

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Национальный государственный Университет  
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург»

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебно-воспитательной работе  
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

\_\_\_\_\_ В.Б. Соловьев

\_\_\_\_\_ 2022 г.



ОБЪЕМНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ  
для государственной итоговой аттестации  
на 2022/2023 учебный год

по направлению подготовки  
49.03.01 Физическая культура  
квалификация - бакалавр

Направленность (профиль) образовательной программы:  
Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Санкт-Петербург

2022

## Раздел 1 Объемные требования для Государственного экзамена Государственной итоговой аттестации на 2022/2023 учебный год

### 1.1 Общие объемные требования по направлению подготовки 49.03.01. Физическая культура

1. Воздействие на организм неблагоприятных факторов внешней среды, закономерности адаптации к ним. Физиолого-биохимические механизмы срочной и долговременной адаптации. Тренировочный эффект. Роль физической культуры и спорта в повышении функционального состояния и неспецифической устойчивости организма к действию неблагоприятных внешних факторов у различных групп населения.

2. Анатомо-физиологическая характеристика дыхательной системы. Дыхательные объемы и показатели внешнего дыхания (ЧД, МОД, МПК, кислородный долг). Участие эритроцитов в транспорте кислорода и углекислого газа. Влияние занятий физической культурой и спортом на дыхательную систему у различных групп населения.

3. Анатомо-физиологическая характеристика нейрогуморальной регуляции функций организма. Строение и механизм действия различных видов гормонов. Особенности нервно-гормональной регуляции мышечной работы на примере различных видов спорта.

4. Анатомо-физиологическая характеристика пищеварительной системы. Биологическое значение питания. Особенности переваривания и всасывания углеводов, белков и жиров, сбалансированность питания. Калорийность пищевого рациона и соответствие ее энергозатратам организма. Особенности питания спортсменов различных специализаций.

5. Анатомо-физиологическая характеристика сердечно-сосудистой системы. Показатели деятельности сердца (ЧСС, УОК, МОК), методы их определения. Кровяное давление, нормативные характеристики, способы измерения. Влияние занятий физической культурой и спортом на сердечно-сосудистую систему у представителей различных групп населения.

6. Анатомо-физиологическая характеристика центральной нервной системы. Рефлекторная дуга. Проявление статических и статокинетических рефлексов в различных физических упражнениях.

7. Методы самоконтроля и меры предупреждения травматизма при использовании упражнений с элементами избранного вида спорта в оздоровительных целях при занятиях с различным контингентом населения.

8. Биохимические и физиологические особенности стареющего организма: снижение интенсивности метаболизма, уменьшение возможностей энергетического обеспечения и восстановительных процессов. Особенности проведения занятий оздоровительной физкультурой с людьми пожилого возраста. Способы контроля состояния занимающихся.

9. Биоэнергетическое обеспечение мышечной деятельности. Соотношение между путями ресинтеза АТФ при выполнении физических нагрузок различного характера. Зоны относительной мощности работы. Биоэнергетические, структурно-функциональные, технические и психологические факторы, обуславливающие выносливость.

10. Высшая нервная деятельность. Условия образования и биологическое значение условных рефлексов. Типы высшей нервной деятельности и их учет при проведении занятий физической культурой и спортом с различным контингентом населения.

11. Физиологические механизмы, стадии и закономерности формирования двигательного навыка. Двигательный динамический стереотип. Особенности формирования двигательного навыка у представителей различных групп населения в избранном виде ФСД.

12. Воздействие на организм человека условий современной жизни (стресс, вредные привычки, гиподинамия, гипокинезия). Влияние недостатка двигательной активности на организм человека. Способы коррекции гиподинамии и гипокинезии средствами физической культуры.

13. Медико-биологическая характеристика процесса формирования тренированности. Тестирование уровня тренированности в покое, при выполнении стандартных и предельных нагрузок у представителей различных специализаций.

14. Медико-биологические основы спортивного отбора и прогнозирования спортивных

результатов в избранном виде спорта. Учет генетических факторов при проведении спортивного отбора. Варианты тренируемости. Учет критических периодов онтогенеза, биологического возраста, типа высшей нервной деятельности при построении учебнотренировочного процесса.

15. Морфологическое и физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок в избранном виде спорта. Взаимосвязь влияния уровня физической активности, особенностей строения и развития на состояние здоровья и адаптацию к физическим нагрузкам.

16. Общая характеристика выделительных процессов. Анатомо-физиологическая характеристика почек. Механизм и регуляция мочеобразования, изменение в онтогенезе. Особенности функционирования выделительной системы при выполнении физических упражнений.

17. Общая характеристика и биологические функции крови. Буферные системы крови и их роль в поддержании постоянства рН при выполнении физической работы различной направленности. Возрастные изменения системы крови.

18. Общий план организации и функции сенсорных систем (анализаторов). Роль сенсорных систем (двигательных анализаторов) в физкультурно-спортивной деятельности, способы оценки и нормативные характеристики состояния сенсорных систем у различных групп населения.

19. Определение и виды выносливости. Биохимические и физиологические основы выносливости. Резервы выносливости. Методы развития выносливости у различных групп, занимающихся на примере избранного вида спорта.

20. Острые патологические состояния при занятиях спортом (обмороки, травматизм, острая сердечная недостаточность). Первая помощь, профилактика.

21. Причины, признаки и профилактика хронических заболеваний у спортсменов (заболевания опорно-двигательного аппарата, органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы, хронические инфекции).

22. Периодизация роста и развития человека. Биохимические и физиологические особенности растущего организма: интенсивность и направленность метаболизма, особенности энергообеспечения и нервно-гормональной регуляции. Учет возрастных особенностей человека при занятиях физической культурой и спортом на примере базовых видов.

23. Психофизиологические особенности нестандартной (ситуационной) соревновательной деятельности (спортивные игры, единоборства и т.п.). Физиологические процессы восприятия информации, принятия решения и программирования ответных действий. Значение тактического мышления при спортивной деятельности.

24. Физиолого-биохимическая характеристика утомления. Особенности развития утомления при выполнении работы разного характера. Физиолого-биохимическая характеристика восстановления после мышечной работы. Периоды восстановления. Классификация и краткая характеристика средств, используемых в спортивной практике для ускорения восстановительных процессов и стимуляции работоспособности в избранном виде ФСД.

25. Физиолого-биохимические механизмы проявления быстроты. Определение, формы. Резервы быстроты и их особенности проявления в различных видах спорта. Возрастные изменения быстроты, чувствительные периоды, тренируемость, способы оценки.

26. Строение и химический состав скелетных мышц. Двигательные единицы мышц. Механизмы мышечного сокращения и расслабления. Физиологические основы тренировки и резервы мышечной силы в избранном виде спорта. Тренируемость, чувствительные периоды, возрастные изменения силовых способностей.

27. Физическая работоспособность. Понятие и показатели. Принципы и методы тестирования (PWC170, степ-тест). Особенности тестирования различных групп населения.

28. Характеристика функциональных состояний спортсмена: предстартовое, вработывание, истинное и ложное устойчивое состояние (на примере базовых видов спорта). Неблагоприятные предстартовые состояния и способы их предотвращения.

29. Основные формы оздоровительной физической культуры. Физиологическое обоснование оптимальных двигательных режимов для различных групп населения.

30. Понятие об иммунитете и его видах. Влияние занятий физической культурой и спортом на иммунитет (на примере избранного вида спорта). Синдром приобретенного

иммунодефицита (СПИД).

31. Основное средство формирования ФК личности: понятие, отличительные признаки.
32. Дополнительные средства формирования ФК личности: виды, значение, особенности применения.
33. Понятия «метод», «методический приём», «методика». Требования к определению методов и методических приёмов при проведении занятий физическими упражнениями.
34. Общепедагогические методы формирования ФК личности: виды, значение, особенности применения.
35. Методы обучения двигательным действиям: виды, особенности применения.
36. Структура процесса обучения двигательным действиям: цель, задачи, методика каждого этапа.
37. Классификация ошибок при обучении двигательным действиям. Причины возникновения ошибок и пути их устранения.
38. Равномерный и переменный методы развития двигательных способностей: содержание, особенности организации, назначение.
39. Повторный и интервальный методы развития двигательных способностей: содержание, особенности организации, назначение.
40. Игровой и круговой методы развития двигательных способностей: содержание, особенности организации, назначение.
41. Спортивная ориентация и отбор на разных этапах спортивной подготовки: понятие, виды, методы, критерии.
42. Принципы спортивной тренировки: виды, способы реализации в учебно-тренировочном процессе.
43. Подготовительный период спортивной тренировки: задачи, особенности содержания и организации.
44. Соревновательный период спортивной тренировки: задачи, особенности содержания и организации.
45. Переходный период спортивной тренировки: задачи, особенности содержания и организации.
46. Структура спортивной тренировки: микро-, мезо- и макроцикл (назначение, содержание, сроки).
47. Физическая и техническая, подготовка в спортивной тренировке.
48. Тактическая, интеллектуальная, психологическая подготовка в спортивной тренировке.
49. Двигательное умение, двигательный навык: понятие, особенности. Перенос двигательных навыков.
50. Техника физических упражнений, основы техники, ведущее звено техники, детали техники, фазы техники; способы контроля.
51. Гибкость: понятие, виды, факторы, определяющие уровень проявления (анатомо-физиологические, биомеханические, психологические). Анатомические резервы и физиологические механизмы развития гибкости.
52. Выносливость: понятие, виды, факторы, определяющие её развитие; средства, методы развития и контроля. Методика развития выносливости в избранном виде ФСД.
53. Силовые способности: понятие, виды, факторы (анатомо-физиологические, биомеханические; психологические) определяющие её развитие; гипертрофии мышц. Физиолого-биохимические механизмы формирования и проявления силы. Факторы, определяющие максимальную мышечную силу (основные и дополнительные).
54. Скоростные способности: понятие, виды, формы проявления, факторы, обуславливающие уровень проявления (анатомо-физиологические, биомеханические, психологические). Физиологические механизмы и резервы развития скоростных способностей.
55. Координационные способности: понятие, виды, факторы, обуславливающие уровень проявления (анатомо-физиологические, биомеханические, психологические), морфофункциональная характеристика ловкости. Физиологические, анатомические механизмы и

резервы развития.

56. Задачи, средства, методы и формы занятий физическими упражнениями с детьми дошкольного возраста.

57. Задачи, средства, методы и формы занятий физическими упражнениями с детьми школьного возраста.

58. Задачи, средства, методы и формы занятий физическими упражнениями со взрослыми.

59. Рекреационные формы занятий для лиц разного возраста.

60. Особенности дозирования физической нагрузки на занятиях рекреационной направленности для лиц разного возраста.

## **1.2 Объемные требования для государственного экзамена Государственной итоговой аттестации по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная подготовка в избранном виде спорта**

1. Двигательный динамический стереотип. Методика обучения техническим приемам в избранном виде спорта с учетом особенностей формирования двигательного навыка.

2. Силовые способности человека: Оценка силовых возможностей, методика развития в избранном виде спорта (средства, методы развития и контроля).

3. Скоростно-силовые способности человека: виды, факторы. Оценка скоростно-силовых возможностей, методика развития в избранном виде спорта.

4. Скоростные способности человека: Методика развития в избранном виде спорта; средства, методы развития и контроля.

5. Выносливость. Методика развития в избранном виде спорта.

6. Координационные способности человека: Методика развития в избранном виде спорта: средства, методы развития и контроля.

7. Гибкость как способность человека: Оценка уровня развития, методика развития в избранном виде спорта: средства, методы развития и контроля.

8. Показатели тренированности, их использование в системе подготовки в избранном виде спорта. Оценка состояния тренированности и перетренированности в избранном виде спорта.

9. Реализация системы принципов обучения в учебно-тренировочном процессе (на примере избранного вида спорта).

10. Классификация методов обучения в учебно-тренировочном процессе, требования к ним (на примере избранного вида спорта).

11. Сущность и особенности воспитательного процесса в спортивной деятельности (на примере избранного вида спорта).

12. Сущность и содержание спортивной этики, ее особенности и связь с общечеловеческими нормами нравственности (на примере избранного вида спорта).

13. Особенности спортивного коллектива. Основные пути сплочения коллектива (на примере избранного вида спорта).

14. Личная педагогическая техника, ее компоненты (на примере избранного вида спорта).

15. Место и значение избранного вида спорта в системе физической культуры; способы развития ИВС.

16. Техника физических упражнений: основа, ведущее звено, детали техники, фаза движений, характеристики техники (на примере избранного вида спорта).

17. Классификация методов, применяемых в физическом воспитании. Требования к выбору методов (на примере избранного вида спорта).

18. Понятия «подготовка спортсмена» и «спортивная тренировка». Цель, задачи, принципы подготовки спортсмена в избранном виде спорта.

19. Соревнования в избранном виде спорта: значение, технология, планирование (положение о соревновании, заявки, правила соревнований), организация и проведение.

20. Физическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

21. Техническая подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

22. Тактическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

23. Психологическая подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

24. Интеллектуальная подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

25. Интегральная подготовка спортсмена в избранном виде спорта (понятие, виды, основные направления, задачи, средства, методы, содержание, значение, связь с другими видами подготовки).

26. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов) (на примере избранного вида спорта).

27. Средние циклы тренировки (мезоциклы): понятие, факторы, обуславливающие их структуру. Типы мезоциклов (на примере избранного вида спорта).

28. Большие циклы тренировки (макроциклы): понятие, факторы, обуславливающие их структуру. Типы макроциклов. Характеристика подготовительного, соревновательного и переходного периодов (задачи, средства, динамика нагрузок), (на примере избранного вида спорта).

29. Подготовка спортсмена как многолетний процесс, общая характеристика стадий и этапов многолетнего процесса занятий спортом (на примере избранного вида спорта).

30. Контроль в системе подготовки спортсмена (понятие, виды, содержание и технология проведения) (на примере избранного вида спорта).

## **Раздел 2 Общие требования к выпускной квалификационной работе (квалификационной работе бакалавра)**

### **2.1 Требования к структуре квалификационной работы бакалавра**

Структура ВКР должна включать следующие составные части и разделы:

1. Титульный лист.
2. Оглавление.
3. Введение.
4. Обзор литературы по проблеме исследования (глава 1 Название главы должно быть в соответствии с темой ВКР).
5. Методы и организация исследований (глава 2).
6. Результаты исследований и их анализ (глава 3 Название главы должно отражать результаты исследования по теме ВКР).
7. Заключение. (Выводы в виде заключения)
8. Практические рекомендации.
9. Список литературы.
10. Приложения.

**Титульный лист** оформление титульного листа см приложение

**Оглавление** - это наглядная схема, перечень всех без исключения заголовков работы с указанием страниц (начала раздела) и расположенных на полосе так, чтобы можно было судить о соотношении заголовков между собой по значимости (главы, разделы, параграфы). Правильно выстроенная структура работы - это очень подробное оглавление, т.к. именно развернутый план исследования позволяет увидеть ход мысли, основные принципы, выводы, к которым пришел автор.

Оглавление пишется ступенчатообразно. Левее располагаются названия глав, которые пишутся прописными (заглавными) буквами; несколько правее - названия разделов и еще правее - подразделов. Названия разделов и подразделов пишутся строчными буквами.

**Введение** - это описание всей работы в сжатом виде.

Вначале объясняется научная и практическая **актуальность работы**. Для этого исследователь изучает степень разработанности проблемы другими авторами (дает краткую характеристику предшествующих исследований) и обосновывает важность решения **проблемы исследования** в настоящее время.

Выделяется объект и предмет исследования.

**Объект исследования** - это конкретное явление, которое рассматривается в проблемной ситуации. В педагогической науке объектом исследования являются: учебно- воспитательный процесс, учебно-организационный процесс, управленческий процесс (например, тактическая подготовка волейболистов).

**Предмет исследования** - это то, что изучается в объекте (свойства, признаки, характеристика). Предметом исследования выступают: прогнозирование, способы совершенствования учебно-воспитательного процесса; содержание образования, условия совершенствования обучения, особенности педагогических взаимоотношений и т.д. (например, особенности методики преподавания гимнастики во вспомогательной школе).

Во введении ВКР должна быть представлена **практическая значимость** полученных в ходе проведенного исследования результатов (как, кем, где могут быть использованы результаты исследования).

Если при написании ВКР студент разработал что-то самостоятельно (например, комплекс физических упражнений, предложил какие-либо новые методические приемы обучения или организации занятий), то во введении выделяется научная **новизна исследования**.

