

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



**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
по подготовке, оформлению и защите выпускных квалификационных  
работ**

**Направление подготовки**

**49.03.01 - Физическая культура**

**49.03.02 - Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья  
(адаптивная физическая культура)**

**49.03.04 - СПОРТ**

**Профиль подготовки**

Физкультурное образование

Адаптивное физическое воспитание

Тренерско-преподавательская деятельность в избранном виде спорта

**Уровень высшего образования**

Бакалавриат

**Форма обучения**

Очная, заочная

Рассмотрено и согласовано на заседании кафедры ФКСиАФК

Протокол №12 от «25» июня 2025г.

Подольск - 2025

Методические рекомендации разработаны в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Порядком проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 29.06.2015 № 636;
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 940 (ред. от 27.02.2023);
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. N 942 (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2020 г., 8 февраля 2021 г., 19 июля 2022 г., 27 февраля 2023 г.);
- Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденный приказом Минобрнауки России от 25 сентября 2019 г. № 886;
- приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 6 апреля 2021 г. N 245 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры" (ред. от 02.03.2023);
- учебными планами, составленными на основе ФГОС высшего образования по направлениям подготовки 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и 49.03.04 «СПОРТ»;
- Уставом АНООВО ПССИ.

Разработчик: АНООВО «Подольский социально-спортивный институт».

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ О ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ .....	4
2. ТЕМАТИКА И РУКОВОДСТВО ВКР .....	4
3. СТРУКТУРА ВКР .....	5
4. ТРЕБОВАНИЯ К СТРУКТУРНЫМ ЭЛЕМЕНТАМ ВКР .....	6
5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ВКР .....	8
6. ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ ВКР .....	13
7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВКР.....	14
8. РЕЦЕНЗИРОВАНИЕ ВКР.....	16
9. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ВКР К ЗАЩИТЕ.....	17
10. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....	17
11. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	18
12. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	28

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ О ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ**

1.1. Выпускная квалификационная (бакалаврская) работа выполняется на заданную тему по образовательным программам высшего образования по направлениям 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и 49.03.04 «СПОРТ», написанная лично автором под руководством научного руководителя.

Выпускная квалификационная (бакалаврская) работа способствует систематизации и закреплению знаний выпускника при решении конкретных задач, а также определению уровня подготовки выпускника к самостоятельной работе.

Выпускная квалификационная работа (далее – ВКР) завершает подготовку специалиста по направлениям 49.03.01 «Физическая культура», 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», 49.03.04 «СПОРТ» и решает следующие задачи:

- ✓ Закрепление, систематизация и расширение теоретических и практических знаний в профессиональной сфере.
- ✓ Закрепление навыков самостоятельной работы.
- ✓ Формирование профессиональной компетенции – участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.
- ✓ Определение уровня подготовленности студента-выпускника для самостоятельной работы в профессиональной сфере.

1.2. Подготовка ВКР осуществляется студентом в рамках последнего года обучения. Продолжительность и сроки выполнения ВКР определяются требованиями государственного образовательного стандарта и графиком учебного процесса, установленным учебным планом подготовки по соответствующему направлению.

1.3. Выполнение и защита ВКР являются видом учебной деятельности, который завершает процесс освоения студентом образовательной программы ВО. Содержание ВКР и уровень ее защиты рассматриваются как основной критерий при оценке уровня профессиональной подготовки выпускника и качества реализации образовательной программы.

## **2. ТЕМАТИКА И РУКОВОДСТВО ВКР**

2.1. Темы выпускных квалификационных работ определяются образовательным учреждением. Тема выпускной квалификационной работы должна быть актуальной, соответствовать достижениям науки и практики, при этом тематика выпускной квалификационной работы должна соответствовать содержанию одного или нескольких профессиональных модулей, входящих в образовательную программу высшего образования по направлениям подготовки «Физическая культура», «Адаптивная физическая культура», «Спорт». Студенту предоставляется право предложить свою тему с необходимым обоснованием целесообразности ее разработки для практического применения.

Темы и руководители ВКР утверждаются выпускающей кафедрой, представляются в учебный отдел и выкладываются на сайте АНООВО ПССИ [<http://псси-к.рф>]. Научный руководитель ВКР назначается, как правило, из числа научно-педагогических работников выпускающей кафедры.

2.2. По согласованию с выпускающей кафедрой студенту может быть предложена тема ВКР, связанная с тематикой НИР другой кафедры. В таком случае за студентом закрепляется научный руководитель (или консультант) с соответствующей кафедры. При назначении двух научных руководителей общее количество часов учебной нагрузки, выделяемое на руководство ВКР, остается неизменным.

2.3. После выбора темы студент подает заявление (приложение 1) на имя проректора по учебной работе с просьбой об утверждении.

2.4. Смена руководителя или изменение темы ВКР принимается на основе решения выпускающей кафедры и утверждается распоряжением ректора ПССИ (приложение 2).

2.5. В исключительных случаях, не позднее, чем за три месяца до защиты, тема выпускной квалификационной работы может быть изменена. Утверждение измененной темы осуществляется на основании личного заявления студента и утверждается приказом ректора.

2.6. По утвержденным темам разрабатываются индивидуальные задания (приложение 3) для каждого выпускника, которые выдаются студентам за две недели до выхода студента на преддипломную практику и календарный график выполнения ВКР (приложение 4). В задании указывается тема ВКР, исходные данные к ее выполнению, перечень подлежащих разработке вопросов (обычно в виде перечня разделов работы), сроки выполнения. Здесь же приводится перечень основных расчетов, таблиц, графиков, необходимых для выполнения ВКР.

2.7. Основные обязанности студента при выполнении ВКР:

- ✓ выполнение требований Положения о ВКР;
- ✓ своевременный выбор направления исследований и темы ВКР;
- ✓ посещение консультаций и выполнение в соответствии с индивидуальным планом подготовки и выполнения ВКР требований и заданий руководителя;
- ✓ завершение ВКР в полном объеме не позднее, чем за две недели до начала Итоговой государственной аттестации согласно трафику учебного процесса;
- ✓ предоставление на процедуру защиты ВКР текста исследования на бумажном и электронном носителях;
- ✓ предоставление на процедуру защиты ВКР пояснительной записи, материалов и заключительного варианта работы, оформленных в соответствии с требованиями;
- ✓ подготовка доклада защиты на бумажном и мультимедийной презентации ВКР на электронном носителе.

