собственную интерпретацию. Поэтому первая глава строится не просто на перечислении того, что сделано каждым автором, а обязательно с собственной оценкой. При этом основной акцент должен быть сделан на анализе последних публикаций по данной проблеме.

#### **Цель, задачи, методы и организация исследования (вторая глава работы)**

В данной главе определяются цель, задачи, даётся характеристика избранных методов исследования, приводится описание применяемых инструментальных методик, а также описываются условия проведения экспериментальных исследований (где проводились, с каким контингентом, в каких условиях, когда и как осуществлялись измерения и т. п.). При разработке собственных методик необходимо дать их полную характеристику, а при использовании общеизвестных инструментальных методик необходимо делать ссылки на авторов. Изложение второй главы работы должно быть точным, чётким и кратким, не следует перегружать текст описанием второстепенных, малозначительных фактов. Общий объём этой главы – 3-5 страниц.

#### **Результаты исследования и их обсуждение (третья глава работы)**

Содержанием главы «Результаты исследования и их обсуждение» (объёмом 10-15 страниц) являются данные, полученные в результате собственных исследований и экспериментов, их анализ и обсуждение в соответствии с поставленными задачами.

Результаты следует иллюстрировать таблицами, рисунками, диаграммами и т. п., в тексте оперировать в основном статистическими показателями, полученными в результате обработки цифрового материала (первичные результаты исследования оформляются в виде протоколов, которые выносятся в приложение).

Каждый раздел III главы ВКР следует завершать выводами. Принципиальным требованием к этой основной части работы является доказательность, последовательность, отсутствие в ней лишнего, необязательного и загромождающего текст материала.

#### **Заключение**

Заключение – завершающий раздел выпускной квалификационной работы. В нём приводятся 4-6 лаконично сформулированных выводов (каждый из которых обозначается соответствующим номером) по результатам исследования, соответствующих поставленным задачам и оценивающих успешность собственной выпускной квалификационной работы. Эта часть, небольшая по объёму (2-3 страницы), особо важна, поскольку именно здесь в концентрированной и логически безупречной форме должны быть представлены итоговые результаты. Выводы должны быть краткими, чёткими и конкретными.

#### **Практические рекомендации**

Кроме выводов в работе необходимо представить практические рекомендации (1-2 страницы) по применению упражнений, методике тренировки, тестирования и т. п. Здесь следует оценить открывающуюся на основе результатов работы перспективу дальнейших конкретных исследований по данной проблеме, очертить возникающие в этой связи новые задачи, охарактеризовать наблюдаемые неблагоприятные (побочные) результаты и возможность избежать их в практической деятельности.

#### **Список использованных источников**

Список использованных источников и электронных ресурсов представляет собой перечень источников, использованных автором в ходе работы над темой, и должен содержать

не менее 25 источников (желательно последних 5 лет издания).

Он приводится в алфавитном порядке в соответствии с фамилиями авторов источников. Если автор источника не указывается в списке по алфавиту выстраиваются названия источников. При этом в данный список включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в тексте работы или выдержки из которой цитировались. Не стоит в список источников включать энциклопедии, справочники, научно-популярные издания, газетные статьи (за редким исключением значительным по объёму и значимости газетных публикаций).

Если используются ссылки на иностранные источники, то последние включаются в библиографический перечень после списка источников на русском языке.

### **Приложения**

В раздел «ПРИЛОЖЕНИЯ» помещаются вспомогательные или дополнительные материалы, которые загромождают текст основной части ВКР и отвлекают читателя от линии рассуждения. Кроме того, все, что включено в данный раздел подтверждает достоверность и значимость результатов исследования. По форме и содержанию приложения очень разнообразны: образцы анкет, первичные результаты измерений, копии подлинных документов, таблицы, графики, бланковые формы и т. д.

Каждое приложение должно начинаться с новой страницы с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и иметь тематический заголовок. При наличии в работе более одного приложения они нумеруются арабскими цифрами (без знака №), а перед приложениями на отдельном листе в центре прописными буквами печатается заголовок «ПРИЛОЖЕНИЯ». Нумерация страниц, на которых располагаются приложения, должна продолжать общую нумерацию страниц текста. Связь основного текста с приложениями осуществляется посредством ссылок, которые употребляются со словами «Смотри» (см. Приложение 1).

## **4. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

### **Оформление титульного листа**

Работа начинается с титульного листа, где указаны полные реквизиты учреждения, на базе которого осуществляется разработка ВКР, и сведения о разработчике и руководителе.

Образец оформления титульного листа размещен в Приложении 2.

Формат бумаги – А4.