Также во введении приводится **гипотеза исследования**

Гипотеза исследования - это предполагаемое решение проблемы. Гипотеза должна раскрывать предполагаемую связь изучаемых явлений, процессов (например, предположим, что развитие скоростных способностей у спринтеров разной квалификации будет успешно при использовании средств и методов, учитывающие следующие условия: индивидуальные и возрастные особенности; сенситивные периоды развития скоростных способностей; этапы спортивной подготовки и учет цикличности тренировочного процесса).

На основе гипотезы формируются цель и задачи исследования.

**Цель исследования** фиксирует направленность данного научного поиска, т.е. результат который планируется получить. Цель формулируется кратко и точно. Формулировки следует начинать со следующих глаголов: *выявить и обосновать...; проанализировать...; сравнить...; сформулировать рекомендации ...* и т.д.

**Задачи исследования** раскрывают конкретные пути (этапы) достижения цели исследования. Это этапы, на каждом из которых производится та или иная исследовательская операция (изучение литературы, сбор эмпирических данных, их анализ, построение классификаций, разработка методик и их реализация и т.д.).

Обычно ставится не более четырех задач.

Например:

1. Изучить состояние разработанности вопроса.
2. Разработать содержание или методику чего-либо.
3. Выявить эффективность применения (средств, методики и т.п.) на практике.
4. Проанализировать полученные результаты.

Формулировки следует начинать со следующих глаголов: *определить...; разработать...; выявить...; установить...* и т.п.

Объем введения составляет - 1-5 страниц.

**Анализ данных специальной литературы по проблеме исследования приводится в Главе 1 Название главы должно отразить тематику исследования.**

Этот раздел должен включать в себя анализ научных сведений (за последние 10 лет) по избранной проблеме. Необходимо привести мнения разных авторов, сопоставить их, дать собственную интерпретацию.

Формулировки предложений при анализе литературных источников следующие: *(Автор отмечает..., указывает..., показывает..., подчеркивает..., считает...)* и т.п.

Ссылки на авторов оформляются в соответствии с ГОСТ Р 7.0.5-2008 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления».

### **Подбор литературы**

Начало выполнения ВКР связано с процессом подбора литературы, который целесообразно начинать с изучения тех работ, которые близки к выбранной студентом тематике.

Знакомиться с литературой рекомендуется в следующей последовательности:

- 1) руководящие документы - вначале законы, затем законодательные акты;
- 2) научные издания - сначала монографии, затем периодические издания;
- 3) статистические данные.

При этом вначале стоит изучить самые свежие публикации, затем - более ранние.

При подборе нормативно-правовых актов желательно использовать возможности тематического поиска документов в справочной правовой системе «Консультант», а также в других справочных системах («Гарант», «Кодекс» и др.). Данные справочно-информационные системы значительно облегчают тематический поиск необходимых нормативных документов.

Со статистическим и аналитическим материалом, связанным с протекающими в экономике процессами, можно ознакомиться в Интернете. При этом очень важным является умение работать в поисковых системах.

Для подбора изданий по интересующей теме могут быть использованы списки литературы, содержащиеся в уже проведенных исследованиях (диссертациях на соискание ученых степеней, отчетах по НИР, научных статьях, монографиях и т.д.).

Значимость работ определяется известностью автора. В настоящее время в иностранных реферативных базах для оценки работы, как отдельных ученых, так и научных коллективов, используется индекс научного цитирования (SCI: Science Citation Index) или его интернет-версия (WOS: Web of Sciences). В России формируется собственная реферативная база - РИНЦ (Российский индекс научного цитирования).

Индекс научного цитирования - реферативная база данных научных публикаций, индексирующая ссылки, указанные в пристатейных списках этих публикаций и предоставляющая количественные показатели данных ссылок (например, суммарный объем цитирования, индекс Хирша и др.). Индекс цитирования - это принятая в научном мире мера «значимости» трудов какого-либо ученого. Величина индекса определяется количеством ссылок на этот труд (или фамилию автора) в других источниках.

При подборе литературы необходимо сразу составлять библиографическое описание отобранных изданий в строгом соответствии с требованиями, предъявляемыми к оформлению списка литературы. Данный список литературы по теме выпускной квалификационной работы согласовывается с научным руководителем.

Первая глава заканчивается **резюмирующим абзацем**: «Таким образом, проведенный анализ научной и методической литературы свидетельствует о ... и актуальности проблемы ...».

Резюмирующий абзац располагается сразу в конце первой главы.

Далее может быть приведена еще раз **гипотеза исследования**. Объем первой главы составляет примерно 1/3 объема всей работы (15-20с)

## **Глава 2 Методы и организация исследования**

Вторая глава может начинаться с повторения задач исследования, если этого требует логика изложения, или сразу следует описание использованных методов исследования, которые применялись для анализа литературы по проблеме исследования, проведения экспериментального исследования и обработки полученных в ходе исследования данных.

Методы педагогического исследования - это способы и приемы получения информации, добывания фактического материала (например, анализ и синтез, наблюдение, анкетирование).

Глава содержит сведения об организации проведения исследования, которая должна содержать ответы на следующие вопросы:

- где (на базе какого учреждения или организации);
- с каким контингентом (возрастно-половой состав; уровень подготовленности и т.п.);
- какова продолжительность периода практического исследования (наблюдений, эксперимента: количество занятий, недель, месяцев);



- сколько и каковы особенности этапов выполнения работы;
- каково содержание внедряемого фактора;
- какое требуется материально-техническое обеспечение;
- с какой периодичностью применялись методы оценки эффективности проведенного исследования.

Глава может содержать иллюстративный (табличный, графический) материал, указывающий нормативные или сравнительные показатели. Демонстрация технологии применения тех или иных методик (формы анкет, опросных листов, изображения технических средств и т.п.) предоставляются в приложениях с указанием ссылки на них в тексте главы.

При разработке собственных методик следует дать их описание, желательно сопроводить схемой или рисунком. При использовании известных методик необходимо делать ссылки на авторов.

Вторая глава заканчивается *резюмирующим абзацем*, например: «Таким образом, для решения поставленных задач нами были использованы адекватные и достаточные (в количественном отношении) средства..., схема организации и методы оценки их эффективности...». Резюмирующий абзац располагается сразу в конце второй главы. Объем второй главы составляет 5-10 стр.

### ***Глава 3 Результаты исследований и их анализ. Название главы должно отражать результаты исследования в соответствии с тематикой исследования.***

Третья глава содержит данные, полученные в ходе исследования, их анализ и обсуждение в соответствии с поставленными задачами. Результаты исследований подкрепляются рисунками, таблицами, фотографиями и т.п. При этом необходимо помещать таблицы с фактическим материалом до начала исследования и после его завершения.

При оценке эффективности, например, комплекса упражнений, разработанного (или использованного) автором ВКР, полученные результаты необходимо сопоставить с данными других исследователей, высказать свое мнение и суждение по существу полученных результатов.

При необходимости можно оценить положения с точки зрения их теоретического и практического значения, изложить аспекты, оставшиеся открытыми.

В тексте необходимо употреблять единообразные термины (например, «двигательные качества», «физические качества») условные сокращения и обозначения. Нельзя одним и тем же термином обозначать разные понятия. Новые термины, которые вводятся автором или малоизвестны читателям, следует объяснять.

Иностранные слова и термины рекомендуется употреблять только в исключительных случаях:

- когда они получили широкое распространение и слились с русским языком (аут, аутсайдер и т.п.);
- когда без них нельзя обойтись при изложении научных фактов (гипокинезия, аэробные процессы и т.п.);
- когда необходимо познакомить читателя с новыми или малоизвестными терминами, встречающимися в зарубежной литературе.

Изложение результатов собственных исследований не принято вести от собственного имени («я утверждаю», «мною открыто» и т.п.). Нельзя злоупотреблять вступительными словосочетаниями в начале абзацев и фраз («Следует подчеркнуть ..», «Необходимо заметить», «Что касается» и т.п.).

Не рекомендуется:

- часто употреблять одинаковые слова, словосочетания и обороты;
- дважды использовать какое-либо понятие в одной фразе;
- располагать близко друг к другу слова, образованные от одного корня («нагрузка» и «груз», «школа» и «школьник» и пр.), сходные по звучанию или сливающиеся в произношении («у учащихся», «об обмене», «при применении» и т.п.).

Следует избегать длинных предложений: они затрудняют понимание текста.

Третья глава заканчивается *резюмирующим абзацем*, например, «Таким образом, анализ полученных результатов показал, что ...».

Резюмирующий абзац располагается сразу в конце третьей главы. Объем третьей главы должен быть не менее 15 с.

**Заключение** носит обобщающий характер полученных результатов исследования, выводы по доказательности или не доказательности выдвинутой гипотезы.

В заключении автор должен дать критическую оценку тому, насколько ему удалось достигнуть поставленной цели и выполнить задачи; насколько верным оказались методологические принципы, которых он придерживался. Выводы нумеруются и должны отвечать на поставленные в работе задачи. Выводы и практические рекомендации должны быть краткими, конкретными и вытекать из фактического материала исследования. Кроме того, автору нужно определить перспективы дальнейших исследований и рассказать о своих намерениях по разработке темы. Количество выводов может быть разным, однако должно составлять не менее 3-5. При большем их количестве желательно вводить в их перечень дополнительное структурирование (т. е. разбивать выводы на группы по некоторому логическому основанию).

Выводы должны содержать оценку соответствия результатов поставленным задачам исследования. Таким образом, подводится общий итог работы так, чтобы, не читая всего предшествующего материала, эксперт мог получить целостное представление о выполненной дипломной работе.

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

**Список литературы** представляет собой перечень используемой литературы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и с нумерацией по порядку. В список включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в основном тексте. Вначале указываются отечественные авторы, затем - зарубежные. Список электронных ресурсов располагаются после печатных изданий

**Приложения** включают материалы первичных эмпирических данных, результаты их статистической обработки (представленные в виде таблиц, графиков, рисунков и т.п.).

Приложения располагают после списка литературы. Их цель - избежать излишней нагрузки текста различными аналитическими, расчетными, статистическими и иллюстративными и технологическими материалами, которые не содержат основную информацию. Каждое приложение начинается с новой страницы, имеет номер и заголовок.

В приложение могут входить нормативные документы, инструкции, правила, программы и др. Каждому документу присваивается порядковый номер, который помещают в верхнем правом углу над заголовком, выделяют курсивом (например, *Приложение 1*). В тексте ВКР обязательно должны быть ссылки на приложение. Материалы приложения не входят в общий объем ВКР.

## 2.2 Требования к оформлению квалификационной работы бакалавра

ВКР должна быть выполнена в виде машинописного текста компьютерной верстки на одной стороне белого стандартного листа А4 (210x297 мм), сброшюрована.

- Параметры полей: верхнее - 20 мм; правое - 15 мм; левое - 30 мм; нижнее - 20мм.
- Шрифт - текстовый редактор Word, шрифт Times New Roman, размер шрифта - 14.
- Текст ВКР набирается через 1,5 интервала.
- Выравнивание основного текста - по ширине.
- Переносы в тексте не допускаются.
- Каждый раздел ВКР начинается с новой страницы (оглавление, введение, глава 1, глава 2, глава 3, выводы, список литературы, приложения).
- Заголовки разделов и подразделов пишутся по центру прописными (заглавными) буквами. Точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся. Заголовок отделяется от основного текста дополнительным интервалом (1,5).
- Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступ - не менее 125 мм.
- Нумерация страниц работы сплошная. Титульный лист не нумеруется, но включается в общую нумерацию страниц. Цифру, обозначающую порядковый номер страницы, ставят в середине верхнего поля страницы или в правом верхнем углу без точек и литерных знаков. Нумерация начинается со второй страницы - «Оглавление».

- Разделы ВКР должны иметь порядковую нумерацию и обозначаться *арабскими* цифрами с точкой и записываться в середине строки, например, 1,2,3 и т.д. Пункты должны иметь порядковую нумерацию в пределах каждого раздела или подраздела. Номер пункта включает номер раздела, подраздела, пункта и порядковый номер подпункта, разделенные точкой, например, 1.1.1, 1.1.2, 1.1.3 и т.д. Если раздел или подраздел имеет только один пункт, или пункт имеет один подпункт, то нумеровать пункт (подпункт) не следует.

- Вписывать в отпечатанный текст ВКР отдельные слова, формулы, знаки допускается только черными чернилами или черной тушью, при этом плотность вписанного текста должна быть максимально приближена к плотности основного изображения.

### Стиль изложения научных материалов

Бакалаврская работа должна быть выдержана в научном стиле, который обладает некоторыми характерными особенностями.

Прежде всего, научному стилю характерно использование конструкций *исключающих* употребление местоимений первого лица единственного и множественного числа, местоимений второго лица единственного числа. В данном случае предполагается использовать неопределенно-личные предложения (например, «Сначала производят отбор факторов для анализа, а затем устанавливают их влияние на показатель»); формы изложения от третьего лица (например, «Автор полагает...»); предложения со страдательным глаголом (например, «Разработан комплексный подход к исследованию...»).

В научном тексте нельзя использовать разговорно-просторечную лексику. Необходимо применять терминологические названия. Если есть сомнения в стилистической окраске слова, лучше обратиться к словарю.

Важнейшим средством выражения смысловой законченности, целостности и связности научного текста является использование специальных слов и словосочетаний. Подобные слова позволяют отразить следующее:

- последовательность изложения мыслей (*вначале, прежде всего, затем, во-первых, во-вторых, значит, итак*);
- переход от одной мысли к другой (*прежде чем перейти к, обратимся к, рассмотрим, остановимся на, рассмотрим, перейдем к, необходимо остановиться на, необходимо рассмотреть*);
- противоречивые отношения (*однако, между тем, в то время как, тем не менее*);
- причинно-следственные отношения (*следовательно, поэтому, благодаря этому, сообразно с этим, вследствие этого, отсюда следует, что*);
- различную степень уверенности и источник сообщения (*конечно, разумеется, действительно, видимо, надо полагать, возможно, вероятно, по сообщению, по сведениям, по мнению, по данным*);
- итог, вывод (*итак, таким образом, значит, в заключение отметим, все сказанное позволяет сделать вывод, резюмируя сказанное*).

Для выражения логической последовательности используют сложные союзы: *благодаря тому, что, между тем как, так как, вместо того чтобы, ввиду того что, оттого что, вследствие того, что, после того как, в то время, как* и др. Особенно употребительны производные предлоги *в течение, в соответствии с, в результате, в отличие от, наряду с, в связи с, вследствие* и т.п.

В качестве средств связи могут использоваться местоимения, прилагательные и причастия (*данные, этот, такой, названные, указанные, перечисленные*).

В научной речи очень распространены указательные местоимения «*этот*», «*тот*», «*такой*». Местоимения «*что-то*», «*кое-что*», «*что-нибудь*» в тексте научной работы обычно не используются.

Для выражения логических связей между частями научного текста используются следующие устойчивые сочетания: *приведем результаты, как показал анализ, на основании полученных данных*.

С целью образования превосходной степени прилагательных чаще всего используются слова *наиболее, наименее*. Не употребляется сравнительная степень прилагательного с приставкой *по-* (например, *повыше, побыстрее*).

Особенностью научного стиля является констатация признаков, присущих определяемому слову. Так, прилагательное *следующие*, синонимичное местоимению *такие*, подчеркивает

последовательность перечисления особенностей и признаков (например, «*Рассмотрим следующие факторы, влияющие на ....*»).

Сокращение слов в тексте не допускается (за исключением общепринятых).

В тексте выпускной квалификационной работы, кроме общепринятых буквенных аббревиатур (начальных букв слов, образующих исходное словосочетание), могут быть использованы вводимые лично авторами буквенные аббревиатуры, сокращенно обозначающие какие-либо понятия из соответствующих областей знания. При этом первое упоминание таких аббревиатур указывается в круглых скобках после полного наименования, в дальнейшем они употребляются в тексте без расшифровки.

Нельзя употреблять в тексте знаки (<, >, =, №, %) без цифр.

При использовании *формул* их располагают отдельными строками в центре листа или внутри текстовых строк. В тексте рекомендуется помещать формулы короткие, простые, не имеющие самостоятельного значения и не пронумерованные. Наиболее важные формулы, а также длинные и громоздкие формулы, содержащие знаки суммирования, произведения, дифференцирования, интегрирования, располагают на отдельных строках. Для экономии места несколько коротких однотипных формул, выделенных из текста, можно помещать на одной строке, а не одну под другой.

Нумеровать следует наиболее важные формулы, на которые имеются ссылки в работе. Порядковые номера формул обозначают арабскими цифрами в круглых скобках у правого края страницы.