2.8. Работа руководителя со студентом над выпускной работой осуществляется в форме консультаций. В процессе совместной работы рассмотрению подлежат:

- ✓ постановка проблемы и задач;
- ✓ список литературных и информационных источников;
- ✓ варианты содержания, состав исходного материала, целевая направленность исследования;
- ✓ методы и результаты анализа состояния вопроса;
- ✓ пути решения поставленных задач;
- ✓ разделы выпускной работы по мере готовности формы представления информации;
- ✓ графический материал к выпускной работе в компьютерном (слайдовом) исполнении для защиты выпускной работы перед членами ГАК.

В случае необходимости студент вносит исправления в выпускную квалификационную работу по замечаниям руководителя.

2.9. Выпускные квалификационные работы выполняются в форме бакалаврской работы. Выпускные квалификационные работы могут быть экспериментального и реферативного типа. Требования к выпускным квалификационным работам определяются основной профессиональной образовательной программой и доводятся до сведения студентов не позднее, чем за шесть месяцев до начала государственной итоговой аттестации.

### **3. СТРУКТУРА ВКР**

ВКР должна включать в себя следующие структурные элементы:

- ✓ титульный лист (приложение 5);

- ✓ оглавление (приложение 6);
- ✓ введение;
- ✓ основная часть, состоящая из трех глав;
- ✓ заключение (выводы, практические рекомендации);
- ✓ список литературы;
- ✓ приложения;
- ✓ графические материалы.

ВКР должна отвечать следующим требованиям:

- ✓ актуальность;
- ✓ научно-исследовательский характер;
- ✓ целевая направленность;
- ✓ практическая значимость;
- ✓ чёткая структура, завершенность;
- ✓ логичное, последовательное изложение материала;
- ✓ глубина и полнота освещения вопросов;
- ✓ убедительность аргументации;
- ✓ ясность и точность формулировок;
- ✓ конкретность изложения результатов;
- ✓ обоснованность выводов и рекомендаций;
- ✓ грамотное оформление.

Обязательным требованием к выполнению выпускной квалификационной работы является самостоятельность студента-выпускника в сборе, систематизации и анализе фактического материала, формулировании выводов и рекомендаций.

#### **4. ТРЕБОВАНИЯ К СТРУКТУРНЫМ ЭЛЕМЕНТАМ ВКР**

**4.1. 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.

**4.2. 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 круга 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 бакалаврской 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 и спорта может иметь её разработка.

**Первая глава** включает анализ истории вопроса и его современное состояние, обзор литературы по исследуемой теме, представление различные точек зрения на поднятую проблему и обоснование точки зрения автора исследования.

Возможно несколько принципов представления информации:

1. Хронологический - информация располагается в хронологической последовательности.
2. Тематический - информация группируется по логическим частям.
3. Авторский - информация каждого автора располагается по порядку (если мало литературных источников).

Заканчивается глава заключением, где обобщаются описанные в литературном обзоре данные.

**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.

**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.

Далее формулируются **выводы и практические рекомендации**. Выводы отражают наиболее значимые и существенные результаты. Выводы должны лаконично и информативно раскрывать решение поставленных в работе задач. Практические рекомендации содержат материал по применению в деятельности специалистов по физической культуре положений, сформулированных в работе.

Завершает работу **список литературы** и, если необходимо, **приложения**. Список литературы располагают по алфавиту авторов. При описании выходных данных руководствуются действующим ГОСТом (приложение 7).

В **приложения** включают образцы анкет, протоколы измерений, таблицы, фрагменты планов, программ, конспектов, акты внедрения и т.д.

Закрепление темы выпускной квалификационной работы должно проходить на третьем курсе обучения до 10 апреля, утверждение проходит на 4 курсе на заседании Методического совета до 20 ноября.

Предполагается, что уже в течение 3 курса студент определился со своими научными интересами и приступил к сбору теоретической информации и практического

экспериментального материала. Целесообразно начать сбор экспериментального материала, а также апробирование разработанных методик физического воспитания в период производственных практик на 3 и 4 курсах.

При подготовке ВКР необходимо использовать результаты исследований, полученных в ходе написания курсовых работ.

После выбора темы ВКР и назначения научного руководителя студент заполняет бланк заявления о закреплении темы ВКР, и, с визой научного руководителя сдаёт его проректору по учебной работе. При возникновении необходимости коррекции темы студент заполняет заявление об изменении темы.

В начале 4 курса студент заполняет заявление об утверждении темы выпускной квалификационной работы. После этого составляется график (задание) написания выпускной квалификационной работы, который подписывается научным руководителем и проректором по учебной работе.

Подготовка выпускной квалификационной работы предполагает несколько последовательных и взаимосвязанных этапов, что должно быть отражено в графике написания ВКР:

1 этап - выбор темы исследования, назначение научного руководителя; в организационном плане это сопровождается написанием заявления студента о закреплении темы, выходом приказа об утверждении темы выпускной квалификационной работы; составление плана исследования совместно с научным руководителем;

2 этап - сбор и анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, написание первой главы; выбор методик исследования, написание второй главы работы;

3 этап - проведение исследований, обработка полученных результатов, написание третьей главы, представление научному руководителю первого варианта работы;

4 этап - исправление и доработка выпускной работы, формулирование выводов и практических рекомендаций;

5 этап - подготовка к защите и защита работы.

## **5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ ВКР**

5.1. ВКР может быть выполнена и представлена в следующих формах, содержащих решение теоретической или прикладной задачи в рамках предметной области подготовки бакалавров физической культуры:

*a) научно-исследовательская ВКР.* Предполагает исследование конкретного предметного материала в русле заявленной научной проблематики. В ВКР должно проявиться знание автором основных методов исследования, умение их применять, владение научным стилем речи. Такого рода работа является заявкой на продолжение научного исследования в магистратуре научного профиля. ВКР данного типа должна демонстрировать определенную самостоятельность автора в анализе теоретической проблемы, умение выдвигать некоторые научно обоснованные суждения, идеи по избранной теме, делать выводы на основании анализа экспериментальных данных. ВКР предполагает анализ определенного объема научной литературы (список литературы – не менее 25 наименований, из них не менее 30% должны составлять статьи в рецензируемых журналах и научные монографии, 25% – источники не старше 5 лет).