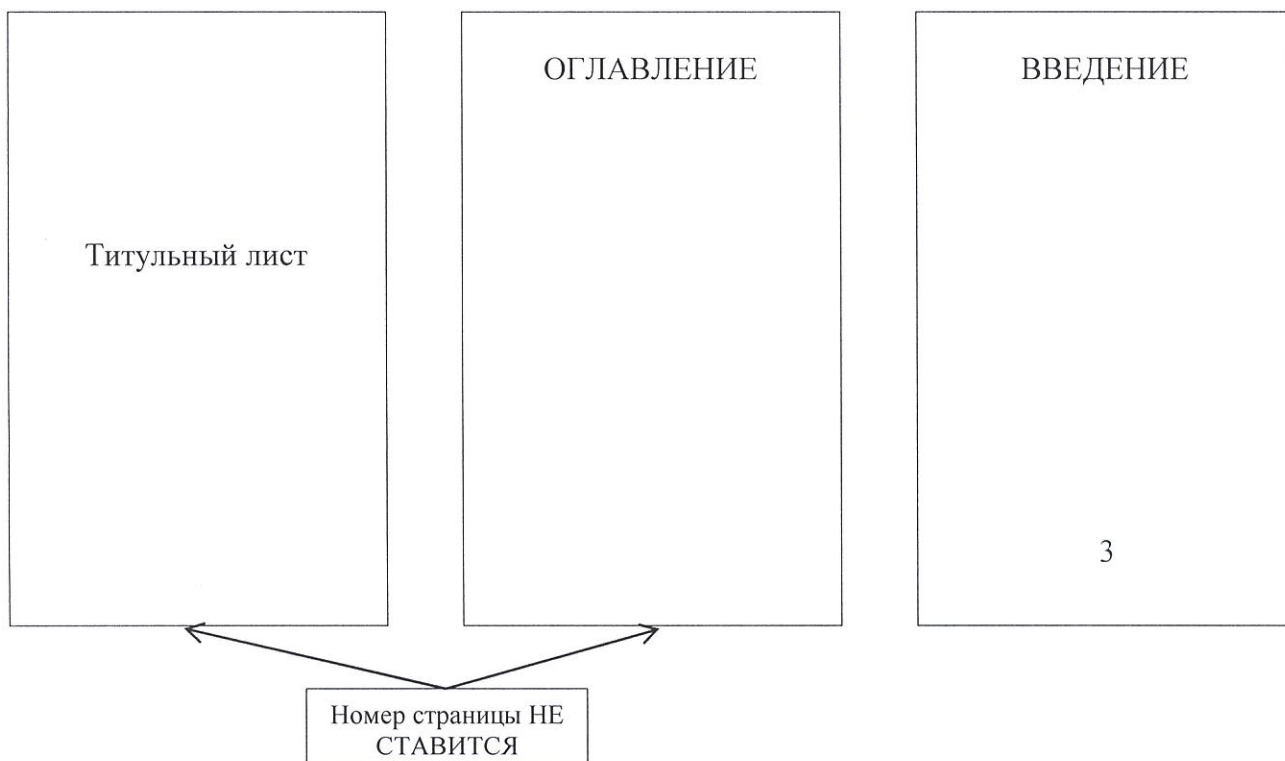
Параметры страницы: (поля: левое – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее – 20 мм и нижнее – 20 мм).

Положение переплёта – слева.

### **Нумерация страниц выпускной квалификационной работы**

Отсчёт страниц начинается с титульного листа. Номер страницы ставится по центру нижнего поля листа, начиная с листа «ВВЕДЕНИЕ», который нумеруется цифрой 3. Номер страницы на титульном листе и листе оглавления не ставится. Нумерация страниц в приложении продолжает нумерацию основного текста.

Например,



### **Оформление структурных частей выпускной квалификационной работы**

Заголовки структурных частей ВКР (оглавление, введение, глава, заключение, практические рекомендации, список использованных источников) пишутся прописными (заглавными) буквами с выравниванием по центру. Шрифт Times New Roman, кегль (размер шрифта) – 14, полужирный, межстрочный интервал полуторный.

В тексте работы названия глав полностью пишутся прописными буквами, кегль – 14, полужирный, межстрочный интервал полуторный.

Заголовок параграфа отделяется от заголовка главы 1,5 интервалом. Шрифт Times New Roman, кегль (размер шрифта) – 14, межстрочный интервал полуторный.

Текст отделяется от заголовка параграфа пропуском строки. Текст параграфа выравнивается по центру.

В конце наименования главы и параграфа точка не ставится. Перенос слов не допускается.

Главы нумеруются по всей выпускной квалификационной работе арабскими цифрами, номер главы отделяется от названия точкой. Новая глава, как и другие структурные элементы работы (кроме параграфов), начинается с нового листа.

Параграфы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждой главы. Номер параграфов состоит из номера главы и собственного номера параграфа, разделённых точкой. Номер параграфа отделяется от названия точкой.

Заголовки параграфов оформляют строчными (кроме первой буквы – прописной) буквами. В конце заголовка точку не ставят. Подчёркивать заголовки и переносить слова в заголовках не допускается. Выравнивание по центру.

Не разрешается оставлять заголовки в нижней части страницы, помещая текст на следующей.

Например,



# ГЛАВА 1. СОВРЕМЕННЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В ПЛАВАНИИ

## 1.1. Особенности планирования тренировочного процесса в плавании

Анализируя результаты пловцов на соревнованиях, можно заметить, что в спортивном плавании в последнее время наблюдается тенденция к возрастанию конкуренции и значительному росту результатов. Достижение высоких спортивных результатов, в свою очередь, является следствием постоянного совершенствования спортивной тренировки пловцов на всех этапах многолетней спортивной подготовки [24]. Отечественные специалисты, занимающиеся вопросами подготовки спортсменов, единодушны в своем мнении о том, что рационально организованная тренировка на протяжении нескольких, способствует естественному росту результатов [22; 25; 32; 35].

Термины научного аппарата исследования во введении (противоречие, проблема, тема, объект, предмет, цель, гипотеза, задачи, практическая значимость) выделяются полужирным шрифтом.

Например,

**Объектом исследования** в работе является: процесс спортивной подготовки пловцов высокой квалификации.

**Предметом исследования** в работе является: структура и содержание специально-подготовительного периода спортивной подготовки пловцов высокой квалификации.

В соответствии с целью и задачами исследования сформулирована **гипотеза исследования**: тренировочная деятельность пловцов высокой квалификации на этапе специально-подготовительного периода с использованием дифференцированных воздействий на функциональную систему в зависимости от специализации спортсмена, позволит им показать высокие индивидуальные результаты на главных соревнованиях сезона.

