

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б2.В.06(Пд)
(индекс практики)

ПРОГРАММА ПРАКТИКИ
Производственная практика (преддипломная практика)
(наименование практики)

по направлению подготовки

44.04.01 Педагогическое образование

направленность (профиль)
Фитнес-технологии и хореография

Форма обучения: очная

Год набора: 2022

Общая трудоемкость: 5 ЗЕ

Распределение часов практики по семестрам

Семестр	4	Итого
Форма контроля	зачет с оценкой	
Вид занятий		
Самостоятельная работа под руководством преподавателя	1,8	1,8
Промежуточная аттестация	0,2	0,2
Контактная работа	2,0	2,0
Иные формы	178	178
Итого	180	180

Программу практики составил(и):

Зав. кафедрой, к.п.н., доцент Подлубная А.А.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование программы практики:



Отсутствует



Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Программа практики составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризме»

(протокол заседания №2 от «24» сентября 2021 г.).

1. Цель практики

Цель – закрепить теоретические знания и практические умения студентов в области проведения и оформления научно-педагогического исследования; приемы ведения научно-исследовательской работы и формирование профессионального мировоззрения в этой области в соответствии с профилем магистерской программы – фитнес-технологии и хореография.

1. Место практики в структуре ОПОП ВО

Данная практика относится к обязательной части учебной практики.

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная практика – «Системный подход к научно-исследовательской работе», «Технологии сопровождения обучающихся с разными образовательными потребностями», «Государственная политика в области образования», «Методология и методы научного исследования», «Проектирование воспитательной среды», «Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательного процесса», «Социально-психологические основы формирования здоровья», «Педагогические аспекты теории и методики физической культуры в формировании здоровья и ЗОЖ», «Теория и методика фитнес-технологий», «Теория и методика хореографического обучения и воспитания», «Производственная практика (научно-исследовательская работа) 1», «Производственная практика (научно-исследовательская работа) 2», «Производственная практика (научно-исследовательская работа) 3», «Производственная практика (научно-исследовательская работа) 4».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: Выполнение и защита выпускной квалификационной работы.

2. Вид практики, способ и форма (формы) ее проведения

Вид практики: Производственная практика

Способ проведения практики: «Стационарная», «Выездная»

Форма (формы) проведения практики: «Непрерывно»

Тип практики: научно-исследовательская работа.

5. Место проведения практики

№ п/п	Название организации
1.	Государственное бюджетное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 5 г. о. Тольятти
2.	МБОУ «Школа № 16» Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 16 имени Н.Ф. Семизорова»
3.	МБУ СОШ № 73 Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти школа №73

4.	МБУ СОШ № 59 Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти школа № 59 им. Г. К. Жукова
5.	МБУ "Школа №58" Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с углублённым изучением отдельных предметов № 58 городского округа Тольятти
6.	Тольяттинский экономико-технологический колледж
7.	МБУ "Школа №90" Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти "школа № 90"
8.	МБОУ ДО "Эдельвейс" Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования "Центр детско-юношеского туризма "Эдельвейс" городского округа Тольятти
9.	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение общеобразовательная школа № 71 г. о. Тольятти
10.	Государственное бюджетное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 4 г. о. Тольятти
11.	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти МБУ «Школа № 66»
12.	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти "Школа №49 имени академика Сергея Павловича Королёва"
13.	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти "Школа № 44"
14.	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти «Школа № 25»
15.	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва №3 "Легкая атлетика" городского округа Тольятти
16.	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва №11 «Бокс»

Примечание: Базами проведения учебной практики являются коррекционные (специальные) учреждения, дошкольные образовательные учреждения, общеобразовательные школы (лицеи, гимназии и др.), колледжи, техникумы, детско-юношеские спортивные школы, Тольяттинский государственный университет, имеющие необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных работников.

6. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
УК-2 Способен управлять проектом	УК-2.1. Формулирует на основе поставленной проблемы проектную	Знать: содержание проектных задач на всех этапах жизненного цикла проекта

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
на всех этапах его жизненного цикла	задачу и выбирает способ ее решения	Уметь: формулировать проектную задачу на основе поставленной проблемы и выбирать способ ее решения
		Владеть: инструментами и способами решения проблем в проектных задачах
	УК-2.2. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения;	Знать: процесс разработки концепции проекта
		Уметь: разрабатывать концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулировать цель, задачи, обосновывать актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения
	УК-2.3. Разрабатывает план реализации проекта, планирует необходимые ресурсы на всех этапах его жизненного цикла	Владеть: инструментами управления концепцией проекта
		Знать: процессы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла, в том числе процесс планирования реализации проекта
		Уметь: разрабатывать план реализации проекта, планировать необходимые ресурсы на всех этапах его жизненного цикла
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.1. Вырабатывает стратегию командной работы и на ее основе распределяет поручения для достижения поставленной цели.	Владеть: инструментами планирования необходимых ресурсов на всех этапах жизненного цикла проекта
		Знать: построение работы в команде, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели
		Уметь: определять свою роль в команде, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели
	УК-3.2. Организует и корректирует работу команды, в том числе на основе коллегиальных решений.	Владеть: навыками работы в команде
		Знать: - способы принятия коллегиальных решений
		Уметь: - организовывать работу команды проекта, в том числе на основе коллегиальных решений
	УК-3.3. Организует обсуждение результатов	Владеть: - навыками организации работы команды проекта, в том числе на основе коллегиальных решений
		Знать: - способы организации обсуждения результатов работы

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	работы, в том числе в рамках дискуссии.	Уметь: - организовывать обсуждение результатов работы
		Владеть: -навыками организации обсуждения результатов работы, в том числе в рамках дискуссии
УК-5 Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	УК-5.1. Владеет простейшими методами адекватного восприятия межкультурного разнообразия общества в целях успешного выполнения профессиональных задач.	Знать: - основы этикета для осуществления межкультурной коммуникации на английском языке.
		Уметь: - осуществлять коммуникацию на английском языке согласно основам этикета, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия.
		Владеть: - навыками коммуникации на английском языке согласно этикетными нормами межкультурного общения.
	УК 5.2. Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ.	Знать: - источники в сети Интернет, содержащие информацию о культурных особенностях и традициях различных сообществ. Уметь: - отбирать для успешного осуществления деловой коммуникации необходимую информацию из сети Интернет о культурных особенностях и традициях различных сообществ. Владеть: - навыком отбора информации о культурных особенностях и традициях различных сообществ с целью последующего её применения для успешной деловой коммуникации.
ПК-1 Способен преподавать предметы в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы,	ПК-1.1. Использует требования федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы при преподавании предметов	Знать: - преподаваемый предмет в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов и основной общеобразовательной программы, его истории и места в мировой культуре и науке.
		Уметь: - осуществлять анализ поставленной задачи с выделением из неё базовых составляющих;

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
достигать результаты при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий), методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения		<ul style="list-style-type: none"> - планировать, проводить занятия и подбирать согласно поставленным задачам необходимые средства, методы и методики здоровьесформирующих технологий для развития способностей каждого занимающегося; - осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.
		<p>Владеть: современными средствами и методиками здоровьесформирующих технологий при использовании в практической работе с учащимися образовательных учреждений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - технологиями организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с учащимися образовательных учреждений.
	ПК-1.2. Понимает важность достижения результатов при использовании форм и методов обучения (в том числе выходящими за рамки учебных занятий) методами педагогических исследований, педагогического контроля и контроля качества обучения	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения; методы диагностики и оценивания качества образовательного процесса в физическом воспитании.
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать методы диагностики для оценки качества образовательного процесса в физическом воспитании; - осуществлять педагогический контроль, проводить тестирование, анкетирование и другие методы педагогических исследований; - объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		<p>итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися;</p> <p>- методиками проведения диагностики и оценки качества образовательного процесса по физическому воспитанию с целью определения: состояния здоровья; физического развития; уровня физической подготовленности; степени овладения двигательными действиями; степени усвоения теоретических знаний о «здоровье», «здоровом образе жизни» и теоретических основах физической культуры.</p>
	<p>ПК-1.3. Участие в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды</p>	<p>Знать:</p> <p>- основы методики преподавания, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий: - рабочую программу и методику обучения по данному предмету;</p> <p>- особенности организации и способы проведения диагностики состояния здоровья; физического развития; уровня физической подготовленности; степени овладения двигательными действиями; степени усвоения теоретических знаний о «здоровье», «здоровом образе жизни» и теоретических основах физической культуры в учебно-тренировочном процессе по виду спорта, в педагогическом процессе по физическому воспитанию.</p> <p>Уметь:</p> <p>- планировать учебно-тренировочный и педагогический процесс по физическому воспитанию и спорту, подбирать методы, средства и формы организации физической культуры, занятий по физической культуре, составлять комплексы упражнений и др. на основе анализа проведенной диагностики состояния здоровья; физического развития; уровня физической подготовленности; степени овладения двигательными действиями и</p>