*б) ВКР прикладная* может представлять собой применение конкретной научной методики анализа или описания к данным, полученным в ходе педагогических наблюдений или экспериментов (например, в ходе производственной практики) или к иным фактическим данным, представляющим интерес для теории и методики избранного вида спорта либо физической культуры. ВКР данного типа включает анализ определенного

объема научной или методической литературы (список литературы – не менее 25 наименований, 25% – источники не старше 5 лет).

**в) ВКР реферативная** предполагает описание определенной научной проблематики в ракурсе соотношения точек зрения различных исследователей или научных школ. ВКР данного типа должна включать анализ значительного объема научной литературы (не менее 40 наименований, из них не менее 60% должны составлять статьи в рецензируемых журналах, иностранная литература и научные монографии, 25% – источники не старше 5 лет).

5.2. Рекомендуемый объем ВКР – от 50-60 страниц основного текста (введение – 4-5 страниц, заключение – 3-4 страницы, список литературы – 3-5 страниц (не менее 40 источников), остальной объем приходится на основную часть исследования). Количество и объем приложений, а также сопроводительного графического и презентационного материала определяется научным руководителем исходя из соображений информативности и целесообразности.

5.3. Оформление ВКР осуществляется на основе действующих требований и ГОСТов по оформлению документации. Оформленная по правилам ВКР должна включать в себя: титульный лист; оглавление; введение; основной текст работы (главы и параграфы); выводы и практические рекомендации; список литературы; приложения с актами внедрения, если такие имеются. К работе прилагаются: отзыв научного руководителя; отзыв рецензента.

5.4. Текст ВКР должен быть выполнен печатным способом с использованием компьютера и принтера на одной стороне белой бумаги формата А 4.

**Цвет шрифта текста должен быть черным, размер шрифта — 14 кг для основного текста, 12 кг — для таблиц, надписей на рисунке и подрисуночных подписей. Гарнитура шрифта — Times New Roman. Междустрочный интервал — 1,5.** Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя шрифты разной гарнитуры.

Абзац («красная строка») выставляется только автоматически, а не с помощью клавиши «пробел»!!! Не используется функция автопереносов. В тексте в квадратных скобках указывается порядковый номер ссылки в соответствии со списком литературы.

#### *Пример оформления:*

В конце предложения:... такого показателя задолженности не было три с половиной года [2]. Если ссылок несколько:

... методологической основой исследования явились теория перспектив [3, с. 12; 4, с. 9–12] и теория игр.

или: ... ошибки допускаются независимо от уровня образования и профессиональной занятости [1; 6; 8].

Все тире должны быть одного размера: сочетание клавиш [Ctrl] и [–] (последняя клавиша находится в правом верхнем углу клавиатуры).

**Числовые интервалы** выполняются с помощью тире без пробелов с обеих сторон.  
*Пример оформления*

1941–1945 гг.; 12–15 лет; 90–120 кг; XIX–XX вв.; 20–30-е гг. XIX в.; С. 125–131 и т.д.

Буква «ё» используется только в написании имен собственных и слова «всё».

**Одиночные** буквы-сокращения, а также знак «№» пишутся через пробел, например:  
г. Москва; № 198.

Слово «Интернет» пишется с прописной буквы, а слова «интернет-коммуникации», «интернет-пространство», «интернет -....» – со строчной.

В

числах, начиная с пятизначных, разряды отделяются неразрывным пробелом (сочетание клавиш [Shift+Ctrl] и [пробел]), например: 10 000, 982 354, 1 009 133, но: 1000, 3598, 9999.

Не отделяются пробелом **инициалы** (между именем и отчеством пробел не ставится!), **знак «%»**, а также **традиционные сокращения**, например: Л.Н. Толстой, 25%, т.е., т.п. При упоминании мнения авторов в ВКР необходимо инициалы ставить перед

фамилией, а в скобках указывать год публикации.

#### *Пример оформления*

В.А. Лисовский и соавт. (2001), С.Ф. Курдыбайло (2004) утверждают....

Качество напечатанного текста и оформления иллюстраций, таблиц должно удовлетворять требованиям четкого воспроизведения. В ВКР должны быть четкие линии, буквы, цифры и знаки.

**Опечатки, описки** и другие неточности, обнаруженные в тексте, допускается исправлять подчисткой или закрашиванием белой краской с последующим нанесением исправленного текста (графики) машинным или рукописным способом. Наклейки, повреждения листов ВКР, помарки не допускаются.

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

**Все графики, рисунки, схемы, фотографии диаграммы** и др. размещают непосредственно после первой ссылки на них (или на следующей странице) и обозначают словом «Рис. 1». В тексте обозначается «...на рисунке 1.. или (рис.1)». На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте ВКР. Иллюстрации, за исключением иллюстраций приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией (рис.1).

#### *Пример оформления рисунков в ВКР*

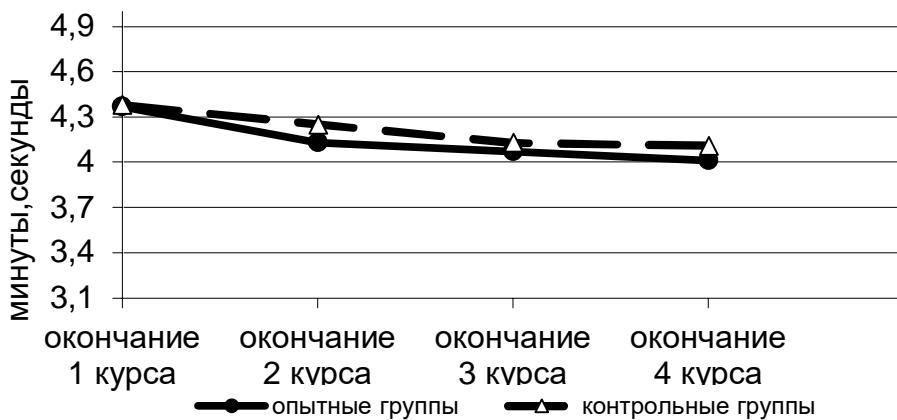


Рис.1. Динамика выносливости женщин экспериментальных групп (бег 1000 м).