### ***Оформление текста выпускной квалификационной работы***

#### Параметры шрифта текста работы:

шрифт Times New Roman, начертание - обычный, кегль – 14.

Междустрочный интервал полуторный.

Выравнивание по ширине.

Абзацный отступ (красная строка) – 1,25 см.

Цвет текста – авто или чёрный.

Текст печатается с одной стороны листа.

Например,

Анализируя результаты пловцов на соревнованиях, можно заметить, что в спортивном плавании в последнее время наблюдается тенденция к возрастанию конкуренции и значительному росту результатов. Достижение высоких спортивных результатов, в свою очередь, является следствием постоянного совершенствования спортивной тренировки пловцов на всех этапах многолетней спортивной подготовки [24]. Отечественные специалисты, занимающиеся вопросами подготовки спортсменов, единодушны в своем мнении о том, что рационально организованная тренировка на протяжении нескольких, способствует естественному росту результатов [22; 25; 32; 35].

Правильно построенный тренировочный процесс не ограничивается несколькими тренировками, а является тщательно спланированным, структурированным комплексом мероприятий. В соответствии со стандартом по виду спорта «плавание» [38]. Спортсмен прежде, чем достичь этапа высшего спортивного мастерства должен пройти этапы начальной подготовки, спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства. Каждый этап предъявляет свои требования к уровню физической, технической, тактической и психологической подготовленности и уровню спортивных результатов.

В ВКР должны применяться научные термины, обозначения и определения, установленные соответствующими стандартами, а при их отсутствии – общепринятые в научной литературе.

В тексте ВКР не допускается:

- применять обороты разговорной речи, профессионализмы;
- применять для одного и того же понятия различные термины, близкие по смыслу (синонимы), а также иностранные слова и термины при наличии равнозначных слов и терминов в русском языке;

- применять произвольные словообразования;
- применять сокращения слов, кроме установленных правилами русской орфографии, соответствующими государственными стандартами, а также в данном документе;
- сокращать обозначения единиц физических величин, если они употребляются без цифр, за исключением единиц физических величин в головках и боковиках таблиц, и в расшифровках буквенных обозначений, входящих в формулы и рисунки.

В тексте ВКР, за исключением формул, таблиц и рисунков, не допускается:

- применять математический знак минус (-) перед отрицательными значениями величин (следует писать слово «минус»);

- применять без числовых значений математические знаки, например > (больше), < (меньше), = (равно), а также знаки № (номер), % (процент).

Перечень допускаемых сокращений слов установлен в ГОСТ Р 7.0.12-2011.

Условные буквенные обозначения, изображения или знаки должны соответствовать принятым в действующем законодательстве и государственных стандартах.

В ВКР следует применять стандартизованные единицы физических величин, их наименования и обозначения в соответствии с ГОСТ 8.417-2002. Наряду с единицами СИ, при необходимости, в скобках указывают единицы ранее применявшихся систем, разрешенных к применению. Применение в одном документе разных систем обозначения физических величин не допускается.

В тексте документа числовые значения величин с обозначением единиц физических величин и единиц счета следует писать цифрами, а числа без обозначения единиц физических величин и единиц счета от единицы до девяти – словами.

Например,

Провести испытания пяти шестов, каждый длиной 5 м.  
Отобрать 15 спортсменов для участия в эстафете.

В тексте используются кавычки для текста на русском языке («...»). Не допускается применять кавычки для иноязычного текста (“...”).

При использовании дефиса « - », среднего тире « – » (ctrl + минус на боковой клавиатуре с цифрами) выберите именно тот знак, который необходим.

При обозначении века используются только римские цифры. Инициалы имени и отчества пишутся с пробелами. При написании ФИО автора сначала пишутся инициалы, потом фамилия, с указанием номера использования источника согласно списку, заключенному в квадратные скобки.

В тексте работы могут встречаться перечисления. Для их оформления можно использовать нумерованные или маркированные списки. Нумерованные списки рекомендуется использовать, если важно количество пунктов в перечислении, в остальных случаях лучше использовать маркированные списки. Если внутри перечисления есть свое перечисление, то сначала применяют нумерованный список, а внутри него – маркированный.

Для нумерованных списков, содержащих крупные текстовые фрагменты, принято использование арабских цифр с точкой после них. После этой точки текст должен начинаться с большой буквы и оканчиваться точкой. Если фрагменты перечисления мелкие, то они

нумеруются по порядку, с помощью арабских цифр со скобкой после них. Текст в этом случае необходимо начинать с маленькой буквы и разделять элементы списка знаком «точка с запятой». После последнего перечисления ставится точка.

Для маркированных списков, включающих крупные текстовые фрагменты, которые состоят из более чем одного предложения, необходимо начало писать с большой буквы, а по окончании текстового фрагмента ставить точку.

Если фрагменты перечисления мелкие, однострочные, то они начинаются с маленькой буквы, а заканчивать их следует знаком «точка с запятой». После последнего перечисления ставится точка.

*Пример оформления нумерованного списка:*

Силовые упражнения, применяемые в разных видах спорта, целесообразно разделить на 3 группы:

- 1) упражнения неспецифического воздействия;
- 2) аналитические упражнения, направленные на развитие мышечных групп, ведущих для данного вида спорта;
- 3) упражнения, совершенствующие силу в рамках основного спортивного навыка.

*Пример оформления маркированного списка:*

Для создания упражнений с внешним сопротивлением используют:

- вес предметов;
- противодействие партнеров;
- сопротивление упругих предметов;
- сопротивление внешней среды (например, бег по глубокому снегу).