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		<p>оценки качества образовательного процесса по физическому воспитанию.</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способностями проведения научно-методической деятельности в системе физической культуры и спорта; владеть формами и методами обучения..
<p>ПК-2 Способен разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативных документов по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка</p>	<p>ПК-2.1. Руководствуется законами развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативными документами по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, конвенции о правах ребенка</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - законы развития личности и их возрастные особенности; - нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и подростков. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать и проводить учебные и учебно-тренировочные занятия по физической культуре и спорту, физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, основываясь на знании законов развития личности и их возрастных особенностей; - использовать средства физического воспитания в обучении и воспитании детей и молодежи учитывая возрастные особенности и законы развития личности. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками применения здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий, основанных на знании законов развития личности и их возрастных особенностей, а также нормативных документов. - навыками планирования учебных и учебно-тренировочных занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, основываясь на знании законов развития личности и их возрастных особенностей.
	<p>ПК-2.2. Осваивает и реализует современные психолого-педагогические технологии в обучении и воспитании детей и</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципы применения психолого-педагогических технологий в здоровьесберегающей педагогике. - причины, способствующие

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	молодежи, согласно возрастным особенностям	<p>ухудшению психического здоровья у детей разного школьного возраста.</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии при работе со школьниками разного возраста; - реализовывать учебные и внеклассные формы проведения занятий по физическому воспитанию с целью установки мотивации на ведение здорового образа жизни. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками реализации учебных и внеклассных форм проведения занятий по физическому воспитанию с целью установки мотивации на ведение здорового образа жизни.
ПК-3 Способен осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	ПК-3.1 Знает приоритетные направления развития системы дополнительного образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере дополнительного образования в Российской Федерации	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приоритетные направления развития системы дополнительного образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - регламентировать деятельность в сфере дополнительного образования в Российской Федерации. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приоритетными направлениями развития системы дополнительного образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере дополнительного образования.
	ПК-3.2 Способен применять основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
	особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять основные нормативно-правовые акты в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).
		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основными нормативно-правовыми актами в сфере дополнительного образования с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).
	ПК-3.3 Способен осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы набора и отбора на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).
		<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять набор и отбор на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья). <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основами набора и отбора на обучение по дополнительной общеразвивающей программе с учетом её специфики, а также состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе одаренных детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)
ПК 5 - Способен проводить с	ПК-5.1. Осуществляет поиск информации для	Знать: основы здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
обучающимися лекции и беседы о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи	проведения с обучающимися лекций и бесед по темам в сфере физической культуры и спорта.	Уметь: осуществлять поиск информации для проведения с обучающимися лекций и бесед по темам в сфере физической культуры и спорта.
		Владеть: информацией для проведения с обучающимися лекций и бесед по темам в сфере физической культуры и спорта.
	ПК-5.2. Обладает знаниями в сфере физической культуры и спорта для передачи их обучающимся с использованием различных форм	Знать: основы здорового образа жизни, гигиены, первой доврачебной помощи
		Уметь: найти формы и методы для передачи знаний обучающимся
		Владеть: знаниями в сфере физической культуры и спорта для передачи их обучающимся с использованием различных форм
	ПК-5.3. Способен осуществлять передачу знаний по теории и методике физической культуры обучающимся через социальное взаимодействие	Знать: теорию и методику физической культуры
		Уметь: осуществлять передачу знаний по теории и методике физической культуры обучающимся через социальное взаимодействие
		Владеть: навыками осуществлять передачу знаний по теории и методике физической культуры обучающимся через социальное взаимодействие