При заимствовании рисунка из литературных источников в скобках после его наименования приводится ссылка на автора и год издания публикации. Все рисунки должны быть созданы средствами Word. Рисунки в обязательном порядке должны быть сгруппированы средствами Word. На рисунках должно быть минимальное количество слов и обозначений (рис.2).

#### *Пример оформления*

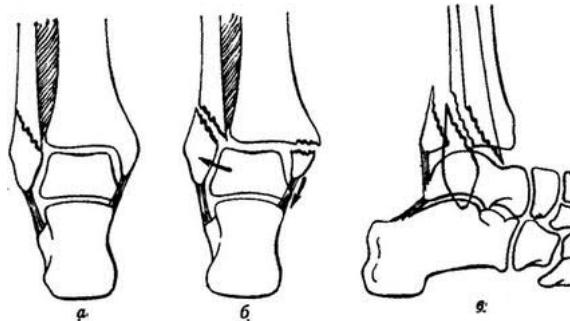


Рис. 2. Переломы лодыжек (По Дубровскому В. И., Федоровой В. Н., 2023)

**Формулы** оформляются в редакторе формул MathType.

**Таблицы.** Название таблицы, при её наличии, должно отражать её содержание, быть точным, кратким. Его следует помещать над таблицей справа, с её номером на одну строку ниже над таблицей посередине «Наименование», при этом точку после номера таблицы и наименования не ставят. В тексте помещаются итоговые и наиболее важные таблицы. Иллюстрации и таблицы помещаются после ссылки на них в тексте (рис.3).

Таблица 1 - Примерная методика круговой тренировки для развития скоростно-силовой выносливости борцов 17-20 лет

<i>№ n/n</i>	<i>Содержание упражнения</i>	<i>Кол-во раз за 20 сек</i>		<i>Вес снаряда</i>		<i>Количество подходов</i>	
		<i>Группа №1</i>	<i>Группа №2</i>	<i>Группа №1</i>	<i>Группа №2</i>	<i>Группа №1</i>	<i>Группа №2</i>
1	Сгибание рук в упоре лежа	35	25	-	-	5-7	7-9
2	Жим гири	10	15	24 кг	24 кг	5-7	7-9
3	Подтягивание	10	7	-	-	5-7	7-9
4	Прыжки через скакалку	1 мин	40 сек	-	-	5-7	7-9
5	Приседание со штангой	10-15	10	50% от max	40-50% от max	5-7	7-9
6	Рывок штанги	7-10	5-8	50% от max	40-50% от max	5-7	7-9
7	Жим лежа	20	15-20	50% от max	40-50% от max	5-7	7-9
8	Вращение блина	15/15	7-10/ 7-10	15/20 кг	20/25 кг	5-7	7-9

Рис. 3. Пример оформления таблиц в ВКР

При использовании в работе опубликованных и не опубликованных источников обязательна ссылка на авторов. Ссылки на литературный источник даются в виде номера, под которым он идёт в списке литературы. Этот номер помещается в скобки: [19].

**Цитирование** может быть: прямым, когда текст воспроизводится дословно и указывается конкретная страница источника; непрямым, когда мысль автора приводится не дословно.

Цитаты должны точно соответствовать тексту первоисточника. Цитата заключается в кавычки. Если необходимо пропустить ряд слов в цитируемом предложении место пропуска обозначают многоточием, а при опускании целых предложений используют, многоточие, заключенное в угловые скобки.

Все личные дополнения и пояснения отделяют от текста цитаты прямыми либо угловыми скобками.

Для каждой цитаты оформляется сноска, содержащая точное название источника, его автора, а желательно и страницу, на которой располагается, в оригинальном источнике, текст цитаты.

**Оформление ссылок при прямом цитировании.** Существует два вида оформления библиографических ссылок. Оформление сносок внизу страницы (постстраничные). В этом случае библиографические сведения о цитируемом источнике располагают на той же

станице, что и цитату. В конце цитаты ставят цифру, которая обозначает порядковый номер сноски на данной странице (или порядковый номер сноски в работе в случае сквозной нумерации). Внизу страницы, после укороченной горизонтальной линии, этот номер повторяется, и за ним следуют библиографические сведения об источнике. Зачастую требуется, также указание номера цитируемой страницы. Для оформления сноски используется более мелкий размер шрифта, чем в тексте работы.

*Пример оформления сноски:*

«Текст цитаты в тексте работы.»<sup>1</sup>

---

1Иванов И.И. Теоретические основы. М.:, 2000.С.25.

При повторном цитировании того же источника на той же странице вместо полных сведений об источнике указывают: «Там же. И номер цитируемой страницы»

*Пример оформления сноски:*

«Текст цитаты в тексте работы.»<sup>1</sup>

«Текст цитаты в тексте работы.»<sup>2</sup>

---

1Иванов И.И. Теоретические основы. М.:, 2000.С.25.

2Там же. С.25.

Оформление сносок в конце работы (концевые). Сразу после цитаты в квадратных скобках указывают порядковый номер цитируемого источника по списку литературы и, если это требуется, номер цитируемой страницы. В конце работы оформляют список литературы, в котором под соответствующим номером дают полные библиографические сведения об источнике.

*Пример оформления ссылки:*

«Текст цитаты» [1.25]. (т.е. источник указанный в списке литературы под номером 1, 25-я страница этого источника)

Оформление ссылок при непрямом цитировании. Возможен пересказ почерпнутых из источника сведений своими словами. В этом случае в конце изложения указывают в квадратных скобках номер источника, в котором приводятся сведения.

*Пример оформления ссылки:*

Текст, изложенный своими словами [1].

*Список литературы:*

- оформляется строго в алфавитном порядке;
  - английские источники в Списке литературы пишутся по-английски и идут после русских (также в алфавитном порядке);
  - электронные источники оформляются по ГОСТ Р7.0.108-2022 «Библиографические ссылки на электронные документы, размещенные в информационно-телекоммуникационных сетях. Общие требования к составлению и оформлению»;
- Для электронных источников нужно указать те же данные, что и для журналов: автор, название статьи, название сайта (или раздела сайта) и адрес URL. В записи обязательно должен присутствовать текст [Электронный ресурс].