### **Оформление таблиц и иллюстративного материала в выпускной квалификационной работе**

При оформлении таблиц, размещаемых как внутри текста, так и в приложениях, строка «Таблица 1» выравнивается по правому краю листа. В следующей строке пишется название таблицы без кавычек и точки в конце. Название таблицы не выделяется полужирным и выравнивается по центру, с одинарным интервалом, без пропуска строки. Строка «Таблица 1» и название таблицы выделяются 14 шрифтом.

После таблицы делается пропуск строки.

Например,

Таблица 1

Характер профессионального интереса и склонности к педагогической деятельности, баллы

Показатели	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	до эксперимента	после эксперимента	до эксперимента	после эксперимента
Эмоциональный	6,4	7,45	6,5	7,64
Мотивационный	6,0	6,43	5,82	6,92
Интеллектуальный	5,92	5,92	5,88	7,28
Волевой	5,88	6,4	5,82	7,04

Если таблица не умещается на одной странице, ее колонки нумеруются, и на следующей странице повторяется строка с номерами колонок без повторения их названия.

**В ячейках таблицы:**

- допускается применять шрифт меньший, чем в основном тексте (12-11);
- применяется одинарный интервал;
- не должно быть абзацного отступа;
- цифровые значения выравниваются по центру, буквенные – по левому краю;
- центровка производится по горизонтали и вертикали;
- заголовки колонок и строк таблицы пишутся с прописной буквы, а подзаголовки колонок – со строчной (если они составляют одно предложение с заголовком).

При оформлении **иллюстративного материала** (графиков, диаграмм, фотографий), размещённых как внутри текста, так и на отдельных листах, под иллюстративном материалом пишется слово «Рис. », проставляется его номер арабской цифрой, после которой ставится точка, и с прописной буквы пишется название и, при необходимости, поясняющий текст. Название рисунка выполняется 14 шрифтом и выравнивается по центру, с одинарным интервалом. Точка в конце названия рисунка не ставится. При наличии в тексте единственного рисунка номер ему не присваивается.

При оформлении **иллюстративного материала** (графиков, диаграмм) указываются названия осей и подписи данных.

Например,



Для таблиц и рисунков, размещенных в основном тексте работы, допустима только сквозная нумерация (отдельная для таблиц и отдельная для рисунков) арабскими цифрами по всему тексту. После названия рисунка и после таблицы всегда пропускается одна строка.

Таблицы и рисунки должны размещаться сразу после ссылки (первого упоминания) на них в тексте на данном листе или (если это невозможно) в начале следующего. Ссылка даётся по типу «рис. 1» в скобках или без них в зависимости от контекста предложения. При всех последующих ссылках на таблицу или рисунок эти ссылки дают с сокращённым словом «смотри». Например: «(см. рис. 2)». Сокращения «табл.» и «рис.» применяют в тех случаях, когда таблицы и рисунки имеют номера.

#### **Оформление приложений в выпускной квалификационной работе**

В приложения выносятся поясняющие основной текст материалы. Каждое приложение начинается с нового листа прописными буквами полужирным шрифтом.

Например,

Приложение 1

**План недельного микроцикла пловцов экспериментальной группы  
на «короткой воде» (г. Санкт-Петербург)**

Если приложений больше, чем одно, все они нумеруются арабскими цифрами без знака №. Например: «Приложение 1». В следующей строке с прописной буквы пишется название приложения. Название выделяется полужирным начертанием, выравнивается по центру, с 1,5 интервалом. Точка после названия приложения не ставится.

Иллюстративный материал и таблицы, размещённые в приложении имеет свою (только для данного приложения) нумерацию.

При оформлении текстов в приложениях допускается применять меньший размер

шрифта, чем в основном тексте (11-12) и одинарный интервал.

Ссылки на приложения в тексте ВКР обязательны и оформляются аналогично ссылкам на таблицы и рисунки.

### **Оформление ссылок на используемый источник в выпускной квалификационной работе**

Оформление ссылки на использованный источник осуществляется в конце предложения в квадратных скобках с указанием номера книги (источника) в списке источников, например [23]. А при дословном цитировании, и с указанием номера страницы, с которой взята цитата. Например: «[4, с. 25]». Точка в предложении со ссылкой на источники ставится после ссылки за квадратными скобками. Несколько источников отделяются друг от друга «;». Например: «[22; 34; 41]».

### **Оформление списка использованных источников в выпускной квалификационной работе**

Список использованных источников составляется в соответствии с ГОСТом Р 7.0.100–2018 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления». Примеры оформления приведены в Приложении 6.

Материал в списке использованных источников группируется следующим образом:

- Список имеет единую нумерацию всех источников.
  - Принцип составления – алфавитный, в котором записи располагаются по алфавиту фамилий авторов и/или заглавий произведений, если фамилия автора не указана. Если один автор имеет несколько публикаций, то в списке они указываются по алфавиту заглавий.
- Например:

Атаманчук Г. В. Сущность государственной службы

Атаманчук Г. В. Теория государственного управления

Атаманчук Г. В. Управление – социальная ценность и эффективность

Документы в списке использованных источников должны быть расположены в следующей последовательности:

1) правительственные документы федерального уровня (законы, постановления, приказы, распоряжения) располагаются в следующем порядке:

- Конституции;
- Кодексы;
- Законы;
- Указы Президента;
- Постановление Правительства;
- Другие нормативные акты (письма, приказы и т. д.).