В тексте используются только арабские цифры, но при нумерации кварталов, полугодий допускается употребление римских цифр.

При записи десятичных дробей целая часть числа от дробной должна отделяться запятой (например, 15,6 тыс. руб., 18,5 м<sup>2</sup>).

При написании числительных в тексте однозначные количественные числительные пишутся словами (например, «срок обучения шесть лет», «в пяти странах проводятся реформы»). Многочисленные количественные числительные пишутся цифрами (например, 55 лет, 115 штук) за исключением числительных, с которых начинается абзац. В этом случае они пишутся словами. Количественное числительное, записанное арабскими цифрами и названное вместе с существительным, не имеет падежного окончания (например, в 10 рядах). Однозначные и многочисленные порядковые числительные, как правило, пишутся словами (например, «третий ряд», «пятнадцатый разряд»). Порядковые числительные, входящие в состав сложных слов, а также в научных текстах пишут цифрами (например, «5-тонный грузовик»). Порядковые числительные, записанные арабскими цифрами, имеют падежные окончания. Если порядковые числительные оканчиваются на две гласные буквы, на букву «и» и на согласную букву, падежное окончание состоит из одной буквы (например, «9-я улица Соколиной горы», «50-й том», «в 90-м году»). Если порядковые числительные оканчиваются на согласную и гласную буквы, падежное окончание состоит из двух букв (например, «слесарь 2-го разряда»). Порядковые числительные, записанные арабскими цифрами и расположенные после существительного, к которому они относятся, не имеют падежных окончаний (например, «абзац 3, гл. 1»). Порядковые числительные, записанные римскими цифрами, не имеют падежных окончаний (например, «XX век»).

Изложение материала в бакалаврской работе должно быть последовательным и логичным. Все главы должны быть связаны между собой. Следует обращать особое внимание на логические переходы от одной главы к другой, от параграфа к параграфу, а внутри параграфа - от вопроса к вопросу.

Приложения в общий объем работы не включаются.

### Оформление таблиц

Таблицы применяют для лучшей наглядности и удобства сравнения показателей. Таблица - форма представления текста, документа, в котором характеризуются несколько объектов по ряду признаков. При составлении аналитических таблиц исходные данные выносятся в приложение к выпускной квалификационной работе, а в тексте приводятся расчёты отдельных показателей.

Таблица должна занимать не более одной страницы. Если аналитическая таблица по размеру превышает одну страницу, её следует включить в приложение. В отдельных случаях можно заимствовать таблицы из литературных источников.

На все таблицы должны быть ссылки в тексте. Ссылаться на таблицу нужно в том месте текста, где формулируется положение, подтверждаемое или иллюстрируемое ею. При ссылке

следует писать слово «таблица» с указанием её номера. В тексте, анализирующем или комментирующем таблицу, не следует пересказывать её содержание, а уместно формулировать основной вывод, к которому подводят табличные данные, или вводить дополнительные показатели, более отчётливо характеризующие то или иное явление, или его отдельные стороны.

Таблица 2 - Возрастная динамика спортивных результатов сильнейших бегунов мира на дистанциях 100 и 200 м, секунды

Квалификация	Мужчины			Женщины		
	Возраст, M±a	Результат		Возраст, M±o	Результат	
		100 м	200 м		100 м	200 м
III	14,6±0,5	11,86	24,20	13,7±0,5	13,7	27,75
II	15,4±1,0	11,21	23,02	14,5±1,0	12,67	26,48
I	16,3±1,0	10,84	22,04	15,3±1,0	12,22	25,24
КМС	17,6±1,0	10,51	21,35	16,56±1,0	11,81	24,37
МС	18,5±1,0	10,23	20,87	18,5±1,0	11,36	23,30

Таблицу следует располагать в выпускной квалификационной работе непосредственно после текста, в котором она упоминается впервые, или на следующей странице. Таблицы сверху, слева, справа и снизу ограничиваются линиями. Название таблицы должно отражать её содержание, быть точным, кратким. Название таблицы следует помещать над таблицей по левому краю без отступа.

Таблицы следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в пределах всей выпускной квалификационной работы. Слева над таблицей размещают слово «Таблица», после него приводят номер таблицы, точку после номера не ставят, наименование таблицы записывают с прописной буквы над таблицей после её номера, отделяя от него тире. Точку после наименования таблицы не ставят. При переносе части таблицы название помещают только над первой частью таблицы. Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другой лист (страницу). При переносе части таблицы на другой лист (страницу) слово «Таблица», её номер и наименование указывают один раз над первой частью таблицы, над другими частями пишут слово «Продолжение таблицы» либо «Окончание таблицы» и указывают номер таблицы, например, «*Продолжение таблицы 7*» либо «*Окончание таблицы 7*». При переносе таблицы на другой лист (страницу) заголовок помещают только над её первой частью. В таком случае в начале таблицы, под «шапкой», делается дополнительная графа с номерами столбцов. Такая же графа даётся на следующей странице, где продолжается таблица, над соответствующими строками.

Таблицу с большим количеством граф допускается делить на части и помещать одну часть под другой в пределах одной страницы.

Если в выпускной квалификационной работе всего одна таблица, её обозначают «Таблица 1». Заголовки граф и строк таблицы следует писать с прописной буквы в единственном числе, а подзаголовки граф - со строчной буквы, если они составляют одно предложение с заголовком, или с прописной буквы, если они имеют самостоятельное значение. В конце заголовков и подзаголовков таблиц точки не ставят.

Допускается применять размер шрифта в таблице меньший, чем в тексте.

### Оформление графического материала

Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, диаграммы, фотоснимки, рисунки) следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице, если в указанном месте они не помещаются.

Иллюстрации могут быть в компьютерном исполнении, в том числе и цветные. На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте выпускной квалификационной работы. Иллюстрации, за исключением иллюстраций приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в пределах всей выпускной квалификационной работы.

Иллюстрации должны иметь названия, которые помещают под иллюстрацией по центру (Например, *Рисунок 1 - Название рисунка*). При необходимости после названия рисунка можно поместить поясняющие данные.

При ссылках на рисунки пишется: «на рисунке 5 показано (приведено, представлены)...», «как представлено на рисунке 6...», «что и отражено на рисунке...».

Шрифт в рисунке Times New Roman, 12, межстрочный интервал - одинарный, выравнивание - по ширине.

Рисунки, схемы, графики в приложении должны располагаться на отдельных листах.

Для иллюстрирования структуры явлений или процессов, взаимосвязей элементов системы, иерархии, классификационных признаков и т.п. в работе размещают схемы (рисунок 1).

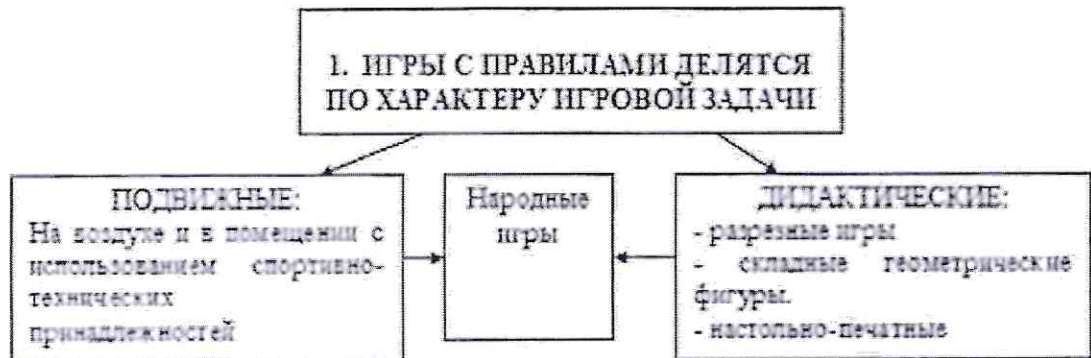


Рисунок 1 - Классификация подвижных игр

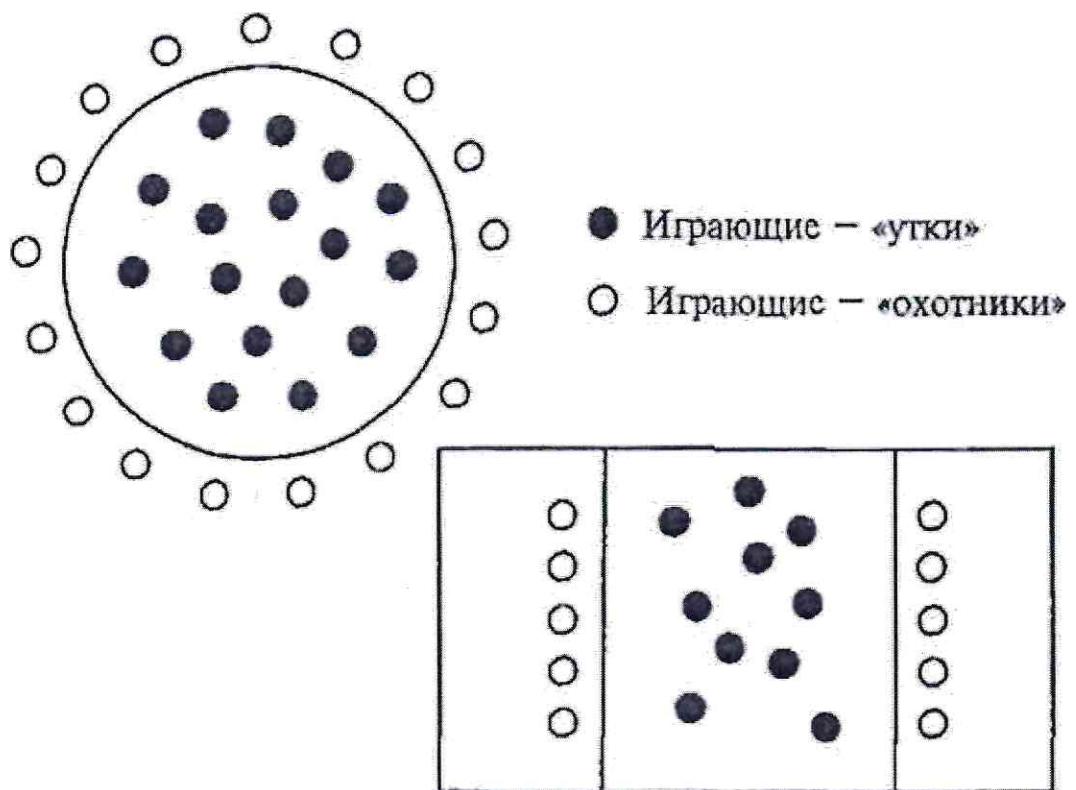


Рисунок 2 - Варианты размещения игроков в подвижной игре «Охотники и утки»

Для иллюстрирования организации занятий также используются чертежи. Данный вид

иллюстраций чаще всего включается в приложения. Результаты исследований наиболее часто представляются в виде диаграмм и графиков. Диаграммы могут иметь вид столбцов или секторов. Секторная диаграмма (рисунок 3) и круговая диаграмма (рисунок4) может быть использована в случаях, когда результаты представлены в процентном отношении. При этом площадь круга принимается за 100%. Каждый сектор диаграммы должен иметь название и значение.

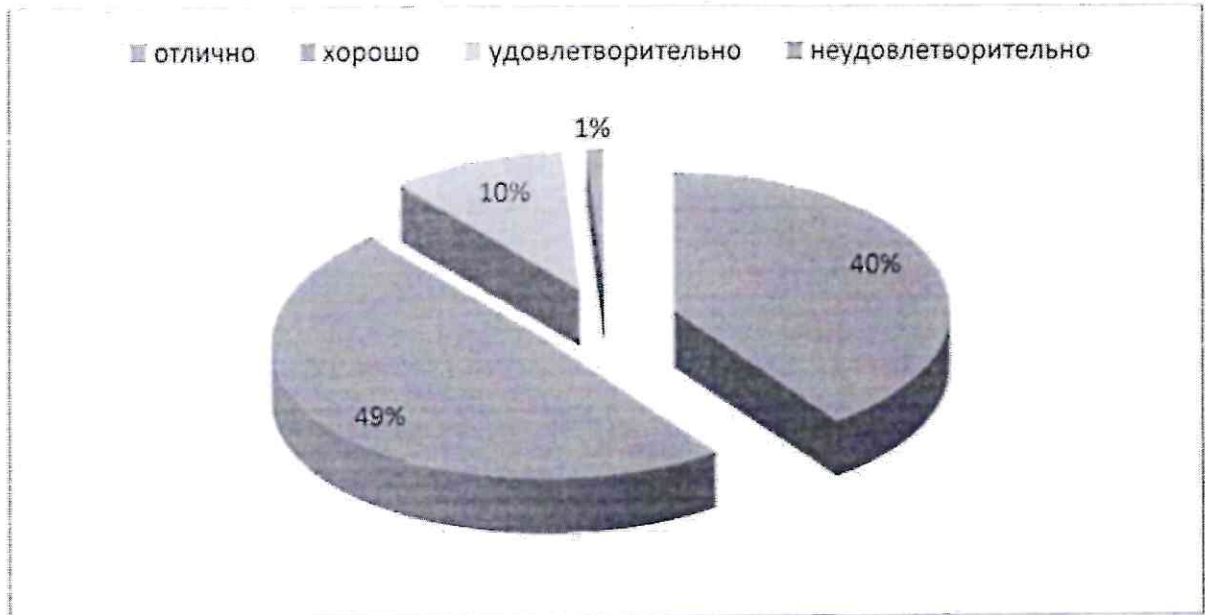


Рисунок 3 - Структура успеваемости школьников по физкультуре



Рисунок 4 - Структура успеваемости школьников по физкультуре

Столбиковая диаграмма (рисунок 5): это последовательность столбцов, каждый из которых опирается на один разрядный интервал, а высота его отражает число случаев или частоту в этом разряде. Каждая ось должна быть обозначена.

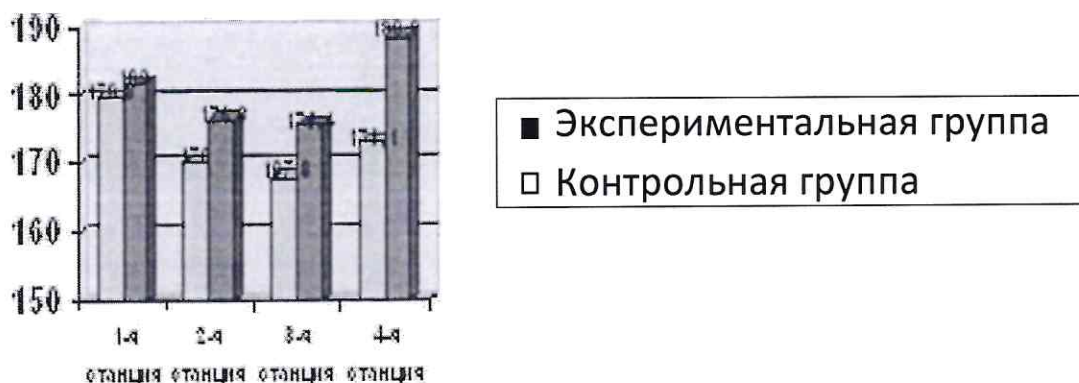


Рисунок 5 - ЧСС спортсменов во время тестирования на функциональную подготовку

Иллюстрируют ВКР, исходя из определенного общего замысла, по тщательно продуманным тематическим планом, помогает избежать иллюстраций случайных, связанных с второстепенными деталями текста, избежать неоправданных пропусков иллюстраций к важнейшим фактам. Каждая иллюстрация должна отвечать тексту, а текст - иллюстрации.

### Оформление ссылок и списка литературы в тексте работы

*ГОСТ Р 7.0.5-2008 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления»*

#### *Ссылки в текстах работ*

Библиографические ссылки - это библиографические описания источников цитат, заимствований, а также произведений печати.

По месту расположения в документе различают библиографические ссылки:

- **внутритекстовые**, помещенные в тексте документа;
- **подстрочные**, вынесенные из текста вниз полосы документа (в сноску);
- **затекстовые**, вынесенные за текст документа или его части (в выноску).

При повторе ссылок на один и тот же объект различают библиографические ссылки:

- **первичные**, в которых библиографические сведения приводятся впервые в данном документе;
- **повторные**, в которых ранее указанные библиографические сведения повторяют в сокращенной форме.

Если объектов ссылки несколько, то их объединяют в одну **комплексную** библиографическую ссылку.