*Пример оформления:*

- Логинова Л.Г. Сущность результата дополнительного образования детей // Образование: исследовано в мире: междунар. науч. пед. интернет-журн. 21.10.03. URL: <http://www.oim.ru/reader.asp?nomer=366>. Рынок тренингов Новосибирска: своя игра [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://nsk.adme.ru/news/2006/07/03/2121.html> (дата обращения: 17.10.21).

- Петров Б.Б. Специфика косвенного налогообложения сделок купли-продажи цифровой продукции в США [Электронный ресурс] // Российский экономический

интернет-журнал: электрон. журн. М.: АТиСО, 2002. № гос. регистрации 0420600008. URL: <http://www.e-rej.ru/Articles/2022/Petrov.pdf>.

– по новым требованиям все цитируемые источники оформляются без тире перед блоками.

Было: Гагарина М.А., Смурыгина А.А. Особенности принятия решений студентами в ситуации нескольких задолженностей // Акмеология. – 2021. – № 1–2 (специальный выпуск). – С. 64–65.

Стало: Гагарина М.А., Смурыгина А.А. Особенности принятия решений студентами в ситуации нескольких задолженностей // Акмеология. 2021. № 1–2 (специальный выпуск). С. 64–65.

Материалы вспомогательного характера (таблицы, конспекты, образцы заданий, комплексы упражнений) представляются в виде приложения к основному тексту после списка использованной литературы и нумеруются арабскими цифрами, например, «Приложение 1». Приложения должны иметь наименования, ссылки в тексте на них обязательны ВКР должна быть представлена в напечатанном и сброшюрованном виде.

## **6. ПРОЦЕДУРА ЗАЩИТЫ ВКР**

Защита ВКР является формой государственной итоговой аттестации. Цель защиты ВКР – установление уровня подготовленности выпускника к выполнению профессиональных задач и соответствия его подготовки требованиям ФГОС ВО.

***В результате подготовки и защиты ВКР выпускник должен:***

- а) понимать социальную значимость своей профессии;
- б) владеть культурой мышления, уметь воспринимать, анализировать и обобщать информацию, быть способным к постановке цели и выбору путей ее достижения;
- в) применять современные технологии, в том числе информационные, для обеспечения качества профессиональной деятельности;
- г) разрабатывать и реализовывать профессиональные программы, проекты, вести инновационную деятельность;
- д) использовать нормативные правовые документы в своей деятельности;
- е) владеть основами речевой профессиональной культуры.

Завершенная ВКР представляется студентом научному руководителю. После просмотра и одобрения работы руководитель даёт письменный отзыв на неё.

За две недели до срока защиты ВКР с отзывом научного руководителя представляется проректору по учебной работе, который решает вопрос о допуске её к защите. Если он не считает возможным допустить студента к защите, вопрос рассматривается на заседании методического совета с обязательным присутствием научного руководителя.

Завершенная работа с отзывом научного руководителя, подписанная проректором по учебной работе направляется рецензенту (приложение 9). ВКР, допущенная к защите проректором по учебной работе, с отзывом научного руководителя и рецензией направляется в ГАК. Защита ВКР проводится на открытом заседании Государственной аттестационной комиссии с участием не менее двух третей её состава в сроки, установленные графиком учебного процесса. Ход защиты оформляется протоколом.

***Процедура защиты работы включает в себя:***

1. Устное сообщение автора работы (8-10 мин.) перед членами ГАК, проводящей заседания в режиме открытого доступа. Задача такого выступления - раскрыть цель и содержание работы, ее композицию, методику исследования и полученные результаты, сообщение должно сопровождаться иллюстративным материалом;

2. Вопросы членов ГАК и других присутствующих на процедуре защиты лиц автору работы по его выступлению или тексту работы, и его ответы на них;

3. Выступление руководителя ВКР, оглашение письменного отзыва;

4. Выступление рецензента, оглашение его рецензии;
5. Выступление автора работы - ответ на отзыв рецензента с обязательными ответами на замечания;
6. Возможные дискуссионные выступления членов ГАК, как и иных присутствующих на защите лиц, касающиеся содержания и итогов выполненной аттестационной работы.

Решение ГАК по результатам защиты принимается на закрытом<sup>1</sup> заседании членов комиссии после окончания процедуры защиты. Результаты защиты оформляются оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно». При выставлении итоговой оценки учитываются оценки руководителя, рецензента, каждого члена ГАК.

В случае получения оценки «неудовлетворительно» или в случае, если ВКР не была допущена к защите, студент может быть допущен к повторной защите на следующий год с соблюдением общего порядка подготовки и защиты ВКР.

## 7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВКР

Все ВКР проверяются системой **«Антиплагиат на платформе ВКР-ВУЗ.РФ» (оригинальность текста не менее 65%)**. При оценке заимствований учитываются **два параметра** (если по одному из них выявляется превышение нормы – работа не принимается к публикации).

*Норма:*

- 1 параметр** – *отдельные фрагменты заимствований* (в работе ни один фрагмент заимствований *не должен быть выше 20%*);
- 2 параметр** – *общая сумма заимствований* (сумма всех фрагментов заимствований *не должна превышать 30%*).

Критериями оценки ВКР выступают следующие параметры:

1. Оценка **«отлично»** выставляется за выпускную работу при следующих условиях:

- ✓ достаточно высокий уровень научно-теоретического обоснования темы исследования;
- ✓ содержание и структура исследования соответствует поставленным целям и задачам;
- ✓ изложение текста работы отличается логичностью, смысловой завершённостью и анализом представленного материала;
- ✓ комплексно использованы методы исследования, адекватные поставленным задачам;
- ✓ итоговые выводы обоснованы, чётко сформулированы, соответствуют задачам исследования;
- ✓ работа написана научным стилем изложения материала, орфографически и пунктуационно грамотна;
- ✓ представленная работа отвечает требованиям, предъявляемым к оформлению данных работ, перечисленным в настоящей программе;
- ✓ публичная защита бакалаврской работы показала уверенное владение материалом, умение чётко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.