2) правительственные документы краевого и городского уровня (законы, постановления, приказы, распоряжения);

3) стандарты и технические регламенты;

4) книги и статьи на русском языке (по алфавиту фамилий авторов или названий в случае отсутствия автора);

5) книги и статьи на иностранном языке (по алфавиту фамилий или названий в случае отсутствия автора);

6) электронные ресурсы локального доступа;

7) электронные ресурсы удаленного доступа.

## **Общие требования к оформлению выпускной квалификационной работы**

ВКР должна быть распечатана и прошита, представлена в одном экземпляре, обложки жёсткие. С ВКР на нормоконтроль сдаются отзыв руководителя, после положительного заключения нормоконтроллера ВКР передается студентом на рецензию.

### **5. ПОДГОТОВКА ДОКЛАДА И ПРЕЗЕНТАЦИИ К ЗАЩИТЕ ВКР**

Для защиты ВКР необходимо подготовить доклад и презентацию. Доклад представляет собой краткое изложение сути проведенного исследования, полученных результатов.

Примерный план доклада:

- обоснование актуальности темы;
- установленная проблема;
- объект и предмет исследования;
- цель и задачи работы;
- основные положения теоретического раздела;
- основные положения практического раздела;
- общее заключение;
- практические рекомендации.

Для подготовки к выступлению доклад рекомендуется оформить письменно. Содержание доклада необходимо согласовать с руководителем. Доклад необходимо сопровождать презентацией, которая является эффективным способом изложения сути и результатов проведенного исследования.

Презентация должна ясно доводить до аудитории основную идею исследования и полученные результаты.

Основой подготовки презентации служит доклад. Структура презентации аналогична структуре и плану доклада.

Рекомендации по содержанию и структуре презентации ВКР приведены в таблице.

Таблица

Примерная структура и содержание презентации ВКР

Слайд презентации	Содержание
Слайд 1	Вид и название работы.
Слайд 2	Объект и предмет исследования.
Слайд 3	Цель, гипотеза (при наличии) и задачи работы.
Слайд 4	Основные положения теоретической части.
Слайд 5-6	Основные положения практической части.
Слайд 7-10	Общие выводы по работе.
Слайд 11	Формула вежливости.

Количество слайдов может варьироваться в зависимости от темы работы. Максимальное количество слайдов 15.

При подготовке слайдов рекомендуется придерживаться следующего:

- слайды должны быть простыми, не перегруженными текстом и излишними данными;
- желательно использовать шаблон со светлым фоном, который не отвлекает внимание от содержания слайда;
- текст должен легко читаться, рекомендуемый размер шрифта не ниже 20 pt;
- текст должен быть написан простыми, короткими предложениями, отражать



существенную информацию;

- рекомендуется употреблять общепринятую терминологию, пояснять узкоспециализированные понятия;

- не следует использовать в презентации звуковые эффекты и большое количество анимации;

- рисунки, графики, таблицы должны иметь название;

- содержание слайдов должно соответствовать выступлению.

Дополнительные материалы, подкрепляющие выступление и не вошедшие в презентацию, могут быть оформлены в виде иллюстративного материала к докладу. Примером таких материалов могут служить основные тезисы презентации, примеры разработанных документов и др. В случае наличия иллюстративного материала в процессе выступления необходимо делать ссылку на соответствующий материал.

## **6. УСЛОВИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ И ЗАЩИТЫ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

За месяц до защиты полностью готовая ВКР представляется студентом руководителю. Руководитель после проверки работы подписывает титульный лист, после чего работа студентом брошюруется и вместе с письменным отзывом передается в учебную часть. Допуск студентов к защите выпускной квалификационной работы по специальности 49.02.01 Физическая культура утверждается приказом директора СПб ГБПОУ «УОР № 1».

Защита ВКР проводится в специально подготовленном помещении на открытом заседании государственной экзаменационной комиссии с участием не менее двух третей ее состава.

Заседание государственной экзаменационной комиссии протоколируется.

Процедура защиты ВКР включает:

- доклад-презентацию обучающегося с включением самоанализа работы (не более 10 минут);

- чтение отзыва;

- чтение рецензии;

- вопросы членов комиссии;

- ответы студента.

## **7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Защита ВКР проводится на открытом заседании государственной экзаменационной комиссии. Процедура защиты устанавливается председателем государственной экзаменационной комиссии по согласованию с членами комиссии, и как правило, включает доклад студента (не более 10 минут), чтение отзыва и рецензии, вопросов членов, ответы студента.

Может быть предусмотрено выступление руководителя ВКР, а также рецензента, если он присутствует на заседании. При определении окончательной оценки по защите ВКР учитываются:

- доклад выпускника по каждому разделу ВКР;

- ответы на вопросы;

- оценка рецензента;

- отзыв руководителя.

**Критерии оценивания ВКР основаны на следующих показателях:**

1. Самостоятельность в определении плана, форм и видов деятельности, их

корректировке.

2. Формирование и обоснование актуальности темы ВКР, целей, задач, видов использованных источников.

3. Логика изложения материала, знание материала, умение защитить свою точку зрения. Оригинальность текста – 70% и выше.

4. Видение проблем в процессе получения данных и планирование корректирующих действий.

5. Степень сложности способа демонстрации результатов ВКР и обоснование выбранного способа. Качество представленных результатов исследования.

6. Определение методических свойств ВКР и видение перспектив продолжения работы над ВКР в профессиональной деятельности (в том числе по предложению работодателя).

**Практическая ценность исследования, выставляемая оценка соответствует степени проявления показателя:**

– «отлично» - высокий уровень проявления (полный объём выполнения работы; высокий процент самостоятельности; точное соответствие требованиям ВКР).