#### Примеры внутритекстовых библиографических ссылок

*На книгу:*

##### **Первичная ссылка**

(Зеличенко В. Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: критерии отбора. М. : Терра-Спорт, 2000. 240 с.) или

(Зеличенко В. Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика: критерии отбора. М.,

2000

##### **Повторная ссылка**

(Зеличенко В. Б., Никитушкин В.Г., Губа В.П. Легкая атлетика. С. 125)



**На монографию:****Первичная ссылка**

(Ефременков К.Н. Олимпийское образование: теория и методика : монография / Смоленский гос. ин-т физ. культуры. Смоленск : [б.и.], 2011. 131 с.) или

(Ефременков К.Н. Олимпийское образование: теория и методика : монография. Смоленск, 2011. 131 с.)

**Повторная ссылка**

(Ефременков К.Н. Олимпийское образование. Смоленск, 2011. С. 99)

**На автореферат:****Первичная ссылка**

(Гогунов Е.Н. Интеллектуальные задачи как педагогическое средство подготовки спортсменов к преодолению экстремальных ситуаций соревновательного характера (на примере стрельбы из лука): автореф. дис. ... канд. пед. наук. Тольятти, 1998. 19 с.) или

(Гогунов Е.Н. Интеллектуальные задачи как педагогическое средство подготовки спортсменов к преодолению экстремальных ситуаций соревновательного характера (на примере стрельбы из лука). Тольятти, 1998)

**Повторная ссылка**

(Гогунов Е.Н. Интеллектуальные задачи как педагогическое средство подготовки спортсменов ... С. 12-13)

**На статьи:****Первичная ссылка**

(Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения / [ЮНЕСКО и др.] ; гл. ред. А. Д. Жуков. М., 2011. С. 205-245)

(Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Требования к подбору музыкального сопровождения занятий фитнесом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 68-71)

**Повторная ссылка**

(Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте. М., 2011. С. 205-245)

(Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Требования к подбору музыкального сопровождения ... // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 70)

**На электронные ресурсы:****Первичная ссылка**

(Педагогика и психология высшей школы [электронный ресурс] / под общ. ред. М. В. Буланова-Топоркова. Ростов на Дону, 2002. URL: [http://krotov.info/lib\\_sec/shso/71\\_rost1.html](http://krotov.info/lib_sec/shso/71_rost1.html)).

**Повторная ссылка**

(Педагогика и психология высшей школы. URL: [http://krotov.info/lib\\_sec/shso/71\\_rost1.html](http://krotov.info/lib_sec/shso/71_rost1.html)).

*При последовательном расположении первичной и повторной ссылок текст повторной ссылки заменяют словами «Там же»*

**Первичная ссылка**

(Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения / [ЮНЕСКО и др.] ; гл. ред. А. Д. Жуков. М., 2011. С. 205-245)

**Повторная ссылка**

(Там же. С. 235)

### Примеры подстрочных библиографических ссылок

#### Первичная ссылка

<sup>1</sup> Ефременков К.Н. Олимпийское образование: теория и методика : монография / Смоленский гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск : [б.и.], 2011. - 131 с.

*или*

<sup>1</sup>Ефременков К.Н. Олимпийское образование: теория и методика. Смоленск, 2011. 131с.

#### Повторная ссылка

<sup>1</sup>Ефременков К.Н. Олимпийское образование. Смоленск, 2011. С. 99.

<sup>1</sup> Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Требования к подбору музыкального сопровождения занятий фитнесом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2008. - № 4 (38). - С. 68-71.

<sup>2</sup>Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения / [ЮНЕСКО и др.] ; гл. ред. А. Д. Жуков. - М., 2011.-С. 205-245.

*или, если о данной статье говорится в тексте*

<sup>1</sup> Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 68-71.

<sup>1</sup> Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения. М., 2011. С. 205-245.

*При последовательном расположении первичной и повторной ссылок текст повторной ссылки заменяют словами «Там же»*

<sup>1</sup> Ефременков К.Н. Олимпийское образование: теория и методика : монография / Смоленский гос. ин-т физ. культуры. - Смоленск : [б.и.], 2011. - 131 с.

<sup>3</sup>Сошкин П.А. Показатели ориентации офицеров на педагогическую деятельность // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2012. - № 10 (92). - С. 156-159.

<sup>4</sup> Изучение адаптационно-иммунных параметров у спортсменов с кожной патологией / Н.П. Кириллова [и др.] // Там же. № 6 (88). С. 62-66.

### Примеры затекстовых библиографических ссылок

Совокупность затекстовых библиографических ссылок оформляется как перечень библиографических записей, помещенный после текста документа или его составной части.

Совокупность затекстовых библиографических ссылок не является

библиографическим списком или указателем, как правило, также помещаемыми после текста документа и имеющими самостоятельное значение в качестве библиографического пособия.

#### В тексте:

Вопрос об эстетических показателях исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта подробно разработан в статье Р.Н. Терехиной, И.А. Винер, Л.И. Турищевой, М.Э. Плехановой<sup>59</sup>.

#### В затекстовой ссылке:

<sup>59</sup> Эстетические показатели исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта / Р.Н. Терехина [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2008. -№ 11 (45).-С. 98-101.

### Примеры внутритекстовой комплексной библиографической ссылки

Библиографические ссылки, включенные в комплексную ссылку, отделяют друг от друга точкой с запятой с пробелами **до и после** этого предписанного знака.

Несколько объектов в одной ссылке располагают в алфавитном или хронологическом порядке, либо по принципу единой графической основы - кириллической, латинской и т. д., либо на каждом языке отдельно (по алфавиту названий языков).

*В алфавитном порядке:*

(Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте : энциклопедия систем жизнеобеспечения / [ЮНЕСКО и др.] ; гл. ред. А. Д. Жуков. М., 2011. С. 205-245 ; Гогонов Е.Н. Интеллектуальные задачи как педагогическое средство подготовки спортсменов к преодолению экстремальных ситуаций соревновательного характера (на примере стрельбы из лука). Тольятти, 1998 ; Педагогика и психология высшей школы [электронный ресурс] / под общ. ред. М. В. Буланова-Топоркова. Ростов на Дону, 2002. URL: [http://ki~otov.info/lib\\_sec/shso/71\\_rostl.html](http://ki~otov.info/lib_sec/shso/71_rostl.html) ; Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Требования к подбору музыкального сопровождения занятий фитнесом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 68-71).

*В хронологическом порядке:*

(Гогонов Е.Н. Интеллектуальные задачи как педагогическое средство подготовки спортсменов к преодолению экстремальных ситуаций соревновательного характера (на примере стрельбы из лука). Тольятти, 1998 ; Педагогика и психология высшей школы [электронный ресурс] / под общ. ред. М. В. Буланова-Топоркова. Ростов на Дону, 2002. URL: [http://krotov.info/lib\\_sec/shso/71\\_rostl.html](http://krotov.info/lib_sec/shso/71_rostl.html); Сайкина Е.Г., Смирнова Ю.В. Требования к подбору музыкального сопровождения занятий фитнесом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 68-71 ; Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте : энциклопедия систем жизнеобеспечения / [ЮНЕСКО и др.] ; гл. ред. А. Д. Жуков. М., 2011. С. 205-245 ).

#### **Примеры подстрочной комплексной библиографической ссылки**

\* Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. М. : Физкультура и спорт : СпортАкадемПресс, 2008. 543 с. ; Его же. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник для студентов высш. учеб. заведений / Л. П. Матвеев. 5-е изд., испр. и доп. М. : Сов. спорт, 2010. 340 с.

*При упоминании авторов и их публикаций в основном тексте ВКР рекомендуется полностью переносить описание, представленное в разделе «Список литературы» (при этом использовать размер шрифта 12 пт).*

Пример: «Роль физической культуры в оздоровления нации является неоспоримой (Сербина, Л.П. Возможности гимнастики в развитии творчества студентов института физкультуры / Л.П. Сербина // Развитие массовой физ. культуры и олимп. движения : тез. докл. науч.-практ. конф. Великолукского гос. ин-та физ. культуры 3-4 июня 1995 г. / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - Великие Луки, 1995. - С. 41-42., Бурлаков, И.Р. Места для легкоатлетических прыжков и метаний / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминуший // Бурлаков, И.Р. Специализированные сооружения для легкой атлетики : учеб, пособие для студ. акад. и ин-тов физ. культуры / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминующий. - М. : [б. и.], 2001. - Гл. 4.-С.41-56.>.

#### **Список литературы**

Список используемой литературы в конце текста оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Список литературы должен включать библиографические записи на документы, использованные автором при работе над темой.

Список должен быть размещен в конце основного текста, после словаря терминов.

Допускаются следующие способы группировки библиографических записей: алфавитный, систематический (в порядке первого упоминания в тексте), хронологический.

При алфавитном способе группировки все библиографические записи располагают по алфавиту фамилий авторов или первых слов заглавий документов. Библиографические записи произведений авторов-однофамильцев располагают в алфавите их инициалов.

При систематической (тематической) группировке материала библиографические записи располагают в определенной логической последовательности в соответствии с принятой системой классификации.

При хронологическом порядке группировки библиографические записи располагают в хронологии выхода документов в свет.

При наличии в списке литературы на других языках, кроме русского, образуется дополнительный алфавитный ряд, который располагают после изданий на русском языке.

#### Примеры описаний в списке литературы

##### *Библиографическая запись на книгу одного автора*

Габай, Т.В. Педагогическая психология : учеб, пособие для студ. вузов / Т.В. Габай. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2010. - 240 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-6174-0.

Апарин, В.А. Основы начального обучения фигурному катанию на коньках : учеб.- метод. пособие / В.А. Апарин ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2010. - 42 с.

Миронов, В.В. Философия : учебник / В. В. Миронов ; Моек. гос. ун-т им. М. В. Ломоносова, философ, фак. - М. : Проспект, 2009. - 239 с. - ISBN 978-5-482-01411-0.

##### *Библиографическая запись на книгу 2-х авторов*

Бурлаков, И.Р. Специализированные сооружения для легкой атлетики : учеб, пособие для студ. акад. и ин-тов физ. культуры / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминуший. - М. : СпортАкадемПресс, 2001. - 115 с. - (Спортивные сооружения и оборудование). - ISBN 5- 8134-0070-2.

Козлов, А.В. Обучение и совершенствование техники спортивных способов плавания : монография / А. В. Козлов, Е. Ф. Орехов ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта. - СПб. : [б. и.], 2010. - 245 с. : ил.

##### *Библиографическая запись на книгу 3-х авторов*

Косарев, В.В. Клиническая фармакология : [учеб, пособие] / В.В. Косарев, В.С. Лотков, С.А. Бабанов. - Ростов н/Д : Феникс, 2008. - 348 с. - (Медицина). - ISBN 978-5- 222-13850-2.

*Библиографическую запись под заглавием* составляют на издания произведений четырех и более индивидуальных авторов; на заведомо авторские произведения, в которых автор не указан и не установлен, в том числе на анонимные классические произведения; на сборники произведений разных авторов, имеющих общее заглавие.

Терминология спорта: толковый слов, спорт, терминов : ок. 9500 терминов / сост. П.Ф. Суслов, Д.А. Тышлер. - М. : СпортАкадемПресс, 2001. - 479 с. - ISBN 5-8134-0047-8.

Теория и методика физической культуры : учебник для студ. высш. учеб, заведений по направлению 521900 "Физ. культура" и специальности 022300 "Физ. культура и спорт" / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [4-е изд., стереотип.]. - М. : Сов. спорт, 2010. - 464 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0431-4.

Специальные виды туристской деятельности. Профессионально-прикладной туризм в физической культуре студентов : учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности 080502 "Экономика и управление на предприятии туризма" / В. И. Григорьев [и др.] ; Балт. акад. туризма и предпринимательства, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург ; [под ред. Ю.Н. Федотова, Е.И. Богданова]. -СПб. : [Копи-Р], 2010.-511 с. : ил. - ISBN 978-5-904718-07-7.

***Библиографическое описание диссертаций***

Парамонова, Г.А. Стратегии поведения студентов различных спортивных специализаций в межличностном конфликте :дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : защищена 08.04.04 / Парамонова Галина Анатольевна ; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2004. - 160 с.

Пантелеева, Г.В. Самопрезентация личности как фактор успешности деятельности тренеров-женщин [Электронный ресурс] : дис. ... канд. психол. наук : 13.00.04 : защищена 28.01.10 / Пантелеева Галина Владимировна ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб., 2010. - 1 электрон, опт. диск (DVD- R).

***Библиографическое описание авторефератов диссертаций***

Богданов, М.В. Развитие профессионально-важных качеств водителей автотранспорта средствами и методами подготовки спортсменов-автогонщиков :автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Богданов Михаил Валентинович ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб., 2010. - 25 с. : ил.

***Библиографическое описание нормативного документа по стандартизации***

Средства индивидуальной защиты рук. Перчатки камерные. Общие технические требования : ГОСТ Р 12.4.204 (ИСО 11933-2-87). - Введ. 2001-01-03. - М. : Изд-во стандартов, 2001. - Ш, 7 с.

ГОСТ 7.9-95 (ИСО 214-76). Реферат и аннотация. Общие требования :межгос. стандарт. - Введ. 01.07.97 // Стандарты по издательскому делу / сост. А. А. Джиго, С. Ю. Калинин.-М., 1998.- С. 132-137.

***Библиографическое описание патента***

Пат. 1328945 Российская Федерация, МКИ ВОЗ М 35/10. Впускной трубопровод для двигателя внутреннего сгорания / К. Тимофеев, А. Маннини (Италия). -№ 2786786/76-08 ; заявл. 25.07.98 ; опубл. 15.05.01 ; Приоритет 25.03.97., № 564780. - 8с. : ил.

***Аналитическая библиографическая запись на составную часть книги***

Рогожин, П.В. Современные системы передачи информации : Интернет и Россия / П.В. Рогожин // Компьютерная грамотность : сб. ст. / сост. П.А. Павлов. - 2-е изд. - М. : [б. и.], 2001.-С. 68-99.

Сербина, Л.П. Возможности гимнастики в развитии творчества студентов института физкультуры / Л.П. Сербина // Развитие массовой физ. культуры и олимп. движения : тез. докл. науч.-практ. конф. Великолукского гос. ин-та физ. культуры 3-4 июня 1995 г. / Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - Великие Луки, 1995. - С. 41-42.

Бурлаков, И.Р. Места для легкоатлетических прыжков и метаний / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминуций // Бурлаков, И.Р. Специализированные сооружения для легкой атлетики : учеб, пособие для студ. акад. и ин-тов физ. культуры / И.Р. Бурлаков, Г.П. Неминуций. - М. : [б. и.], 2001.-Гл. 4.- С. 41-56.

Стрелкова, Н.И. Медицинская реабилитация больных паркинсонизмом / Н.И. Стрелкова // Медицинская реабилитация. Т. 2 / под ред. В.М. Боголюбова. - М. ; Пермь, 1998. - Гл. 3. - С. 56-65. - ISBN 5-88187-025-5.

***Библиографическая запись на публикацию в газете, журнале, периодическом или продолжающемся сборнике***

Морозов, Ю.А. Исследование уровня технической подготовки лучших футболистов мира / Ю.А. Морозов // Научно-методическая работа по спортивным играм : сб. ст. / под ред. П.А. Чумакова ; Ленинградский гос. ун-т. - Л., 1973. - Выл. 1. — С. 87-94.

Мельникова, С.В. Пути совершенствования системы физического воспитания школьников / С.В. Мельникова, Г.А. Ивахненко // Научные исследования и разработки в спорте : вестник аспирантуры / Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 1997. - Вып. 4. - С. 27-33. - ISBN 5-7065-0390-7.

Гуськов, С.И. Социально-исторические аспекты олимпийских ритуалов и символов / С.И. Гуськов // Олимпийское движение и социальные процессы : материалы 5 Всерос. науч.-практ. конф., посвящ. 100-летию МОК / Рос. гос. акад. физ. культуры. - М., 1996. - С. 148-151.

Николаев, А.Н. Адаптированность футболистов к матчам на «чужом» поле как компонент состояния предстартовой готовности / А.Н. Николаев // Теория и практика физ. культуры. - 1999. - № 5. - С. 31-33.

Константинов, В. Ликуй, Испания! Гордись, Голландия! / Владимир Константинов, Александр Просветов // Спорт-экспресс. -2010.-12 июля.