2. Оценка **«хорошо»** выставляется за работу при следующих условиях:

- ✓ достаточный уровень научно-теоретического обоснования темы исследования;
- ✓ содержание работы в целом соответствует поставленной цели и задачам;
- ✓ изложение материала носит преимущественно описательный характер, структура его логична;
- ✓ использованы методы, адекватные поставленным задачам;

---

<sup>1</sup> Руководители ВКР, рецензенты, иные лица, не являющиеся членами ГАК, не могут присутствовать на закрытом заседании

- ✓ итоговые выводы в целом соответствуют поставленным задачам исследования;
- ✓ основные требования к оформлению научных работ соблюдены;
- ✓ публичная защита бакалаврской работы показала достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение чётко и аргументировано отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.

3. Оценка «**удовлетворительно**» ставится при следующих условиях:

- ✓ допустимый уровень научно-теоретического обоснования темы исследования;
- ✓ содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам исследования;
- ✓ изложение материала носит описательный характер, база литературных источников не полная, фрагментарная;
- ✓ не достаточно обеспечено использование методов, адекватных поставленным задачам;
- ✓ выводы работы не полностью соответствуют поставленным задачам исследования;
- ✓ нарушен ряд требований к оформлению работ;
- ✓ в ходе публичной защиты работы проявилось неуверенное владение материалом, неумение отстаивать свою точку зрения и отвечать на вопросы.

4. Оценка «**неудовлетворительно**» ставится при следующих условиях:

- ✓ низкий уровень научно-теоретического обоснования темы исследования;
- ✓ содержание работы в основном не соответствует цели и задачам исследования;
- ✓ работа носит преимущественно реферативный характер;
- ✓ не обеспечено использование методов исследования, позволяющих адекватно решить задачи, поставленные в ВКР;
- ✓ не соблюдены требования к оформлению работ;
- ✓ выводы не соответствуют поставленным в исследовании задачам;
- ✓ в ходе публичной защиты работы проявилось неуверенное владение материалом, неумение формулировать собственную позицию.

Публичная защита предусматривает выступление членов ГАК и присутствующих на защите, содержащие суждения о поставленных проблемах и полученных результатах, о достоинствах и недостатках работы.

На закрытом заседании ГАК обсуждаются результаты защиты бакалаврской работы и, в соответствии с критериями, выставляется оценка: отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно.

## 8.РЕЦЕНЗИРОВАНИЕ ВКР

***Рекомендации рецензенту выпускной квалификационной работы.***

ВКР проходит экспертизу у рецензента, и сопровождается рецензией - документом, представляемым в ГАК для общей оценки соответствия квалификационной работы выпускника требованиям Государственных стандартов образования. Завершенная ВКР с отзывом научного руководителя и подписанная у проректора по учебной работе направляется на рецензию.

**Рецензия** - документ, представляемый в ГАК для общей оценки соответствия квалификационной работы выпускника требованиям Государственных стандартов высшего или среднего профессионального образования.

Главное содержание документа:

1. Констатация соответствия выполненной выпускником работы квалификационным требованиями ФГОС ВО по направлению 49.03.01 «Физическая культура» или 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»;
2. Соответствие полученных результатов цели и задачам исследования;

3. Практическая значимость исследования;
4. Актуальность темы исследования;
5. Соответствие методологии и методов исследования выбранной тематике, объекту, предмету, цели исследования;
6. Корректность обработки и интерпретации полученных данных, обоснованность выводов;
7. Оценка успешности выполнения задачи по 4-х балльной шкале («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», где оценка «удовлетворительно» рекомендуется в качестве нижнего порога соответствия требованиям ФГОС ВО);
8. Оценка наиболее важных сторон работы;
9. Замечания к работе (указать недостатки) и рекомендации.
10. Оценка «удовлетворительно», как нижний порог соответствия требованиям ГОС ВО, выставляется в том случае, если работа написана на актуальную тему, значимую практически либо теоретически, студент демонстрирует владение основными методами научного исследования, выводы работы обоснованы, полученные результаты соответствуют поставленным задачам и цели исследования.
11. В отличие от научного руководителя, рецензент, как лицо, имеющее в своем распоряжении лишь саму выпускную работу, не должен оценивать личностные качества дипломника, личный вклад в работу, а должен характеризовать лишь саму работу. Рецензия подготавливается в напечатанном виде и утверждается подписью (приложение 10).

***Рекомендации научному руководителю выпускной работы.***

Научный руководитель составляет отзыв на выпускную квалификационную работу. При составлении отзыва на выпускную квалификационную работу следует исходить из соответствия данной работы требованиям, предъявляемым к специалисту по физической культуре.

Необходимо оценить работу по следующим показателям:

- степень самостоятельности и инициативности выпускника при выполнении работы;
- умение выпускника работать с научной и справочной литературой;
- владение исследовательской культурой;
- степень добросовестности и трудолюбия выпускника при выполнении им выпускной работы;
- уровень его общенаучной и специальной подготовленности.

Как правило, в отзыве научного руководителя сама работа не характеризуется и не содержится указаний и рекомендаций ГАК по оцениванию работы. При составлении отзыва на выпускную квалификационную работу следует исходить из соответствия данной работы требованиям, предъявляемым к специалисту по физической культуре.

## **9. ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ВКР К ЗАЩИТЕ**

Выполненная ВКР проходит экспертизу на заседании выпускающей кафедры в формате предварительного заслушивания (предзащиты) не позднее 10 рабочих дней до установленного срока защиты. В том случае, если студент выполнял ВКР не на выпускающей кафедре, рекомендуется присутствие на предзащите специалистов по профилю ВКР. Решение о допуске к защите в ГАК принимается на заседании выпускающей кафедры.

Рецензирование ВКР является обязательным. Рецензент назначается выпускающей кафедрой. ВКР представляется в учебный отдел не позднее 5 рабочих дней до установленного официального срока защиты.

Вместе с печатным экземпляром (переплетенным\сброшюрованным), подписанным исполнителем, руководителем (в случае двух руководителей – обоими) и заведующим выпускающей кафедры предоставляются:

- а) рецензия;**
- б) отзыв научного руководителя;**
- в) электронная версия ВКР.**

После заседания ГАК эти материалы передаются секретарем ГАК на выпускающую кафедру на хранение. Электронная версия сдается в библиотеку. В случае непредставления ВКР с соответствующими отзывами студент не допускается к защите.

## **10. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

10.1. Выполненная ВКР сдается на выпускающую кафедру в переплете.