– «хорошо» - достаточный уровень проявления (достаточный объём выполнения работ; присутствие незначительных замечаний по выполнению ВКР).

– «удовлетворительно» - допустимый уровень выполнения (работа в целом сделана с помощью руководителя; присутствие более значительных замечаний по содержанию ВКР).

– «неудовлетворительно» - недопустимый уровень выполнения (обучающийся не проявляет знаний и умений согласно требованиям государственной экзаменационной комиссии).

В протоколе фиксируется: итоговая оценка ВКР, вопросы и особое мнение членов комиссии.

Студенты, выполнившие ВКР, но получившие при защите «неудовлетворительно», имеют право на повторную защиту. В этом случае государственная экзаменационная комиссия может признать целесообразным повторную защиту студентом той же ВКР, либо вынести решение о закреплении за ним нового задания на ВКР и определить срок повторной защиты, но не ранее чем через год.

**ОБРАЗЕЦ ЗАЯВЛЕНИЯ НА УТВЕРЖДЕНИЕ ТЕМЫ ВЫПУСКНОЙ  
КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

ДИРЕКТОРУ

СПб ГБПОУ «УОР №1»

В. А. Кузнецову

от студента \_\_\_\_ курса, группы \_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**ЗАЯВЛЕНИЕ**

Прошу утвердить тему моей выпускной квалификационной работы:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

назначить руководителем:

\_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

\_\_\_\_\_

(Фамилия И.О.)

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_ И.О. Фамилия

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ ТИТУЛЬНОГО ЛИСТА ВЫПУСКНОЙ  
КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 1»**

**ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ**

Директор СПб ГБПОУ «УОР № 1»

\_\_\_\_\_ В.А. Кузнецов

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Специальность 49.02.01 Физическая культура**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

на тему:

**ОСОБЕННОСТИ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ  
В ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД У ВЕЛОГОНЩИКОВ 14-15 ЛЕТ**

**Студентка 3 курса**

**АЛЕКСЕЕВА Мария Александровна**

\_\_\_\_\_

(подпись)

**Руководитель**

**Иванова Елена Анатольевна, к.п.н.**

\_\_\_\_\_

(подпись)

**ЗАЩИТА ВКР:**

Оценка \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

**Председатель ГЭК**

**ПЕТРОВ Иван Иванович, к.псих.н, доцент**

\_\_\_\_\_

(подпись)

Санкт-Петербург  
20\_\_ г.

**ОБРАЗЕЦ ОГЛАВЛЕНИЯ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
НА ПРИМЕРЕ ТЕМЫ «СПЕЦИАЛЬНАЯ СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА БЕГУНОВ НА  
КОРОТКИЕ ДИСТАНЦИИ»**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ «СПЕЦИАЛЬНАЯ СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ВЫСОКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ В СПРИНТЕРСКОМ БЕГЕ»</b> .....	5
1.1. Значение специальной силовой подготовки для достижения высоких результатов в спринтерском беге.....	5
1.2. Средства и методы развития силы, применяемые спринтерами .....	10
1.3. Организация специальной силовой подготовки бегунов на короткие дистанции в годичном цикле тренировки .....	15
<b>ГЛАВА 2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ</b> .....	20
2.1. Цель, задачи исследования.....	20
2.2. Методы исследования.....	20
2.3. Организация исследования.....	26
<b>ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ «СПЕЦИАЛЬНАЯ СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ВЫСОКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ В СПРИНТЕРСКОМ БЕГЕ»</b> .....	27
3.1. Уровень развития специальной силовой подготовленности бегунов на короткие дистанции различной квалификации.....	27
3.2. Корреляционная структура силовой подготовленности спринтеров.....	30
3.3. Распределение тренировочной нагрузки в годичном цикле у бегунов на короткие дистанции различной квалификации.....	37

<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....</b>	<b>44</b>
<b>ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ .....</b>	<b>47</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....</b>	<b>49</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>	<b>53</b>



**РЕЦЕНЗИЯ**  
на выпускную квалификационную работу

Студента(ки) \_\_\_\_\_  
фамилия, имя, отчество

На тему: \_\_\_\_\_

Актуальность работы \_\_\_\_\_

Практическая значимость работы \_\_\_\_\_

Оценка содержания выпускной квалификационной работы \_\_\_\_\_

Качество профессиональных знаний и умений, уровень овладения профессиональными компетенциями \_\_\_\_\_

Положительные стороны выпускной квалификационной работы \_\_\_\_\_

Замечания по выпускной квалификационной работ \_\_\_\_\_

Рекомендации по внедрению результатов работы \_\_\_\_\_

Рекомендуемая оценка выпускной квалификационной работы \_\_\_\_\_

Дополнительная информация для ГЭК \_\_\_\_\_

Рецензент

\_\_\_\_\_  
фамилия, имя, отчество, ученая степень, звание, должность

\_\_\_\_\_  
подпись / расшифровка подписи

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



## ПРИМЕРЫ БИБЛИОГРАФИЧЕСКОГО ОПИСАНИЯ ИСТОЧНИКОВ ЛИТЕРАТУРЫ И ЭЛЕКТРОННЫХ РЕСУРСОВ

### *Книга с одним автором*

1. Дорман, В. Н. Экономика организации. Ресурсы коммерческой организации : учебное пособие / В. Н. Дорман ; под редакцией Н. Р. Кельчевской. – Москва : Юрайт ; Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2023. – 134 с. – (Профессиональное образование).
2. Котляров, М. А. Экономика недвижимости : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / М. А. Котляров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 238 с.