#### ***Библиографическое описание электронных и Интернет-ресурсов***

Художественная энциклопедия зарубежного классического искусства [Электронный ресурс]. - Электрон, текстовые, граф., зв. дан. и прикладная прогр. (546 Мб). - М. : Большая Рос. энцикл. [и др.], 1996. - 1 электрон, опт. диск (CD-ROM): зв., цв.; 12 см + рук. пользователя (1 л.) + открытка (1 л.). - (Интерактивный мир). - Систем. требования : ПК 486 или выше; 8 Мб ОЗУ ; Windows 3.1 или Windows 95 ; SVGA 32768 и более цв. ; 640x480; 4x CD-ROM дисковод ; 16-бит. зв. карта ; мышь. - Загл. с экрана. - Диск и сопровод. материал помещены в контейнер 20x14 см.

Лесгафт, Пётр Францевич : материал из Википедии - свободной энциклопедии // <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. - 21.07.2010.

### **2.3 Примерная тематика выпускных квалификационных работ (квалификационной работы бакалавра) на 2022/2023 учебный год по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы: Спортивная подготовка в избранном виде спорта**

#### **Кафедра Теории и методики велосипедного спорта**

1. Развитие координационных способностей велосипедистов 10-11 лет на начальном этапе спортивной подготовки.
2. Адаптация методики развития скоростно-силовых способностей велосипедистов спринтеров на этапе высшего спортивного мастерства.
3. Совершенствование технико-тактической подготовки велосипедистов в гонках на велотреке на этапе высшего спортивного мастерства.
4. Развитие скоростно-силовых способностей велосипедистов 10-11 лет на начальном этапе подготовки.
5. Совершенствование технической подготовки велосипедистов первого года обучения с использованием пространственно-координационного тренинга.
6. Совершенствование техники педалирования велосипедистов на начальном этапе подготовки.
7. Совершенствование скоростной выносливости в гонках на шоссе у велосипедисток 13-14 лет.
8. Адаптация методики совершенствования силовой подготовки квалифицированных велосипедистов в маунтинбайке.
9. Комплексный контроль спортсменов, специализирующихся в циклических видах спорта на этапе спортивного совершенствования.

#### **Кафедра Теории и методики водно-моторного и парусного видов спорта**

1. Выявление особенностей обучения парусному спорту групп начальной подготовки в классе «Оптимист».
2. Разработка содержания и направленности физической подготовки виндсерферов высшей квалификации в годичном цикле спортивной тренировки.
3. Выявление влияния соревновательных нагрузок на характер регулирования сердечного ритма в парусном спорте у спортсменов разного уровня.
4. Выявление методических особенностей процесса подготовки яхтсменов на начальном этапе обучения парусному спорту.
5. Использование современных программ подготовки спортсменов в парусном спорте.
6. Создание программы физической подготовки яхтсменов 12-14 лет.

7. Выявление особенностей подготовки экипажа к матчевым гонкам.
8. Разработка методики тренировки нивелирования процесса укачивания у яхтсменов на начальном этапе подготовки.
9. Исследование методик начального обучения парусному спорту.
10. Выявление особенностей подготовки яхтсменов в олимпийском классе яхт 49-ег.
11. Исследование динамики изменений физической подготовленности яхтсменов 15-17 лет в парусном спорте в годовом цикле тренировок.
12. Выявление особенностей физической подготовки яхтсменов, специализирующихся в дисциплине «Парусная доска».
13. Выявление влияния на результат соревновательной деятельности уровня физической подготовленности яхтсменов.
14. Разработка методики теоретической подготовки яхтсменов на начальном этапе тренировки.
15. Исследование уровня физической подготовки у кайтбордистов.

#### **Кафедра Теории и методики гимнастики**

1. Антропометрические особенности спортсменов акробатического рок-н-ролла высокой квалификации.
2. Развитие способностей к контактными действиям в акробатическом рок-н-ролле на этапе начальной подготовки.
3. Развитие физических качеств в акробатическом рок-н-ролле на этапе начальной подготовки.
4. Применение средств стретчинга и пилатеса для повышения физической подготовленности танцоров 20-25 лет.
5. Сопряженное развитие музыкально-ритмических и координационных способностей у детей 6-7 лет, занимающихся танцевальным спортом.
6. Формирование динамической осанки в танцевальном спорте.
7. Формирование навыка постановки стопы у танцоров 7-11 лет.
8. Совершенствование пространственной координации в процессе занятий с танцорами группы молодежь в латиноамериканской программе.
9. Совершенствование динамического равновесия спортсменов на основе классической хореографии в танцевальном спорте.
10. Повышение синхронности исполнения комбинаций танцевальных шагов у занимающихся художественной гимнастикой 9-10 лет.
11. Развитие произвольного внимания у детей 5-6 лет, занимающихся художественной гимнастикой, посредством игрового метода.
12. Развитие ритмических способностей гимнасток 10-11 лет средствами танцевального направления «vogue».
13. Совершенствование процесса специально-двигательной подготовки юных гимнасток групповых упражнений на основе освоения взаимодействий с мячом.
14. Совершенствование техники профилирующих прыжков на основе коррекции двигательных программ базовых навыков.
15. Оптимизация процесса обучения ловли мяча на прыжке шагом в художественной гимнастике.
16. Оптимизация процесса освоения двигательных взаимодействий с обручем в групповых упражнениях гимнасток 9-10 лет.
17. Совершенствование исполнения поворотов в художественные гимнастики у спортсменок 12-13 лет.
18. Оптимизация содержания акробатической подготовки спортсменок художественной гимнастики.
19. Совершенствование техники бонусных динамических элементов, выполняемых в мужских акробатических парах на этапе высшего спортивного совершенствования.
20. Совершенствование техники профилирующих элементов в обязательном упражнении 1 взрослого разряда в прыжках на батуте.
21. Методика сопряженного развития гибкости и силовых способностей у акробатов нижнего амплуа для выполнения элементов баланса.
22. Средства и методические приемы хип-хоп хореографии в танцевальной гимнастике.

23. Совершенствование процесса спортивного отбора в группы начальной подготовки в художественной гимнастике.
24. Совершенствование акробатической подготовленности в спортивной аэробике на этапе спортивного мастерства.
25. Внедрение хореографической подготовки в черлидинге для повышения исполнительского мастерства у спортсменов высокого класса.
26. Методика развития выразительности спортсменок высокого класса занимающихся эстетической гимнастикой.
27. Совершенствование техники исполнения трудностей предмета с обручем у спортсменок высокого класса в художественной гимнастике.
28. Средства обучения статическим равновесиям юных спортсменок занимающихся эстетической гимнастикой.
29. Методика развития функции равновесия на основе специальной выносливости у спортсменок высокого класса занимающихся эстетической гимнастикой.
30. Совершенствование исполнения динамических равновесий на основе развития вестибулярной устойчивости у спортсменок высокого класса занимающихся эстетической гимнастикой.
31. Формирование готовности к овладению перелетов типа «Шапошниковой» на разновысоких брусьях у гимнасток высокой квалификации.
32. Влияния качества освоения волн и взмахов телом на работу с мячом в художественной гимнастике.
33. Влияние качества освоения волн на слитность движений в соревновательных композициях в художественной гимнастике.
34. Влияния качества освоения волн и взмахов телом на работу с обручем в художественной гимнастике.
35. Влияния качества выполнения пружинных движений на освоение бросков предмета в художественной гимнастике.
36. Унифицированная программа освоения техники работы предметом на основе положительного переноса техники.
37. Оптимизация процесса освоения взаимодействий с обручем в групповых упражнениях гимнасток-художниц.
38. Развитие решительности и смелости при обучении акробатическим элементам в акробатическом рок-н-ролле.
39. Совершенствование техники перекидных прыжков с поворотами в спортивной аэробике.
40. Скоростно-силовая подготовка юных гимнастов спортивной аэробики.

#### **Художественная гимнастика**

41. Повышение надёжности перебросок неоднородных предметов в групповых упражнениях в художественной гимнастике.
42. Совершенствование техники выполнения комбинированных поворотов в художественной гимнастике.
43. Повышение эффективности освоения сложно координационной работы предметом на основе взаимосвязи специальной физической и технической подготовки гимнасток 12-13 лет.
44. Оптимизация процесса обучения технической работы с мячом на перевороте вперед.
45. Оптимизация процесса специально-двигательной подготовки в групповых упражнениях юных спортсменок на основе освоения взаимодействий с обручем.
46. Оптимизация техники выполнения равновесий на основе совершенствования синхронности развития физических качеств.
47. Повышение техники поворотов в художественной гимнастике.
48. Повышение готовности к освоению взаимодействий с лентой при выполнении вращений в групповых упражнениях.
49. Повышение качества выполнения поворотов с броском на основе совершенствования профилирующих упражнений.
50. Совершенствование выполнения манипуляций с обручем на акробатических элементах с вращением в художественной гимнастике.
51. Повышение выполнения технической сложности с обручем на прыжках в



художественной гимнастике.

52. Методика обучения технической работы с булавами на равновесиях в художественной гимнастике.

53. Методика обучения сложнокоординационной работе скакалкой на прыжках в художественной гимнастике гимнасток 10-11 лет.

54. Унифицированная программа освоения техники работы предметом на основе положительного переноса техники.

55. Оптимизация процесса освоения взаимодействий с обручем в групповых упражнениях гимнасток-художниц 1 разряда.

56. Оптимизация процесса обучения ловли мяча на прыжке шагом в художественной гимнастике.

### **Акробатический рок-н-ролл**

57. Развитие решительности и смелости при обучении акробатическим элементам в акробатическом рок-н-ролле.

58. Отбор детей для занятий акробатическим рок-н-роллом.

### **Спортивная акробатика**

59. Особенности проведения подготовительной части тренировочного занятия в спортивной акробатике на этапе начальной подготовки.

60. Моделирование предстартового состояния в спортивной акробатике на этапе спортивного мастерства.

61. Акробатическая подготовка как средство повышения артистичности в спортивной акробатике на этапе совершенствования спортивного мастерства.

62. Содержание соревновательных упражнений в спортивной акробатике с учетом степени спортсменов.

63. Оптимизация процесса развития координационных способностей в спортивной акробатике на тренировочном этапе подготовки.

64. Построение тренировочного процесса в спортивной акробатике на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям.

### **Спортивная аэробика**

65. Формирование школы движений в спортивной аэробике средствами хореографии.

66. Развитие координационных способностей спортсменов начального этапа подготовки в спортивной аэробике.

67. Совершенствование техники обязательных прыжков спортивной аэробики с использованием батутной подготовки.

68. Структура и содержание нагрузок специальной физической подготовки на гибкость у юных спортсменов аэробики.

69. Совершенствование техники перекидных прыжков с поворотами в спортивной аэробике.

70. Скоростно-силовая подготовка юных гимнастов спортивной аэробики.

### **Танцевальный спорт**

71. Пространственно-временная подготовка спортсменов на тренировочном этапе в танцевальном спорте.

72. Начальное формирование презентации пары в танцевальном спорте.

73. Формирование специальной физической готовности юных спортсменов для юных спортсменов для освоения спот поворота в ча-ча-ча в танцевальном спорте.

74. Развитие вестибулярной устойчивости у детей 13-14 лет, занимающихся спортивными танцами.

75. Средства и методические приемы совершенствования вращательных движений в танцевальном спорте.

76. Повышение специальной физической подготовленности танцоров-юниоров к освоению латиноамериканской программы.

77. Развитие выносливости у детей 12-14 лет, занимающихся спортивными танцами.

78. Точность воспроизведения движений при работе рук в латино-американской программе в танцевальном спорте.

### Спортивная гимнастика

79. Совершенствование специальной подготовленности гимнасток высокой квалификации на опорном прыжке.

80. Формирование готовности к овладению элементами с полетом типа Ковач на перекладине у гимнастов высокой квалификации.

81. Специальная подготовленность в упражнениях на бревне у гимнасток, занимающихся на тренировочном этапе.

82. Базовая хореографическая подготовленность гимнасток, занимающихся на тренировочном этапе.

83. Совершенствование отталкивания руками и ногами на опорном прыжке у высококвалифицированных гимнастов.

84. Специальная техническая подготовка гимнасток к выполнению полетных элементов с контр-вращением на разновысоких брусьях.

85. Повышение уровня специальной подготовленности юных гимнасток на разновысоких брусьях на основе совершенствования педагогического контроля.

### Эстетическая гимнастика

86. Корреляция асимметрии развития гибкости у детей 10-12 лет для успешного выполнения на не ведущую ногу в эстетической гимнастики.

87. Совершенствование силовой подготовленности «нижних» спортсменок, занимающихся на этапе спортивного совершенствования для успешного выполнения акробатических поддержек в эстетической гимнастики.

88. Повышение технической ценности соревновательной программы у высококвалифицированных спортсменок посредством развития специальной выносливости в эстетической гимнастики.

### Кафедра Теории и методики гребного спорта им. Е.С. Салтыкова

1. Возможности использования компьютерных технологий для фиксации и анализа тренировочного процесса гребцов-академистов.

2. Развитие общей и специальной выносливости у девушек 17-18 лет в академической гребле в подготовительном периоде.

3. Возможности использования тренировки TRX в тренировке гребцов-академистов в подготовительном периоде.

4. Влияние использования дыхательных тренажеров «Новое дыхание» на аэробные возможности байдарочников 16-18 лет в подготовительном периоде.

5. Развитие общей выносливости гребцов-академистов начального этапа подготовки с использованием дополнительного музыкального сопровождения в подготовительном периоде.

6. Использование модельной круговой тренировки в подготовке юношей гребцов на каноэ (16-17) в подготовительном периоде.

7. Развитие силовых качеств гребцов-академистов с использованием тренажерных устройств.

8. Психологическая подготовка спортсменов академистов в годичном цикле тренировочного процесса.

9. Сравнительный анализ подготовки гребцов академистов высокой квалификации в подготовительном периоде.

### Кафедра Теории и методики легкой атлетики

1. Использование игрового метода для развития скоростно-силовых способностей юных бегунов на средние дистанции.

2. Развитие скоростно-силовых способностей футболистов средствами легкоатлетических упражнений.

3. Развитие специальной выносливости школьников для выполнения норм ВФСК «ГТО» V ступени средствами легкой атлетики.

4. Особенности развития скоростно-силовых качеств у девушек 15-16 лет, специализирующихся в спринтерском беге.

5. Использование метода круговой тренировки для развития быстроты у юных спринтеров.

6. Совершенствование комплексной подготовки бегунов на средние дистанции на

тренировочном этапе.

7. Силовая подготовка у женщин в беге на средние дистанции.
8. Развитие скоростно-силовых способностей у девушек 13-14 лет.
9. Развитие взрывной силы у девочек 10-11 лет в беге на короткие дистанции.
10. Развитие быстроты у девочек 12-13 лет, используя соревновательный метод.
11. Соотношение нагрузок в процессе беговой подготовки пятиборцев юниоров.
12. Специальные упражнения копьеметателей высокой квалификации.
13. Особенности скоростно-силовой подготовки легкоатлетов-прыгунов при травмах опорно-двигательного аппарата.
14. Специальная физическая подготовка прыгунов с шестом с элементами упражнений на равновесие.
15. Влияние условий среднегорья на развитие специальной выносливости у юношей 14-16 лет.
16. Развитие скоростно-силовых качеств прыгунов в высоту с помощью специальных тренажеров у групп начальной подготовки.
17. Комплексное развитие выносливости у многоборцев старшей возрастной группы 16-17 лет для совершенствования результатов в беге на 1500 м.
18. Методика использования скоростно-силовой разминки в сочетании с полиметрической тренировкой у прыгунов 15-16 лет.
19. Развитие специальной выносливости у бегунов 14-16 лет на дистанции 800 м с помощью тренажеров.
20. Идеомоторная тренировка как средство специальной психологической подготовки и коррекции психических состояний на заключительном этапе подготовки к соревнованиям у девушек легкоатлеток 18-19 лет в беге на средние дистанции.
21. Подготовка копьеметательниц в помещении с помощью специальных упражнений у девочек 14-16 лет.
22. Профилактика травматизма у бегунов на средние и длинные дистанции.
23. Применение различных вариантов отдыха для развития специальной выносливости у бегунов на средние дистанции (17-19) в предсоревновательный период.
24. Специальная выносливость в беге на средние дистанции у девушек 15-17 лет в условиях гипоксии.
25. Восстановительные мероприятия у бегунов на средние дистанции 14-16 лет.
26. Способы миорелаксации, как средства увеличения эффективности работоспособности в тренировочном процессе спринтеров на этапе углубленной специализации (16-19 лет).
27. Развитие скоростно-силовых способностей у прыгунов в длину 12-13 лет с помощью комплекса специальных упражнений.
28. Специальная выносливость в подготовке спортсменов многоборцев 14-16 лет в период предсоревновательной подготовки.
29. Влияние изменения углов вылета у прыгунов в длину в тренировочном процессе.
30. Совершенствование ритма бега на 400 м у бегунов высокой квалификации по средствам комплексной звуковой и зрительной информации.
31. Совершенствование специальной подготовки бегунов на 400 м с барьерами.
32. Саморегуляция предстартовой лихорадки у бегунов на средние дистанции тренировочного этапа.
33. Совершенствование работы рук в беге на короткие дистанции на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).
34. Оперативный контроль техники выполнения двигательного действия (на примере бега на короткие дистанции).
35. Скоростно-силовая подготовка прыгунов в длину на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).
36. Влияние занятий легкой атлетикой на психо-эмоциональное состояние студентов.
37. Развитие скоростно-силовых способностей у прыгунов в высоту 16-17 лет.
38. Скоростно-силовая подготовка девушек 16-18 лет в беге на 1500 метров, с учетом физиологических особенностей организма.
39. Развитие силовых способностей у прыгунов в высоту 14-15 лет.
40. Влияние силовой подготовки на результат в беге на 800 метров у девушек 13-14 лет.
41. Использование акробатических упражнений в подготовке прыгунов с шестом 1-2

разряда.