7. Структура и содержание практики

Вид учебной работы	Этапы практики	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Поиск профильной организации, заключение договора, загрузка договора в курс	Оформление и загрузка договора по практике	4	5	10	Оценка договора
Составление и согласование индивидуального графика (плана) проведения практики	Подготовительный этап	4	10	5	Индивидуальный график (план) проведения практики
Задание 1. Составление индивидуальной программы практики. Задание 2. Уточнение и корректировка оглавления магистерской диссертации (названия глав, подглав и др.), методологического аппарата ВКР. Задание 3. Уточнение, дополнение и корректировка списка используемой литературы по теме диссертации.	Теоретический этап	4	35	15	Индивидуальная программа практики. Титульный лист, оглавление и введение диссертации. Список используемой литературы по форме.
Задание 4. Выполнение практических задач и профессиональных функций по научно-исследовательской работе в рамках магистерской диссертации: 1) Описание подобранных средств (методов обучения или воспитания, методик проведения занятий и т.п.) или разработанной программы учебных, учебно-тренировочных занятий или других занятий (мероприятий) в соответствии с поставленной задачей исследовательской работы. 2) Сбор данных по теме исследования после проведения педагогического эксперимента с использованием методов педагогического исследования (н-р: анкетирование, тестирование, антропометрия и т.п.). Обработка данных исследования до и после проведения педагогического эксперимента, представление результатов исследования в виде таблиц и рисунков, их описание.	Практический этап	4	50	20	Глава 2. Задачи, методы и организация исследования. Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение

Подготовка и загрузка отчета по практике. Включает наличие следующих частей магистерской диссертации: титульный лист Отчет по практике, график проведения практики, АКТ о прохождении практики, титульный лист магистерской диссертации, Оглавление, Введение, Глава 1, Глава 2, Глава 3, Заключение, Список используемой литературы, Приложение (при наличии). Магистерская диссертация выполнена не менее, чем на 80%.	Заключительный этап	4	78,0	50	Отчет по практике
Самостоятельная работа под руководством преподавателя			1,8	-	
Промежуточная аттестация			0,2	-	
ИТОГО			180	100	

8. Образовательные технологии

Для повышения качества образовательного процесса по производственной практике использовали следующие образовательные технологии:

а) технологии модульного обучения (перед прохождением производственной практики):

- лекция-консультация;
- самостоятельная работа;

Методы обучения: самостоятельная работа, консультация, индивидуальная работа.

б) интерактивные технологии (после прохождением производственной практики):

- семинар-дискуссия;
- семинар «круглый стол»

Методы обучения: презентационный метод, демонстрационный метод, работа в парах, работа в группах, самооценка.

9. Методические указания

Практическое задание 1

Этап практики – Подготовительный этап

Задание. Индивидуальный график (план) проведения практики

Методические указания:

1. Оформить индивидуальный график (план) практики, на основании:

- общего рабочего графика (плана) проведения практики;
- выбранной профильной организации;
- практических заданий, размещенных в учебном курсе.

Пример индивидуального графика (плана)

Индивидуальный график (план)

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ПРАКТИКА (ПРЕДДИПЛОМНАЯ ПРАКТИКА)

(Наименование практики)

Обучающегося

(И.О. Фамилия)