### *Книга с двумя авторами*

1. Шапцев, В. А. Теория информации. Теоретические основы создания информационного общества : учеб. пособие / В. А. Шапцов, Ю. В. Бидуля. – Москва : Юрайт, 2023. – 177 с. – (Университеты России).
2. Шубаева, В. Г. Маркетинговые технологии в туризме : учебник и практикум / В. Г. Шубаева, И. О. Сердобольская. – 2-е изд. исправ. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – 120 с. – (Профессиональное образование).

### *Книга с тремя авторами*

1. Джонсон, Д. Корпоративная стратегия: теория и практика : учебник / Д. Джонсон, К. Шоулз, Р. Уиттингтон. – 7-е изд. ; пер. с англ. А. Ю. Заякина. – Москва : Вильямс, 2023. – 800 с.
2. Поляков, Н. А. Управление инновационными проектами : учебник и практикум / Н. А. Поляков, О. В. Мотовилов, Н. В. Лукашов. – Москва : Юрайт, 2023. – 330 с. – (Бакалавр. Академический курс).

### *Книги под заглавием (если книга имеет 4 автора и более)*

1. История сервиса : учеб. пособие / В. Э. Багдасарян, И. Б. Орлов, М. В. Катагошина, С. А. Коротков. – 2-е изд. перераб. и доп. – Москва : ИНФРА-М, 2023. – 337 с. – (Высшее образование. Бакалавриат).
2. Международная торговля товарами и услугами : учебник для бакалавриата и магистратуры / Г. В. Кузнецова, Г. В. Подбиралина, И. М. Субботина, И. В. Головкин ; Российская академия им. Г. В. Плеханова. – Москва : Юрайт, 2023. – 433 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс).
3. Экономический анализ в схемах и таблицах : учебник / М. В. Мельник, С. И. Соцкова, Г. А. Шатунова, О. Н. Поташова. – 2-е изд. перераб. и доп. – Самара : Изд-во Самар. гос. экон. ун-та, 2023. – 432 с. – (Учет и анализ – наглядно и просто).
4. Управление рисками приоритетных инвестиционных проектов. Концепция и методология : монография / В. Г. Антонов, В. В. Масленников, Л. Г. Скамай, А. М. Вачегин. – Москва : Русайнс, 2023. – 188 с.

### *Материалы конференций*

1. Институциональная экономика: развитие, преподавание, приложения : сб. науч. ст. V Междунар. науч. конф. «Институциональная экономика: развитие, преподавание, приложения», Москва, 15 ноября 2023 г. ; ГУУ. – Москва : Изд-во ГУУ, 2023. – 382 с.
2. Проблемы развития предприятий: теория и практика : материалы 16-й Междунар. науч.-практ. конф., Самара, 16-17 ноября 2023 г. : в 3 ч. Ч. 2. Региональное

развитие в условиях глобализации. Развитие теории и практики менеджмента предприятий в условиях перехода к инновационной экономике / ред. С. И. Ашмарина ; Самар. гос. экон. ун-т. – Самара : Изд-во Самар. гос. экон. ун-та, 2023. – 276 с.

#### *Книга с пятью авторами*

**(При наличии информации о пяти и более авторах приводят имена ПЕРВЫХ ТРЁХ АВТОРОВ и в квадратных скобках указывают «[и др.]»)**

1. Французский язык в сфере юриспруденции : учеб.-метод. пособие / И. С. Голованова, Ю. Д. Ермакова, Л. В. Капустина [и др.]. – Самара : Изд-во Самар. гос. экон. ун-та, 2023. – 54 с.

2. Распределенные интеллектуальные информационные системы и среды : монография / А. Н. Швецов, А. А. Суконщиков, Д. В. Кочкин [и др.]. – Курск : Университетская книга, 2023. – 196 с.

#### *Законодательные материалы*

1. Российская Федерация. Законы. Уголовный кодекс Российской Федерации : УК: текст с изменениями и дополнениями на 1 августа 2023 года : [принят Государственной думой 24 мая 1996 года : одобрен Советом Федерации 5 июня 1996 года]. – Москва : Эксмо, 2023. – 350 с.

2. Российская Федерация. Законы. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон № 131-ФЗ : [принят Государственной думой 16 сентября 2022 года : одобрен Советом Федерации 24 сентября 2022 года]. – Москва : Проспект ; Санкт-Петербург : Кодекс, 2022. – 158 с.

#### *Автореферат диссертации, диссертация*

1. Величковский, Б. Б. Функциональная организация рабочей памяти : специальность 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» : автореф. дис. на соискание ученой степени доктора психологических наук / Величковский Борис Борисович ; Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова. – Москва, 2023. – 44 с.

#### *Многотомные издания*

##### **Издание в целом**

1. Агапов, А. Б. Административное право : в 2 т. : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. Б. Агапов. – 11-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2023. – (Бакалавр и магистр. Академический курс).

2. Криминология. Особенная часть : в 2 т. : учебник для академического бакалавриата / О. С. Капинус, П. В. Агапов, Б. В. Андреев [и др.] ; отв. ред. О. С. Капинус. – Москва : Юрайт, 2023. – 311 с. – (Бакалавр. Академический курс).

##### **Отдельный том**

1. Агапов, А. Б. Административное право : в 2 т. Т. 1. Общая часть : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. Б. Агапов. – 11-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2020. – 471 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс).

2. Криминология. Особенная часть : 2 т. Т. 2 : учебник для академического бакалавриата / О. С. Капинус, П. В. Агапов, Б. В. Андреев [и др.] ; ред. О. С. Капинус. – Москва : Юрайт, 2020. – 311 с. – (Бакалавр. Академический курс).