42. Использование круговой формы в проведении тренировочного процесса юных многоборков 12-13 лет.

#### **Кафедра Теории и методики плавания**

1. Начальная подготовка в скоростном плавании в ластах.
2. Техника плавания спринтерской дистанции кролем на спине.
3. Длительная адаптация к тренировочной нагрузке у юношей 14-15 лет.
4. Техника плавания баттерфляем на спринтерской дистанции 50 метров.
5. Ускоренное обучение плаванию юношей 14-15 лет.
6. Координация движений при различном темпе плавания дельфином.
7. Начальная подготовка детей в бассейне глубиной не более 80 см.
8. Подготовка высококвалифицированных подводников в скоростном плавании в ластах.
9. Обязательные упражнения при обучении спортивным способам плавания в 6-8 лет.
10. Особенности формирования спринтерской техники кролем на груди.
11. Обучение ориентированию для плавания на открытой воде в условиях закрытого бассейна.
12. Развитие гибкости и координации движений у пловцов в учебно-тренировочном процессе на этапе предварительной подготовки.
13. Обучение технике плавания дельфином пловцов группы НП 2 с использованием игрового метода.
14. Развитие взрывной силы у юношей 15 лет.
15. Особенности выполнения поворотов в кроле на спине у пловцов в возрасте 10-12 лет.
16. Планирование технических нагрузок пловцов-стаеров 14-15 лет в предсоревновательном периоде.
17. Совершенствование спортивных результатов пловцов-спринтеров 13-14 лет (с помощью развития силовых качеств посредством круговой тренировки).
18. Особенности обучения движению ногами кролем в группа НП 1.
19. Особенности ускоренного обучения плаванию детей школьного возраста.
20. Тактическая подготовка пловцов 15-16 лет (на примере дистанции 200 метров вольный стиль).
21. Совершенствование первых плавательных движений после поворота в кроле на груди у пловцов 12-13 лет.
22. Развитие гибкости у пловцов 13-14 лет.
23. Обучение технике работы рук брассом пловцов 8-9 лет.
24. Особенности обучения плаванию мужчин второго зрелого возраста.
25. Специфика начального этапа отбора детей младшего школьного возраста 7-8 лет в спортивное плавание.
26. Специальная силовая подготовка пловцов 14 лет специализирующихся в стиле плавания баттерфляй.
27. Совершенствование техники старта при плавании кролем на груди на короткие дистанции у пловцов 13-14 лет.
28. Методика определения индивидуальных пульсовых зон интенсивности для пловцов-девочек 12-13 лет.
29. Использование поддерживающих средств при начальном обучении детей младшего школьного возраста.
30. Повышение эффективности старта с тумбочки у пловцов-спринтеров высокой квалификации.
31. Развитие силовых качеств у пловцов-дельфинистов 13-14 лет.

#### **Кафедра Теории и методики спортивных игр**

1. Повышение результативности нападающего удара посредством развития психомоторных асимметрий у волейболисток 16-17 лет.
2. Развитие способностей к дифференцированию движений и влияние данной способности на точность броска со средней дистанции.
3. Развитие силовых способностей для повышения эффективности нападающего удара волейболисток 17 лет.

4. Повышение точности бросков в движении у баскетболистов 10-11 лет, за счет развития координационных способностей.
5. Формирование индивидуальных действий баскетболисток на основе мотивации для достижения командных задач.
6. Повышение эффективности броска в движении на основе развития телесной ловкости у баскетболистов 14-15 лет.
7. Влияние технико-тактической подготовленности на эффективность соревновательной деятельности в настольном теннисе на примере теннисисток 11-12 лет.
8. Совершенствование техники перемещения юных баскетболистов за счет развития скоростных способностей.
9. Повышение эффективности передачи мяча у баскетболистов 11-13 лет на основе подвижных игр.
10. Влияние развития физических качеств на овладение техникой ударов у теннисистов 8-9 лет.
11. Повышение показателей физической подготовленности волейболисток 11-12 лет средствами аэробики.
12. Влияние скоростно-силовых качеств на эффективность игровой деятельности у баскетболистов 12-13 лет.
13. Формирование сплоченности коллектива на секционных занятиях по баскетболу в общеобразовательной школе.
14. Повышение эффективности соревновательной деятельности, за счет развития скоростной выносливости у волейболисток 14-15 лет.
15. Развитие скоростно-силовых качеств у игроков в настольном теннисе 13-14 лет, для повышения результативности соревновательной деятельности.
16. Оптимизация командных систем в защите в волейболе в соревновательных моментах.
17. Оптимизация начального обучения передвижениям детей младшего школьного возраста в настольном теннисе.
18. Повышение результативности технических действий средствами развития специальной выносливости у волейболисток 18-20 лет.
19. Повышение эффективности соревновательной деятельности за счет развития скоростно-силовых качеств у баскетболистов 16-17 лет.
20. Развитие координационных способностей у детей 8-9 лет, занимающихся гандболом в группах начальной подготовки в ДЮСШ.
21. Повышение эффективности выполнения нападающего удара у волейболисток 13- 14 лет.
22. Повышение эффективности выполнения одиночного блокирования волейболистками 13-14 лет на основе развития скоростно-силовых способностей.
23. Выявление влияния 3-очковых бросков на эффективность соревновательной деятельности баскетболисток различной квалификации.
24. Оптимизация методики повышения эффективности броска в движении в связи с изменениями правил баскетбола.
25. Выявление влияния занятий баскетболом на профилактику гиподинамии в корпоративной среде.
26. Оптимизация методики обучения приемам школы баскетбола на основе развития помехоустойчивости.
27. Совершенствование скоростной техники баскетболисток разных амплуа в процессе тренировки быстрого прорыва.
28. Применение универсальной подготовки игроков студенческом баскетболе.
29. Обучение индивидуальным тактическим действиям юных баскетболистов 12-13 лет.
30. Совершенствование навыков борьбы за отскок мяча у баскетболисток 15-16 лет.
31. Совершенствование бросковой подготовки баскетболистов-студентов на основе снижения уровня их тревожности.
32. Совершенствование техники владения мячом в баскетболе с применением специального инвентаря.
33. Снижение травматизма за счет оптимизации средств мышечной подготовки баскетболисток студенческих команд.
34. Использование стритбола для развития ловкости учащихся общеобразовательных школ.
35. Развитие способности к ориентированию в пространстве для повышения эффективности

передач мяча баскетболистками периметра.

36. Повышение надежности групповых тактических взаимодействий в защите у баскетболисток 14-15 лет.

37. Обучение технике передвижений из исходного положения на этапе начальной подготовки теннисистов.

38. Повышение точности ударов с отскока на основе развития внимания у теннисистов на этапе начальной подготовки.

39. Исследование показателей групповой сплоченности у гандболисток 13-15 лет.

40. Повышение точности ударов с отскока на основе развития внимания у теннисистов на этапе начальной подготовки.

41. Развитие скоростных способностей у теннисистов 11-12 лет.

42. Совершенствование атакующих ударов с отскока на основе развития тактического мышления в женском теннисе.

43. Повышение стабильности завершающих ударов у теннисистов на этапе углубленной спортивной специализации.

44. Повышение результативности блокирующих действий на основе развития скоростно-силовых качеств специальным оборудованием у волейболисток 16-18 лет.

45. Повышение эффективности одиночного блокирования на основе применения специального оборудования у волейболисток 12-13 лет.

#### **Кафедра Теории и методики футбола**

1. Совершенствование методики обучения ведению мяча у футболистов 11-12 лет.

2. Влияние физической подготовленности футболистов 15-17 лет на уровень их тактического мастерства.

3. Моделирование комбинационных упражнений в системе подготовки футболистов на этапе спортивного совершенствования.

4. Развитие индивидуальных технических приемов у футболистов 12-13 лет.

5. Методика развития общих и специальных физических качеств у футболистов 10-12 лет.

6. Сравнительный анализ российской и голландской систем физической подготовки футболистов 13 лет.

7. Методика обучения удара по мячу средней частью подъема у юных футболистов 7-9 лет.

8. Развитие специфических координационных способностей футболистов 10 лет на начальном этапе подготовки.

9. Совершенствование скоростно-силовых качеств у футболистов 15-16 лет повторным методом».

10. Обучение технике ведения мяча средней частью подъема на этапе начальной подготовки у футболистов.

11. Использование тренажеров для совершенствования ударов у футболистов 14-15 лет.

12. Методика развития координационных способностей юных футболистов в группах начальной подготовки.

13. Методика развития скоростно-силовых качеств у футболистов 15-16 лет.

14. Эффективность методов круговой тренировки в воспитании силовых способностей юных футболистов 15-16 лет.

15. Особенности технической подготовки юных футболистов 6-7 лет при обучении ударам средней частью подъема стопы.

16. Анализ технико-тактических действий центральных защитников при организации атаки (на примере защитников 13-14 лет).

17. Особенности формирования физического развития и физической подготовленности девочек, занимающихся мини-футболом.

18. Содержание и направленность разминки в футболе на примере команд высокого класса.

19. Методика развития быстроты и формирования навыка скоростного передвижения с мячом у юных футболистов 12-14 лет.

20. Методика развития специальных физических качеств футболистов 10-12 лет.

21. Методика развития быстроты у юных футболистов СШОР 11-12 лет.

22. Применение подвижных игр как средство комплексного развития юных футболистов 6-7 лет на начальном этапе подготовки».

23. Методика развития выносливости у футболистов 13-14 лет (на примере женских команд

по мини-футболу).

24. Методика развития скоростно-силовых способностей у футболистов (на примере женских команд по мини-футболу).
25. Повышение скоростно-силовых показателей у юных футболистов 12-13 лет
26. Особенности методики технико-тактической подготовки вратарей.
27. Развитие выносливости у юных футболистов 14-16 лет.
28. Использование оптимальных средств и методов развития качеств быстроты юных футболистов 11-12 лет в процессе круглогодичной тренировки.
29. Повышение эффективности технической подготовленности на основе развития быстроты и координационных способностей юных футболистов 10-12 лет.
30. Формирование мотивов к занятиям футболом школьников разных возрастных групп.
31. Развитие координации у футболистов разных возрастных групп.
32. Анализ показателей индивидуальных и групповых тактических действий футболистов 13-15 лет.
33. Использование средств и методов совершенствования специальной выносливости у футболистов 16-18 лет.
34. Методика развития силовой выносливости у футболистов 16-18 лет.
35. Применение методов педагогического контроля за соревновательным процессом футболистов начальной специализации.
36. Совершенствование техники отбора мяча с применением различных технических приемов в футболе.
37. Развитие быстроты у юных футболистов 13-14 лет.
38. Развитие скоростных способностей у футболистов 13-15 лет.
39. Формирование психофизиологических особенностей подготовки вратарей 12-13 лет в футболе.
40. Развитие скоростно-силовых качеств у футболистов 16-18 лет.
41. Структура соревновательной деятельности, как основа технической подготовки футболистов 9-11 лет.
42. Анализ ТТД вратарей высокой квалификации в футболе.
43. Развитие общей выносливости у футболистов групп начальной подготовки.
44. Анализ ТТД защитников высокой квалификации в футболе.
45. Выявление взаимосвязи тренировочного и соревновательного объемов игры головой футболистов на этапе углубленной специализации.
46. Развитие координационных способностей у футболистов на этапе начальной подготовки.
47. Разработка комплексной программы психологической подготовки вратарей в футболе.
48. Развитие координационных способностей у юных футболистов спортивно-оздоровительных групп.
49. Оптимизация отбора и ориентации футболистов групп начальной подготовки.
50. Методика повышения эффективности основных параметров атакующих действий нападающих на этапе спортивного совершенствования.
51. Повышение мотивации к занятиям у футболистов на этапе спортивного совершенствования.
52. Использование средств и методов контроля технической подготовки футболистов на этапе углубленной тренировки.
53. Методика развития быстроты и двигательных реакций футболистов с помощью подвижных игр.
54. Методика обучения удара по мячу средней частью подъема.
55. Специальная подготовка скоростно-силовых способностей юных футболистов 12- 13 лет.
56. Разработка профилактики использования допинга в футболе.
57. Психологический анализ взаимоотношений тренера с футбольной командой.
58. Методика обучения и совершенствования тактических комбинаций у футболистов.
59. Методика развития скоростных качеств у футболистов различной квалификации к соревнованиям.
60. Методика подготовки вратарей в профессиональной футбольной команде.

**Кафедра Теории и методики конькобежного спорта и фигурного катания**  
**Фигурное катание на коньках**

1. Влияние занятий фигурным катанием на коньках на физическое и психологическое развитие дошкольников.
2. Вращение как средство совершенствования техники многооборотных прыжков.
3. Выявление влияния индивидуальных возможностей на результативность тренировочной деятельности фигуристов.
4. Выявление специфических особенностей содержания ледовых тренировок фигуристов в соревновательном периоде на этапе совершенствования спортивного мастерства.
5. Выявление структуры тренировочных занятий тренировочных групп в соревновательном периоде.
6. Динамика выступления российских фигуристов женского одиночного катания на международной арене.
7. Модель психологической характеристики личности тренера по фигурному катанию на коньках.
8. Оптимизация методики обучения подкруткам в парном фигурном катании.
9. Оптимизация процесса организации и планирования учебной работы по фигурному катанию в условиях массовых форм обучения.
10. Оптимизация процесса совершенствования дорожек шагов у фигуристов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
11. Оптимизация средств и методов работы в условиях массовых форм обучения фигурному катанию на коньках.
12. Оптимизация методики построения Паттерн танца у фигуристов танцоров 7-10 лет.
13. Оптимизация построения восстановительного периода при травмировании голеностопного сустава фигуристов 13-15 лет.
14. Оптимизация процесса обучения многооборотным прыжкам в фигурном катании.
15. Оптимизация процесса обучения подержкам танцоров путем повышения эффективности процесса развития силовых способностей.
16. Оптимизация процесса тренировки спортивных программ юных фигуристов.
17. Педагогические аспекты обучения Паттерн танцу фигуристов разряда новисы.
18. Повышение эффективности специальной физической подготовки фигуристов за счёт применения специальных средств.
19. Повышение вестибулярной устойчивости фигуристов на этапе начальной подготовки средствами акробатики.
20. Развитие прыгучести у юных фигуристов с использованием игрового метода.
21. Развитие творческих способностей юных фигуристов.
22. Современные тенденции судейства соревнований в синхронном фигурном катании.
23. Создание модели пространственно-временных параметров движений партнеров при исполнении подкруток.
24. Сравнительная характеристика подготовки юных фигуристов на этапе начальной подготовки в России и Финляндии.
25. Тенденции развития синхронного фигурного катания на коньках на современном этапе.
26. Упражнения с резиной как средство повышения эффективности процесса обучения элементам фигурного катания юных фигуристов.

**Конькобежный спорт**

1. Влияние применения интервальных тренировок на спортивный результат конькобежцев 12-13 лет.
2. Оптимизация методики совершенствования (развития) техники бега со старта у шорт-трековиков.
3. Оптимизация общей и специальной подготовленности квалифицированных шорт-трековиков в течение годового тренировочного цикла.
4. Оптимизация подготовки шорт-трековиков к смешанной эстафете.
5. Оптимизация процесса развития выносливости у конькобежцев 13-14 лет.
6. Оптимизация технико-тактической подготовки конькобежцев к командной гонке.
7. Оптимизация технической подготовки юных конькобежцев.
8. Применение кондиционной подготовки высококвалифицированных конькобежцев в



годовом цикле тренировки.