При этом в начало ВКР после верхнего листа обложки (перед титульным листом бакалаврской работы) вписываются файлы в количестве 5 штук, предназначенные для последующего вложения в них документов (задания, отзыва, рецензии, отчета «Антиплагиата на платформе ВКР-ВУЗ.РФ» (приложение 9), календарный план).

На обратную сторону нижнего листа обложки наклеивается конверт (карман) для размещения в нем носителя с электронной копией бакалаврской работы.

10.2. Руководитель ВКР представляет заведующему кафедрой работу в окончательном варианте.

10.3. Из электронных копий ВКР формируется база данных выпускных квалификационных работ.

Приложение 1  
к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_.

Первому проректору АНООВО ПССИ  
по учебной работе \_\_\_\_\_  
от студента \_\_\_\_ курса, \_\_\_\_\_ группы  
И. О. Фамилия

### **ЗАЯВЛЕНИЕ**

Прошу закрепить за мной тему выпускной квалификационной работы в следующей  
формулировке (полное название темы): \_\_\_\_\_

---

Руководитель темы \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество, должность, учёная степень, звание)

\_\_\_\_\_ / /  
дата личная подпись студента

#### **Научный руководитель**

\_\_\_\_\_ / /  
дата личная подпись И.О. Фамилия

#### **Первый проректор по учебной работе**

\_\_\_\_\_ / /  
дата личная подпись И.О. Фамилия

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_.

Ректору АНОО ВО ПССИ

от студента \_\_\_\_\_ курса, группы  
И. О. Фамилия

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу изменить тему выпускной квалификационной работы на тему (полное название темы): \_\_\_\_\_

Руководитель темы \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество, должность, учёная степень, звание)

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
дата \_\_\_\_\_ личная подпись студента

### Научный руководитель

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
дата личная подпись И.О. Фамилия

### Первый проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
дата личная подпись И.О. Фамилия

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Подольский социально-спортивный институт»**

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий кафедрой

(название)

\_\_\_\_\_  
(подпись) (расшифровка подписи)

« \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

**ЗАДАНИЕ  
на выполнение выпускной квалификационной (бакалаврской) работы**

Студент(ка) \_\_\_\_\_

Форма обучения \_\_\_\_\_, группа \_\_\_\_\_

Направление \_\_\_\_\_

1. Тема бакалаврской работы \_\_\_\_\_

2. Дата утверждения темы « \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г. приказ по АНООВО «ПССИ» № \_\_\_\_

3. Срок сдачи студентом выполненной бакалаврской работы

(дата и место сдачи)

4. Исходные данные к работе \_\_\_\_\_

(документы, отчетность, измерительные инструменты)

5. База исследования \_\_\_\_\_

6. Основные вопросы, подлежащие разработке (исследованию) или краткое содержание ВКР

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. Дополнительные сведения \_\_\_\_\_

Дата выдачи задания « \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

Руководитель бакалаврской работы

ученая степень, ученое звание, должность, место работы

(подпись)

(расшифровка подписи)

Задание принял к исполнению

« \_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

(подпись)

(расшифровка подписи)

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от\_\_\_\_\_ №\_\_\_\_\_

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

---

**Календарный план**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование этапов выполнения выпускной квалификационной (бакалаврской) работы</b>	<b>Срок выполнения</b>	<b>Примечание</b>
1.	Согласование темы бакалаврской работы с научным руководителем, заявление на утверждение темы и научного руководителя ВКР		
2.	Подготовка и утверждение структуры (Оглавление ВКР)		
3.	Подготовка материалов исследований для написания 1 главы ВКР, согласование текста 1 главы, устранение замечаний научного руководителя по 1 главе ВКР		
4.	Подготовка материалов исследований для написания 2 главы ВКР, согласование текста 2 главы, устранение замечаний научного руководителя ВКР по 2 главе ВКР		
5.	Подготовка материалов исследований для написания 3 главы ВКР, согласование текста 3 главы, устранение замечаний научного руководителя ВКР по 3 главе ВКР		
6.	Согласование содержания приложений к ВКР		
7.	Согласование текста Введения и Заключения ВКР с научным руководителем		
8.	Предоставление научному руководителю полного текста ВКР		
9.	Предзащита ВКР		
10.	Представление научным руководителем ВКР отзыва на ВКР		
11.	Переплет ВКР типографским способом и представление ВКР заведующему кафедрой на утверждение		
12.	Рецензирование ВКР		
13.	Представление студентом текста выступлений и презентации научному руководителю ВКР. Согласование раздаточного материала.		
14.	Защита ВКР		

Студент – дипломник \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Руководитель работы \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_.

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ПОДОЛЬСКИЙ СОЦИАЛЬНО - СПОРТИВНЫЙ ИНСТИТУТ»**

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

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

Тема:

---



---



---

Студента

\_\_\_\_\_ (ФИО полностью в родительном падеже)

Направление:

\_\_\_\_\_

Группы:

\_\_\_\_\_

Руководитель

\_\_\_\_\_ (уч. степень, уч. звание, должность, ф.и.о. полностью)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (подпись без расшифровки)

«\_\_\_\_» 20 \_\_\_\_ г.

**ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ**

«\_\_\_\_» 20 \_\_\_\_ г.

\_\_\_\_\_

(подпись студента)

Заведующий кафедрой физической  
культуры, спорта и адаптивной физической  
культуры

\_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)

«\_\_\_\_» 20 \_\_\_\_ г.

Подольск - 20\_\_

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_.

## 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

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Врублевский Е.П. Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита: Учеб. пособие. М.: Физкультура и спорт. 2006.
2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для вузов. 4-е изд., стер. М.: Академия, 2008. 272 с.
3. Евдокимов В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту / В. И. Евдокимов, О.А. Чуруганов. 2-е изд. испр. и доп. М.: Советский спорт, 2010. 246 с.
4. Кузин Ф.А. Диссертация. Методика написания. Правила оформления. Порядок защиты. Практическое пособие для докторантов, аспирантов и магистрантов / Под общ. Редакцией В.А. Абрамова. 4-е изд., доп. М.: Ось -89, 2011. 448 с.
5. Никитушкин В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник / В.Г. Никитушкин. М.: Советский спорт, 2013. 280 с.
6. Нормативно-правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации: реализация стратегии развития отрасли: Документы и материалы (2008-2011 годы), автор-составитель Н.В. Паршикова, П.А. Виноградов; под общей редакцией В.Л. Мутко; Минспорттуризм России. М.: Советский спорт, 2012. 1183 с.
7. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов физической культуры / А.М. Максименко. 2-е изд. Испр. И доп. М.: Физическая культура, 2009. 496 с.