#### *Электронные ресурсы*

1. Агапов, А. Б. Административное право : в 2 т. Т. 1. Общая часть : учебник для бакалавриата и магистратуры / А. Б. Агапов. – 11-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт,

2023. – 471 с. – (Бакалавр и магистр. Академический курс). – (дата обращения: 05.08.2023). – Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. – Текст : электронный.

2. Бозров, В. М. Актуальные проблемы деятельности судов общей юрисдикции РФ : учебник / В. М. Бозров. - Москва : Юстиция, 2023. – 568 с. – (Для специалитета и магистратуры). – (дата обращения: 26.06.2023). – Режим доступа: Электронно-библиотечная система Book.ru. – Текст : электронный.

3. Криминология. Особенная часть : 2 т. Т. 2 : учебник для академического бакалавриата / О. С. Капинус, П. В. Агапов, Б. В. Андреев [и др.] ; отв. ред. О. С. Капинус. - Москва : Юрайт, 2018. – 311 с. – (Бакалавр. Академический курс). – URL: <https://biblio-online.ru/bcode/425382> (дата обращения: 08.08.2023). – Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. – Текст : электронный.

4. Экономика предприятий агропромышленного комплекса. Практикум : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. Г. Ахметов [и др.] ; под ред. Р. Г. Ахметова. – Москва : Юрайт, 2023. – 270 с. – (Бакалавр. Академический курс. – URL: <https://www.biblioonline.ru/bcode/433019> (дата обращения: 16.06.2023). – Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт. – Текст : электронный.

#### ***Сайты внутри интернета***

1. Официальный сайт Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://government.ru> (дата обращения: 19.02.2023). – Текст : электронный.

2. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации : официальный сайт. – 2023. – URL: <https://rosmintrud.ru/docs/1281> (дата обращения: 08.04.2023). – Текст : электронный.

## МАТРИЦА ОЦЕНКИ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Параметры (показатели качества выполнения ВКР)	Основные индикаторы
Обоснование актуальности тематики работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- тема отражает актуальную проблему по вопросам физической культуры и спорта;</li> <li>- тема направлена на повышение эффективности профессиональной деятельности специалиста;</li> <li>- во введении обоснован выбор данной темы.</li> </ul>
Полнота, корректность и соответствие научного аппарата теме исследования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлены противоречия и сформулирована проблема;</li> <li>- правильно определены объект и предмет исследования;</li> <li>- цель ВКР соответствует проблеме исследования;</li> <li>- сформулированы задачи, позволяющие достичь цели исследования;</li> <li>- сформулирована гипотеза (при наличии).</li> </ul>
Полнота, корректность и соответствие понятийного аппарата теме исследования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведён теоретический анализ основных понятий;</li> <li>- сформирован понятийный аппарат ВКР;</li> <li>- имеется краткий словарь основных терминов (глоссарий).</li> </ul>
Соответствие содержания работы теме исследования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соответствует целевой установке и задачам исследования;</li> <li>- отражает полноту реализации цели исследования;</li> <li>- отражает готовность к решению задач основных видов профессиональной деятельности, указанных для специалиста.</li> </ul>
Отражение степени разработанности проблемы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- продемонстрировано умение ретроспективного анализа литературы и источников по проблеме;</li> <li>- степень полноты обзора состояния проблемы;</li> <li>- имеются ссылки на зарубежных авторов или зарубежные «школы», передовой опыт;</li> <li>- продемонстрировано умение критически оценивать концепции различных авторов.</li> </ul>
Ясность, логичность и научность изложения содержания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретическое обоснование выполнено системно и логично;</li> <li>- язык и стиль изложения содержания соответствуют жанру научно-исследовательской работы;</li> <li>- теоретические знания соответствуют требованиям ФГОС СПО;</li> <li>- оригинальность текста 70% и выше.</li> </ul>
Уровень и корректность использования методов исследования	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение выбрать и обосновать методы и средства решения проблемы;</li> <li>- корректность использования методов исследования.</li> </ul>
Анализ результатов и выводы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- имеются выводы после каждой главы;</li> <li>- заключительные выводы и предложения обоснованы и опираются на содержание работы (или результаты</li> </ul>

<b>Параметры (показатели качества выполнения ВКР)</b>	<b>Основные индикаторы</b>
	<p>исследования);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прослеживается личностная позиция автора;</li> <li>- в выводах теоретические положения логично связаны с практическими рекомендациями</li> </ul>
<p>Практическая значимость результатов</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- имеются рекомендации по использованию материалов исследования в практической деятельности;</li> <li>- предложены конкретные технологии в области профессиональной деятельности;</li> <li>- ВКР содержит новые подходы к решению исследуемой проблемы;</li> <li>- имеется акт о внедрении результатов исследования.</li> </ul>
<p>Оформление работы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работа имеет четкую структуру;</li> <li>- работа оформлена с применением компьютерных технологий;</li> <li>- формат бумаги – А4 (210/297 мм.);</li> <li>- параметры страницы: поля – левое 30 мм., правое 15 мм., верхнее и нижнее по 25 мм.;</li> <li>- текст имеет деление на абзацы;</li> <li>- название глав и параграфов соответствует внутреннему содержанию и оглавлению работы;</li> <li>- список использованных источников оформлен в соответствии с ГОСТ;</li> <li>- ссылки на информационные источники и оформление цитат соответствуют требованиям ГОСТ;</li> <li>- оформление и нумерация таблиц, рисунков и ссылок на них соответствует требованиям ГОСТ;</li> <li>- приложения и ссылки оформлены в соответствии с требованиями ГОСТ.</li> </ul>