9. Развитие специальной выносливости у юношей - конькобежцев 14-15 лет, специализирующихся на дистанции 1500 и 3000 метров.

10. Развитие координационных способностей у шорт-трековиков с помощью использования специальных тренажеров.

11. Развитие скоростных и скоростно-силовых качеств конькобежцев 12-13 лет.

12. Разработка программы технико-тактической подготовки конькобежцев к масс-старту.

13. Совершенствование кондиционной подготовки спортсменов 10-12 лет специализирующихся в шорт-треке в подготовительном периоде тренировки.

14. Совершенствование тактической подготовка конькобежцев высокой квалификации в соревновательном периоде.

15. Совершенствование техники бега по повороту у конькобежцев, посредством включения в тренировочный процесс упражнений, выполняемых на малом радиусе.

16. Совершенствование техники бега со старта у шорт-трековиков.

17. Улучшение технической подготовки юных конькобежцев.

18. Эффективность обучения технике старта у конькобежцев групп начальной подготовки.

### **Кафедра Теории и методики лыжных видов спорта**

1. Адаптация методики развития силовой выносливости у лыжников-гонщиков тренировочных групп первого и второго года обучения в подготовительном периоде.

2. Анализ уровня физической подготовленности лыжников-гонщиков младших разрядов в годовом цикле тренировки.

3. Влияние развития симметрии на качество выполнения базовых акробатических элементов во фристайле «могул» у квалифицированных спортсменов в подготовительном периоде.

4. Изменение гемодинамических характеристик при выполнении стандартной физической нагрузки у квалифицированных спортсменов-фристайлистов.

5. Использование биологических средств восстановления работоспособности лыжников-гонщиков высокой квалификации.

6. Использование метода развития и воспитания координационных способностей у горнолыжников 11-12 лет.

7. Использование методик развития специальной выносливости у лыжников - гонщиков старших разрядов в соревновательный период.

8. Использование теста ШОМАН для определения функциональной подготовки высококвалифицированных горнолыжников.

9. Методика скоростно-силовой подготовки лыжников-гонщиков старших разрядов.

10. Моделирование соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов-могулистов в подготовительном периоде.

11. Оптимизация динамики тренировочных нагрузок у лыжниц-гонщиц юниорок в соревновательном периоде.

12. Оптимизация подготовки лыжников-двоеборцев старших разрядов в годовом цикле тренировки.

13. Оптимизация технической подготовки лыжников-гонщиков.

14. Особенности методики развития скоростных способностей у лыжников-гонщиков 15-17 лет.

15. Особенности методики развития физических способностей у мальчиков и девочек дошкольного возраста.

16. Особенности обучения детей младшего школьного возраста классическим лыжным ходам.

17. Особенности развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста, занимающихся сноубордингом.

18. Особенности физической подготовки фристайлистов в ски-кроссе.

19. Повышение динамики тренировочных нагрузок у лыжниц-гонщиц старших разрядов в годовом цикле.

20. Повышение скоростно-силовой подготовка квалифицированных лыжников-спринтеров.

21. Повышение технико-тактической подготовки лыжников - гонщиков высокой

квалификации в годичном цикле тренировок.

22. Применение метода развития координационных способностей у сноубордистов 12-13 лет.
23. Применение метода развития скоростно-силовых способностей у лыжниц гонщиц в соревновательном периоде.
24. Применение методики обучения и совершенствования акробатических прыжков лыжников-могулистов.
25. Применение техники и тактики прохождения трасс ски-кросса спортсменов старших разрядов в подготовительном периоде.
26. Применение техники и тактики прохождения трасс слалома-гиганта горнолыжниками старших разрядов.
27. Развитие выносливости у лыжников-гонщиков старших разрядов в подготовительном периоде.
28. Развитие координационных способностей и гибкости у детей 6-7 лет, занимающихся фристайлом.
29. Развитие координационных способностей сноубордистов фристайловых дисциплин 10-12 лет в межсезонный период.
30. Развитие силовых способностей у лыжников-гонщиков старших разрядов в подготовительном периоде.
31. Развитие слоупстайла в направлении джибинг.
32. Развитие специальной выносливости у лыжников-гонщиков старших разрядов в подготовительном периоде.
33. Разработка технологии подготовки сноубордистов старших разрядов в подготовительном периоде.
34. Совершенствование скоростно-силовой подготовленности юных лыжников-двоеборцев в подготовительном периоде.
35. Совершенствование техники попеременного двушажного хода в подготовительном периоде.
36. Совершенствование технической подготовки высококвалифицированных спортсменов-могулистов на специально-подготовительном этапе.
37. Формирование тактики в соревновательной деятельности лыжников-гонщиков на дистанции 50 километров.
38. Выявление особенностей построения тренировочного процесса биатлонистов юниорского возраста в годичном цикле подготовки.
38. Использование «стресс-упражнений» для повышения точности стрельбы квалифицированных биатлонистов.
39. Использование в тренировочном процессе бега с палками как основного средства развития скоростной выносливости биатлонистов средней возрастной группы в подготовительном периоде.
40. Использование интервальной гипоксической тренировки в подготовительном периоде квалифицированных биатлонистов.
41. Использование специальных стрелковых упражнений биатлонистами 16-17 лет в подготовительном периоде.
42. Оптимизация величины и характера тренировочных нагрузок у биатлонистов старших разрядов.
43. Оптимизация организации, содержания и методики проведения учебно-тренировочного процесса с биатлонистками старших разрядов.
44. Оптимизация силовой подготовки квалифицированных биатлонисток в годичном цикле.
45. Оптимизация технико-тактической подготовки биатлонистов тренировочного этапа спортивной подготовки в подготовительном периоде.
46. Проектирование материально-технического обеспечения биатлона.
47. Улучшение организации и методов педагогического контроля тренировочного процесса биатлонистов 12-14 лет.

### Кафедра Теории и методики хоккея

1. Выявление особенностей методики развития силовых качеств хоккеистов различного возраста.
2. Выявление особенностей методики физической подготовки женщин, занимающихся хоккеем.
3. Изучение влияния технического приема «вбрасывание» на организацию оборонительных и атакующих действий.
4. Использование метода круговой тренировки в процессе подготовки юных хоккеистов.
5. Использование специальных тренажерных устройств в процессе подготовки хоккеистов 13-14 лет.
6. Исследование влияния уровня технической подготовленности на показатели специальных скоростных качеств хоккеистов.
7. Исследование конфликтных взаимоотношений в юношеской хоккейной команде.
8. Исследование надежности соревновательной деятельности квалифицированных хоккеистов.
9. Обучение технике владения клюшкой и шайбой хоккеистов 7-8 лет.
10. Обучение технике передвижения на коньках детей 5-6 лет.
11. Обучение технике передвижения на коньках хоккеистов 7-8 лет.
12. Обучение технике передвижения на коньках хоккеистов 8-9 лет.
13. Обучение технике передвижения на коньках хоккеистов 9-10 лет.
14. Обучение хоккеистов игре в тактических системах: 2х1х2; 1х1х3.
15. Обучение хоккеистов игре в численных неравенствах: 6х5; 6х4; 5х4; 5х3; 4х3.
16. Обучение юных хоккеистов индивидуальным технико-тактическим действиям.
17. Оптимизация процесса скоростно-силовой подготовки квалифицированных хоккеистов.
18. Оптимизация процесса специализированной подготовки вратарей 10-летнего возраста в хоккее.
19. Оптимизация процесса текущего планирования в хоккее.
20. Оптимизация процесса функциональной подготовки хоккеистов 15-16 лет в подготовительном периоде.
21. Оптимизация психологической подготовки вратарей на этапе углубленной специализации.
22. Оптимизация структуры тренировочного процесса хоккеистов в подготовительном периоде годичного цикла.
23. Организация и проведение педагогического контроля уровней физической и технико-тактической подготовленности хоккеистов.
24. Особенности применения средств и методов специальной скоростно-силовой подготовки юных хоккеистов ТГ в возрасте 14-15 лет.
25. Повышение уровня физической подготовленности хоккеистов 13-14 лет в подготовительном периоде.
26. Построение тренировочного процесса квалифицированных хоккеистов в соревновательном периоде.
27. Построение тренировочного процесса квалифицированных хоккеистов в подготовительном периоде.
28. Построение тренировочного процесса хоккеистов 11-12 лет в соревновательном периоде годичного цикла.
29. Построение тренировочного процесса хоккеистов 13-14 лет в подготовительном периоде.
30. Развитие быстроты хоккеистов 7-8 лет.
31. Развитие гибкости хоккеистов 7-8 лет при помощи индивидуальных упражнений.
32. Развитие координационных способностей хоккеистов 8-9 лет.
33. Развитие общей выносливости у хоккеистов 13-14 лет.
34. Развитие общей выносливости юных хоккеистов.
35. Развитие силовых качеств хоккеистов 13-14 лет.
36. Развитие специальной выносливости хоккеистов 9-10 лет.
37. Развитие физического качества «быстрота» у хоккеистов 9-10 лет.
38. Развитие физического качества «гибкость» у хоккеистов 7-8 лет с использованием

предметов и снарядов.

39. Разработка методики технической подготовки вратарей в хоккее на начальном этапе обучения.
40. Разработка предложений, направленных на улучшение системы планирования подготовительного периода в тренировке хоккеистов.
41. Совершенствование игры хоккеистов в тактических системах: 2х 1 х2; 3х2.
42. Совершенствование методики начального обучения технике передвижения на коньках в спортивно-оздоровительных группах.
43. Совершенствование методики обучения технике игры вратаря в хоккее.
44. Совершенствование методики подготовки квалифицированных вратарей.
45. Совершенствование методики развития силовых качеств хоккеистов 15-16 лет.
46. Совершенствование методики тактической подготовки хоккеистов в подготовительном периоде.
47. Совершенствование методики технико-тактической подготовка вратарей в хоккее.
48. Совершенствование методики технической и тактической подготовки хоккеистов 13-14 лет.
49. Совершенствование планирования подготовки хоккеистов в ТГ-3.
50. Совершенствование процесса технической подготовки хоккеистов.
51. Совершенствование скоростно-силовых способностей юных хоккеистов.
52. Совершенствование специальной выносливости хоккеистов 15-16 лет.
53. Совершенствование тактических действий в атаке хоккеистов 14-15 лет.
54. Совершенствование тактической подготовки квалифицированных хоккеистов.
55. Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой хоккеистов 11-12 лет.
56. Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой хоккеистов 13-14 лет.
57. Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой хоккеистов 15-16 лет.
58. Совершенствование техники владения клюшкой и шайбой хоккеистов на этапе спортивного совершенствования.
59. Совершенствование техники передвижения на коньках квалифицированных хоккеистов.
60. Совершенствование техники передвижения на коньках хоккеистов 11-12 лет.
61. Совершенствование техники передвижения на коньках хоккеистов 15-16 лет.
62. Совершенствование техники передвижения на коньках хоккеистов на этапе спортивного совершенствования.
63. Совершенствование техники силовых единоборств в хоккее.
64. Совершенствование технико-тактических действий квалифицированных хоккеистов.
65. Совершенствование технической и специальной физической подготовки хоккеистов 14-летнего возраста.
66. Совершенствование технической подготовки вратаря в хоккее.
67. Совершенствование физических качеств хоккеистов 13-14 лет.
68. Совершенствование физического качества «быстрота» в процессе подготовки хоккеистов 12-13 лет.
69. Совершенствование физического качества «гибкость» у хоккеистов 15-16 лет.
70. Управление хоккейной командой во время игры.

#### **Кафедра Теории и методики керлинга**

1. Анализ эффективности комплекса упражнений для развития силовых способностей у девушек 16-20 лет, занимающихся керлингом.
2. Влияние физической подготовленности на эффективность соревновательной деятельности керлингистов групп спортивного совершенствования.
3. Влияние физической подготовленности на эффективность соревновательной деятельности керлингистов групп спортивного совершенствования.
4. Использование подвижных игр для повышения специальной выносливости керлингистов начального уровня подготовленности.
5. Оценка динамики функционального состояния у керлингистов массовых разрядов в тренировочном мезоцикле подготовительного периода.
6. Повышение технической подготовленности керлингистов массовых разрядов с помощью игрового метода

7. Применение модельных характеристик керлингистов высокой квалификации для индивидуализации тренировочного процесса.
8. Развитие координационных способностей спортсменов-керлингистов старшего школьного возраста.
9. Развитие общей выносливости у керлингистов 11-12 лет.
10. Развитие общей выносливости у керлингистов на тренировочном этапе 4-5 годов обучения.
11. Развитие силовых способностей керлингистов - юношей на тренировочном этапе 1-2 годов обучения.
12. Развитие скоростно-силовых способностей методом круговой тренировки у керлингистов 14-16 лет.
13. Разработка методики развития скоростно-силовых способностей в процессе подготовки спортсменов-керлингистов.
14. Разработка программы психологической подготовки керлингистов на тренировочном этапе 1-2 годов обучения.
15. Совершенствование техники броска керлингового камня у керлингистов 11-13 лет.
16. Содержание физической подготовки спортсменов этапа начальной специализации в кёрлинге.
17. Сравнение вариантов технико-тактической подготовки керлингистов массовых разрядов с учетом игрового амплуа.
18. Управление процессом подготовки керлеров на основе комплексной статистической оценки соревновательной деятельности.
19. Формирование тактических умений у юных керлингистов на основе моделирования игровой ситуации.

#### **Скалолазание**

1. Влияние общей выносливости на результативность спортсменов скалолазов, специализирующихся в лазании на трудность.
2. Обучение сложно-координационным движениям в боулдеринге.
3. Развитие координационных способностей скалолазов младшего школьного возраста.
4. Развитие силовых способностей скалолазов с помощью специальных тренажеров.
5. Развитие скоростных способностей у скалолазов 10-12 лет специализирующихся в лазании на скорость.
6. Развитие специальной выносливости у скалолазов 14-15 лет специализирующихся в лазании на трудность.
7. Разработка методики обучения запоминанию трасс в лазании на трудность скалолазов тренировочного этапа 1-2 годов обучения.
8. Разработка методики развития специальной выносливости у скалолазов 11-12 лет.
9. Разработка методики скоростной подготовки скалолазов-многоборцев в группах начальной подготовки.

#### **Кафедра Теории и методики атлетизма**

1. Выявление факторов, определяющих тренировочный эффект в атлетизме.
2. Формирование видов тренировочного эффекта.
3. Формирование долговременного оставленного тренировочного эффекта.
4. Выявление специфики проявления утомления в атлетизме.
5. Оптимизация нагрузок в годичном цикле в различных видах атлетизма.
6. Закономерности развития физических качеств при использовании различных по величине нагрузок.
7. Взаимосвязь нагрузок различной направленности.
8. Планирование тренировочной нагрузки в годичном цикле.
9. Планирование тренировочной нагрузки в подготовительном периоде.
10. Планирование тренировочной нагрузки в соревновательном периоде.
11. Планирование тренировочной нагрузки в восстановительном периоде.
12. Планирование тренировочной нагрузки для начинающих спортсменов.
13. Планирование тренировочной нагрузки для спортсменов-разрядников.
14. Планирование тренировочной нагрузки для спортсменов высокого класса.