## Электронные и Интернет-ресурсы

1. Президент [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru>. – (Дата обращения – 10.12.2009).
2. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс] : – Режим доступа: <http://www.rsl.ru>. – (Дата обращения – 01.12.2009)

Приложение 8  
к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_.

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

---

**Кафедра «Физической культуры, спорта и АФК»**

**ОТЗЫВ  
на бакалаврскую работу**

Студента(ки)\_\_\_\_\_

фамилия, имя, отчество

на тему\_\_\_\_\_

1. Соответствие выпускной квалификационной работы утвержденной теме\_\_\_\_\_

2. Актуальность и значимость темы\_\_\_\_\_

3. Логическая последовательность\_\_\_\_\_

4. Уровень теоретической подготовки\_\_\_\_\_

5. Практическая значимость выпускной квалификационной работы\_\_\_\_\_

6. Уровень самостоятельности при работе над темой ВКР\_\_\_\_\_

7. Аргументированность и конкретность выводов и рекомендаций\_\_\_\_\_

8. Качество оформления ВКР, раздаточного материала\_\_\_\_\_

9. Достоинства ВКР\_\_\_\_\_

10. Недостатки\_\_\_\_\_

11. Выпускная квалификационная работа *соответствует/не соответствует*  
требованиям, предъявляемым к ВКР, и может / не может быть рекомендована к защите  
на заседании ГАК (нужное подчеркнуть)

12. Выпускник \_\_\_\_\_ заслуживает присвоения ему (ей)

Научный  
руководитель\_\_\_\_\_

ф.и.о., ученая степень, звание, место работы  
подпись руководителя

«\_\_\_\_» 20 г.

к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

---

---

## СПРАВКА

о результатах проверки на наличие заимствований  
Уникальный код справки: \_\_\_\_\_

*Ф.И.О. автора проверяемой работы:* \_\_\_\_\_

*Тема работы:* \_\_\_\_\_

*Руководитель:* \_\_\_\_\_

### Информация о документе:

*Имя исходного файла:* \_\_\_\_\_

*Тип документа:* бакалаврская работа

### Источники цитирования \*

*Уникальность текста:* \_\_\_\_\_ %

---

подпись студента

расшифровка подписи

подпись  
ответственного за  
проверку

расшифровка подписи

---

дата

---

дата

Приложение 10  
к Инструкции по оформлению выпускной квалификационной работы в виде ВКР

от \_\_\_\_\_ №\_\_\_\_\_

**РЕЦЕНЗИЯ**  
на бакалаврскую работу студента  
**АНООВО «ПОДОЛЬСКИЙ СОЦИАЛЬНО-СПОРТИВНЫЙ ИНСТИТУТ»**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Направление \_\_\_\_\_

Представлена работа на тему: \_\_\_\_\_

которая содержит введение, главы \_\_\_\_\_

заключение на \_\_\_\_\_ листах, приложения на \_\_\_\_\_ листах.

Работа по содержанию разделов, глубине их проработки  
соответствует (не соответствует) требованиям к ВКР.

1. Актуальность, новизна \_\_\_\_\_

2. Оценка содержания ВКР \_\_\_\_\_

3. Отличительные положительные стороны ВКР \_\_\_\_\_

4. Практическое значение ВКР и рекомендации по внедрению в процесс управления  
организацией \_\_\_\_\_

5. Недостатки и замечания по ВКР \_\_\_\_\_

6. Рекомендуемая оценка выполненной ВКР \_\_\_\_\_

**РЕЦЕНЗЕНТ** \_\_\_\_\_

(уч. степень, звание, должность, место работы)

(фамилия, имя, отчество)

М.П.,

«\_\_\_\_\_» 20 г.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Давыдова О.К. Методология научных исследований : учебное пособие / Давыдова О.К.. — Оренбург : Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2024. — 111 с. — ISBN 978-5-7410-3321-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/153048.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей
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 государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 100 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/74261.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Чекушкина, Е. Н. Методология научного исследования : учебно-методическое пособие / Е. Н. Чекушкина. — Саранск : Средне-Волжский институт (филиал) ВГУЮ (РПА Минюста России), 2025. — 79 с. — ISBN 978-5-6050658-7-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/148499.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
4. Написание выпускной квалификационной работы в формате «Стартап как диплом» : учебно-методическое пособие / Т. П. Ладыженская, Т. И. Лабужская, Д. Е. Митина, Т. А. Костылева. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 64 с. — ISBN 978-5-4497-4572-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/152722.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Приказ Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 13 декабря 2011 г. №811-ст.
6. Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Диссертация и автореферат диссертации. Структура и правила оформления. ГОСТ Р 7.0.11—2011.
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 сентября 2017 г. N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура".
8. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. N 942.
9. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт, утвержденный приказом Минобрнауки России от 25.09.2019 № 886.
10. ГОСТ Р7.0.108-2022 «Библиографические ссылки на электронные документы, размещенные в информационно-телекоммуникационных сетях. Общие требования к составлению и оформлению».
11. Приказ Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 13 декабря 2011 г. №811-ст.
12. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов : монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 324 с. — ISBN 978-5-907225-47-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98648.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

## **Электронные и Интернет-ресурсы**

1. Электронная библиотечная система [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
2. Электронная библиотечная система [www.Znanium.com](http://www.Znanium.com)
3. Электронная справочная системы [www.Twirpx.com](http://www.Twirpx.com)
4. Электронно-библиотечная система <http://lib.lesgaft.spb.ru>
5. Библиотека международной спортивной информации: <http://bmsi.ru/>(link is external).
6. Теория и практика физической культуры <http://www.teoriya.ru/>(link is external).
7. Весь спорт <http://www.allsportinfo.ru/>(link is external).
8. Каталог спортивных Интернет-ресурсов <http://www.sportfiles.ru/>(link is external).
9. Научная электронная библиотека - российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>