15. Тренировочные нагрузки после завершения спортивной карьеры.
16. Распределение нагрузок в различных периодах подготовки по зонам интенсивности.
17. Соотношение соревновательных и специально-подготовительных нагрузок в различных периодах подготовки.
18. Соотношение общеподготовительных и специально-подготовительных нагрузок в различных периодах подготовки.
19. Индивидуализация тренировочных нагрузок.
20. Программирование тренировочных нагрузок.
21. Планирование тренировочной нагрузки на спортивно-оздоровительном этапе.
22. Планирование тренировочной нагрузки на этапе начальной подготовки.
23. Планирование тренировочной нагрузки на этапе спортивной специализации.
24. Планирование тренировочной нагрузки на этапе спортивного мастерства.
25. Планирование тренировочной нагрузки на этапе высшего спортивного мастерства.
26. Разработка методики общей физической подготовки в атлетизме.
27. Разработка методики специальной физической подготовки в атлетизме.
28. Оптимизация взаимосвязи общей и специальной физической подготовки в атлетизме.
29. Разработка методики общей физической подготовки в бодибилдинге.
30. Разработка методики специальной физической подготовки в бодибилдинге.
31. Оптимизация взаимосвязи общей и специальной физической подготовки в бодибилдинге.
32. Разработка методики общей физической подготовки в гиревом спорте.
33. Разработка методики специальной физической подготовки в гиревом спорте.
34. Оптимизация взаимосвязи общей и специальной физической подготовки в гиревом спорте.
35. Разработка методики общей физической подготовки в пауэрлифтинге.
36. Разработка методики специальной физической подготовки в пауэрлифтинге.
37. Оптимизация взаимосвязи общей и специальной физической подготовки в пауэрлифтинге.
38. Разработка методики общей физической подготовки в тяжёлой атлетике.
39. Разработка методики специальной физической подготовки в тяжёлой атлетике.
40. Разработка технологии технической подготовки в различных видах атлетизма.
41. Характеристика методов технической подготовки в атлетизме.
42. Значение техники в различных видах атлетизма.
43. Разработка методики обучения технике соревновательных упражнений в бодибилдинге.
44. Разработка методики обучения технике соревновательных упражнений в гиревом спорте.
45. Разработка методики обучения технике соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
46. Разработка методики обучения технике соревновательных упражнений в тяжёлой атлетике.
47. Разработка технологии тактической подготовки в различных видах атлетизма.
48. Профилактика снижения негативных психических состояний средствами атлетизма.
49. Разработка технологии психологической подготовки в бодибилдинге.
50. Разработка технологии психологической подготовки в гиревом спорте.
51. Разработка технологии психологической подготовки в пауэрлифтинге.
52. Разработка технологии психологической подготовки в тяжёлой атлетике.
53. Разработка модельных характеристик специальной физической подготовленности в атлетизме.
54. Разработка технологии отбора для занятий атлетизмом.
55. Профилактика повреждений при занятиях атлетизмом.
56. Разработка программ многолетней подготовки юных спортсменов в бодибилдинге.
57. Разработка программ многолетней подготовки юных спортсменов в гиревом спорте.
58. Разработка программ многолетней подготовки юных спортсменов в пауэрлифтинге.
59. Разработка программ многолетней подготовки юных спортсменов в тяжёлой атлетике.
60. Совершенствование тренировочного процесса женщин в атлетизме.

#### **Кафедра Теории и методики бокса им. ЗТ СССР А.Н. Кудрина**

1. Биомеханические закономерности построения и совершенствования фазовой структуры

техники движений в боксе, кикбоксинге, тхэквондо.

2. Особенности врачебно-педагогического сопровождения тренировочного процесса в боксе.
3. Анализ тактико-технической подготовленности и формирование соревновательной программы у боксёров.
4. Формирование скоростного компонента контратакующих действий у единоборцев
5. Структура технического мастерства и ее взаимосвязь с ведущими физическими качествами в боксе.
6. Средства срочной информации и их использование в тренировочном процессе членов сборных команд в боксе
7. Исследование вариативности объема тренировочной нагрузки в подготовительном, соревновательном периодах у боксёров высокой квалификации.
8. Исследование оптимального объема и интенсивности разминки в зависимости от целей и задач тренировки в боксе.
9. Методика спортивной подготовки боксеров юниоров супертяжелого веса.
10. Совершенствование средств и методов физической подготовки у боксеров юношей на начальном этапе обучения в спортивных школах.
11. Формирование технико-тактических приемов, развитие специальных физических и психических качеств боксеров юношей.
12. Особенности тренировок профессиональных боксеров по формированию физической подготовленности.
13. Формирование совершенствование технико-тактических приемов боксеров- юниоров.
14. Развитие сенсомоторных восприятий боксеров-юношей в учебно-тренировочном процессе.
15. Содержание тренировочного процесса в переходном периоде у квалифицированных боксёров.
16. Методика формирования общих и специальных психических качеств боксёров- юношей на начальном этапе подготовки.

#### **Кафедра Теории и методики тхэквондо и спортивно боевых единоборств**

1. Средства срочной информации и их использование в тренировочном процессе членов сборных команд в кикбоксинге и тхэквондо.
2. Гендерные аспекты тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов в единоборствах.
3. Взаимосвязи техники и тактики в соревновательном поединке у кикбоксёров, тхэквондистов высокой квалификации.
4. Исследование уровня развития выносливости в кикбоксинге, тхэквондо.
5. Исследование взаимосвязи уровня развития скоростно-силовых и скоростных качеств у, кикбоксёров, тхэквондистов.
6. Структура физической подготовки и методы совершенствования двигательных качеств в различные периоды подготовки (подготовительный, соревновательный) в кикбоксинге, тхэквондо.
7. Ведущие физические качества спортсмена в зависимости от раздела тхэквондо.
8. Содержание и направленность подготовки тхэквондистов по техническим дисциплинам
9. Исследование вариативности интенсивности тренировочной нагрузки в подготовительном, соревновательном периодах в кикбоксинге, тхэквондо.
10. Подготовка высококвалифицированных кикбоксеров в условиях высокогорья.
11. Взаимосвязь компонентов физической и технико-тактической подготовленности кикбоксеров на тренировочном этапе.
12. Взаимосвязь технико-тактического арсенала и типа нервной системы в различных возрастных группах единоборцев.
13. Особенности специальной физической подготовки в смешанных единоборствах.
14. Исследование тактической подготовленности кикбоксеров, тхэквондистов при выступлениях на соревнованиях различного масштаба.
15. Формирование физической подготовленности кикбоксеров с применением комплекса средств для военнослужащих.
16. Особенности ударной техники в смешанных единоборствах.

17. Применение статодинамических упражнений в подготовительном периоде тренировочного процесса тхэквондистов.
18. Влияние психолого-педагогических средств на восстановление единоборцев в соревновательный период подготовки.
19. Совершенствование технико-тактической подготовленности высококвалифицированных спортсменов в тхэквондо.
20. Приемы развития способностей единоборцев к быстрому принятию решения в условиях поединка.
21. Средства координационной направленности в процессе обучения технике ударов ногами в тхэквондо.
22. Исследование динамики становления спортивной формы кикбоксёров, тхэквондистов с использованием медико-биологических методов.
23. Совершенствование равновесия у тхэквондистов на тренировочном этапе подготовки.
24. Особенности тактической подготовки тхэквондистов-юниоров на современном этапе.
25. Специфика скоростно-силовой подготовки женщин в отдельных видах единоборств.
26. Педагогические аспекты оптимизации психических состояний в тренировочной и соревновательной деятельности в кикбоксинге, тхэквондо.
27. Формы психологического тестирования динамики психических качеств в соревновательном, периоде и методы контроля и самоконтроля как факторов оптимизации технико-тактического мастерства кикбоксеров, тхэквондистов.

#### **Кафедра Теории и методики борьбы**

1. Средства и методы силовой подготовки борцов вольного стиля 14-16 лет.
2. Техничко-тактическая подготовка квалифицированных самбистов акцентом на борьбу в стойке.
3. Организация физической подготовки юных дзюдоистов на начальном этапе использованием игрового метода.
4. Влияние занятий дзюдо на развитие координационных способностей детей с патологией зрения.
5. Формирование личности и мотивации школьников 10-12 лет средствами борьбы самбо.
6. Оптимизация техники бросков в дзюдо при встречах с соперниками, стоящими в низкой стойке.
7. Развитие ловкости у юных борцов с учетом взаимосвязи с другими физическими качествами.
8. Совершенствование бросков через спину с колен юных дзюдоистов 14-15 лет.
9. Особенности применения средств развития выносливости борцов юношеского возраста.
10. Снижение массы борцов перед соревнованиями с использованием тепловых процедур и диеты.
11. Эффективность применения комплекса упражнений для развития координации в борьбе дзюдо у юношей 11-13 лет.
12. Методика выполнения броска через спину в дзюдо.
13. Развитие скоростно-силовой выносливости у самбистов 15-16 лет в подготовительный период.
14. Методика развития специальной выносливости у борцов на этапе специализированной подготовки.
15. Технические приемы айкидо юданся (черный пояс).
16. Формирование нравственно-волевых качеств у юных дзюдоистов.
17. Комплексный контроль как основа управления подготовкой борцов.
18. Эффективность силовой подготовки борцов вольного стиля 14-16 лет на основе развития максимальной силы.
19. Особенности использования средств восстановления в системе подготовки борца. Технические средства в педагогическом контроле подготовленности борцов.
20. Коррекция психо-соматических состояний в соревновательном периоде.
21. Влияние гибкости на освоение техники дзюдоистами 10-12 лет.
22. Методика развития выносливости у борцов греко-римской борьбы юношей 16-18 лет.



23. Методика развития скоростно-силовых качеств дзюдоистов 13-14 лет.
24. Совершенствование тактической подготовки борцов самбистов.
25. Роль координационных способностей в греко-римской борьбе.
26. Техничко-тактическая подготовка юных самбистов с акцентом на борьбу в стойке.
27. Формирование мотивации к занятиям самбо у школьников 9-11 лет.
28. Влияние волевых качеств самбистов (14-15 лет) на результативность соревновательной деятельности.
29. Исследование специальной физической подготовленности юных самбистов.
30. Техничко-тактической подготовка дзюдоистов первого года обучения.
31. Повышение эффективности соревновательной деятельности борцов греко-римского стиля подросткового возраста.
32. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля 10-12 лет на основе целенаправленного развития ловкости.
33. Снижение массы тела борцов перед соревнованиями с использованием тепловых процедур.
34. Техничко-тактический арсенал самбиста и его взаимосвязь со спортивным результатом.
35. Возрастные особенности состояния сердечно-сосудистой системы самбистов и легкоатлетов.
36. Влияние упражнений скоростно-силовой направленности на физическую и техническую подготовленность борцов вольного стиля.
37. Воспитание морально-волевых качеств на занятиях рукопашным боем у подростков.
38. Сравнительная характеристика выносливости спортсменов различных специализаций.
39. Воспитание физических качеств школьников 10-12 лет средствами спортивной борьбы.
40. Анализ развития скоростно-силовых способностей дзюдоистов 15-16 лет.
41. Характеристика психофизиологических показателей спортсменов различных специализаций.
42. Влияние экологических факторов на морфофункциональные особенности борцов подросткового возраста.
43. Социологический анализ отбора и спортивной ориентации в борьбе среди подростков 14-15 лет.
44. Регулирование времени технико-тактической подготовки между борьбой лежа и борьбой в стойке в группе НП-1.
45. Управление двигательными действиями в борьбе с учетом нагрузок через двигательную подсистему.
46. Повышение соревновательной результативности дзюдоистов, используя экстремальные условия подготовки.
47. Особенности физической и технико-тактической подготовленности юношей и девушек, занимающихся борьбой.
48. Техничко-тактическая подготовка борцов греко-римского стиля 10-12 лет на основе целенаправленного развития ловкости.

#### **Кафедра Теории и методики фехтования им. К.Т. Булочко**

1. Прогнозирование вероятностных результатов у юных фехтовальщиков на рапирах.
2. Реализация специальных умений тренера по фехтованию в процессе индивидуальных уроков.
3. Подготовка и применение боевых действий квалифицированных фехтовальщиц на саблях.
4. Целеполагание как важная часть спортивно-педагогического процесса в работе с юными фехтовальщиками.
5. Организация биологической обратной связи в тренировке атакующих действий фехтовальщиков-саблистов.
6. Развитие координационных способностей у юных фехтовальщиков.
7. Моделирование последовательности действий в поединке у квалифицированных фехтовальщиков на рапирах.
8. Формирование спортивной мотивации юных фехтовальщиков.
9. Влияние занятий фехтованием на развитие мышления у подростков.
10. Корректировка объемов тренировочных нагрузок у юных фехтовальщиков на этапе

спортивной специализации.

11. Использование комплекса практических заданий в предсоревновательной подготовке фехтовальщиков высокой квалификации.

12. Координация движений вооруженной руки и впереди стоящей ноги фехтовальщиков-шпажистов.

13. Развитие общекультурных компетенций фехтовальщиков в тренировочном процессе.

14. Значимость тактической информации в подготовке квалифицированных фехтовальщиков.

15. Применение метода игрового биоуправления в подготовке фехтовальщиков.

16. Координационная структура целевой точности уколов у фехтовальщиков-рапиристов этапа начальной подготовки.

17. Двигательная подготовка фехтовальщиков-саблистов и ее влияние на содержание соревновательной деятельности.

18. Оптимизация предсоревновательных и соревновательных психических состояний фехтовальщиков.

19. Развитие двигательной точности фехтовальщиков-шпажистов 13-14 лет на этапе углубленной специализации.

20. Основные средства ведения боя фехтовальщиками саблями.

21. Значимость изменения времени опережения ударов при взаимных нападениях в фехтовании на саблях.

#### **Кафедра Теории и методики неолимпийских видов спорта**

1. Особенности технической подготовки спортсменов-ориентировщиков на этапе специализации.

2. Особенности физической подготовки в неолимпийских видах спорта (этапе начальной подготовки, этапе специализации, этапе спортивного совершенствования).

3. Исследование взаимосвязи успешности обучения в общеобразовательной школе и спортивной школе.

4. Особенности управления спортсменами по НВС во время соревнований.

5. Организация комплексного контроля учебно-тренировочного процесса в спортивной школе.

6. Повышение концентрации внимания у детей среднего школьного возраста, занимающихся спортивным ориентированием.

7. Средства и методы повышения соревновательной надежности в бильярдном спорте.

8. Спортивный туризм как средство физической рекреации молодежи.

9. Физическая подготовка спортсменов городошников в предсоревновательный и соревновательный период.

10. Исследование приемов регуляции предстартовых состояний в пулевой стрельбе.

11. Особенности значимости психологической подготовки спортсменов в регби, развитие логического мышления, психология игрока.

12. Методика оценки игровых действий регбистов на начальном этапе обучения.

13. Методика обучения захватов (готовность к обучению захватов) в регби.

14. Методика обучения индивидуальной технике регбистов различного возраста.

15. Физиологическая оценка утомления и восстановления у спортсменов в процессе тренировки и в процессе соревнований спортивным туризмом.

16. Повышение концентрации внимания у детей среднего школьного возраста, занимающихся спортивным ориентированием.

17. Средства и методы повышения соревновательной надежности в бильярдном спорте.

18. Влияние занятий спортивным туризмом на центральную нервную систему спортсменов.

19. Психологическая подготовка спортсменов городошников в предсоревновательный и соревновательный период.

20. Отбор юных спортсменов для занятий НВС.

21. Взаимосвязь между психологическим профилем спортсмена-ориентировщика и успешностью их выступления на соревнованиях.

22. Особенности проведения занятий по конному туризму с юными спортсменами.

23. Влияние занятий спортивным ориентированием на физическую подготовленность школьников 5-6 классов.

24. Влияние походов выходного дня на физическое и психологическое состояние школьников.

25. Особенности физической подготовки юных спортсменов-туристов групп НП-2.

26. Профилактика травматизма спортсменов-ориентировщиков в группах спортивного совершенствования в подготовительном периоде.

27. Развитие ловкости у юных спортсменов туристов, занимающихся туристским многоборьем.

28. Особенности подготовки спортсменов 16-18 лет к соревнованиям по спортивному туризму «дистанция пешеходная».

29. Влияние подвижных игр на развитие скоростных качеств у спортсменов-ориентировщиков групп НП-2.

30. Особенности технической подготовки юных спортсменов-лучников с использованием игры дартс в подготовительном периоде.

31. Особенности подготовки спортсменов-ориентировщиков в дисциплине «классика».

32. Особенности физической (технической) подготовки юных регбистов в подготовительном периоде.

Объемные требования для Государственной итоговой аттестации  
по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура  
направленность (профиль) ОП: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

рассмотрены и утверждены на заседании Педагогического совета  
Факультета Летних олимпийских видов спорта

Протокол № 7 от «30» августа 2022г.

Декан факультета ЛОВС \_\_\_\_\_ И.В. Дмитриев

Согласовано:

Декан факультета ЗОВС \_\_\_\_\_ А.Х. Талибов

Декан факультета ЕиНВС \_\_\_\_\_ И.В. Космин

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ  
ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»

---

Кафедра теории и методики плавания

ПЕТРОВ АНДРЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ НАГРУЗКИ ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ СПОРТИВНОЙ  
КАРЬЕРЫ

Выпускная квалификационная работа  
(квалификационная работа бакалавра)

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы:  
Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Представляется для защиты в ГЭК

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_

Защищена на ГИА \_\_\_\_\_  
(дата)

С оценкой \_\_\_\_\_

Председатель ГЭК \_\_\_\_\_

Научный руководитель:  
А.А. Иванов, канд.пед.наук,  
доцент

*Научный консультант:*  
В.В. Ветров, д-р пед. наук,  
профессор  
(при наличии)

Санкт-Петербург  
20\_\_