Группа

Этап прохождения практики (наименование)	Период (номер недели практики)	Виды работ	Результат прохождения этапа практики
Оформление и загрузка договора по практике	Не позднее трёх недель до начала практики	Поиск профильной организации, заключение договора, загрузка договора в курс	Оценка договора
Подготовительный этап	1 неделя	Составление и согласование индивидуального графика (плана) проведения практики	Индивидуальный график (план) проведения практики
Теоретический этап	2-4 неделя	Задание 1. Составление индивидуальной программы практики. Задание 2. Уточнение и корректировка оглавления магистерской диссертации (названия глав, подглав и др.), методологического аппарата ВКР. Задание 3. Уточнение, дополнение и корректировка списка используемой литературы по теме диссертации.	Индивидуальная программа практики. Титульный лист, оглавление и введение диссертации. Список используемой литературы по форме.
Практический этап	5-8 неделя	Задание 4. Выполнение практических задач и профессиональных функций по научно-исследовательской работе в рамках магистерской диссертации: 1) Описание подобранных средств (методов обучения или воспитания, методик проведения занятий и т.п.) или разработанной программы учебных, учебно-	Глава 2. Задачи, методы и организация исследования. Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение

		тренировочных занятий или других занятий (мероприятий) в соответствии с поставленной задачей исследовательской работы. 2) Сбор данных по теме исследования после проведения педагогического эксперимента с использованием методов педагогического исследования (н-р: анкетирование, тестирование, антропометрия и т.п.). Обработка данных исследования до и после проведения педагогического эксперимента, представление результатов исследования в виде таблиц и рисунков, их описание.	
Заключительный этап	9-12 неделя	Подготовка и загрузка отчета по практике. Включает наличие следующих частей магистерской диссертации: титульный лист Отчет по практике, график проведения практики, АКТ о прохождении практики, титульный лист магистерской диссертации, Оглавление, Введение, Глава 1, Глава 2, Глава 3, Заключение, Список используемой литературы, Приложение (при наличии). Магистерская диссертация выполнена не менее, чем на 80%.	Отчет по практике

Практическое задание 2

Этап практики – Теоретический этап

Задание 1. Составить индивидуальную программу практики.

Методические указания:

Пример индивидуальной программы практики

Индивидуальная программа практики

Обучающегося _____
(И.О. Фамилия)

Группа _____

Содержание работы на практике по неделям	Сроки выполнения
1 неделя	
1... 2... п...	
2 неделя	
1... 2... п...	
3 неделя	
1... 2... п...	
4 неделя	
1... 2... п...	
... неделя	
1... 2... п...	

Задание 2. Уточнение и корректировка оглавления магистерской диссертации (названия глав, подглав и др.), методологического аппарата ВКР.

Методические указания:

1. Оформление титульного листа магистерской диссертации (см. Приложение Г).
2. Оформление части магистерской диссертации «Оглавление» (см. Приложение Д).
3. Оформление части магистерской диссертации «Введение» (см. Приложение Е).

Задание 3. Уточнение, дополнение и корректировка списка используемой литературы по теме диссертации.

Методические указания:

1. Образец оформления части магистерской диссертации «Список используемой литературы» (см. Приложение М).

Практическое задание 3

Этап практики – Практический этап

Задание 4. Выполнение практических задач и профессиональных функций по научно-исследовательской работе в рамках магистерской диссертации: 1) Описание подобранных средств (методов обучения или воспитания, методик проведения занятий и т.п.) или разработанной программы учебных, учебно-тренировочных занятий или других занятий (мероприятий) в соответствии с поставленной задачей исследовательской работы. 2) Сбор данных по теме исследования после проведения педагогического эксперимента с использованием методов педагогического исследования (н-р: анкетирование, тестирование, антропометрия и т.п.). Обработка данных исследования до и после проведения педагогического эксперимента, представление результатов исследования в виде таблиц и рисунков, их описание.

Методические указания:

1. Образец оформления части магистерской диссертации «Глава 2» (см. Приложение И).
2. Образец оформления части магистерской диссертации «Глава 3» (см. Приложение К).

Практическое задание 4

Этап практики – Заключительный этап

Задание. Подготовить отчет о прохождении практики

Методические указания:

1. Объединить все выполненные части магистерской диссертации и отчетной документации по практике «Производственная практика (научно-исследовательская работа) 3». Подготовить отчет в следующем порядке:

- титульный лист «Отчет по практике» (см. Приложение А),
- график проведения практики (см. Приложение Б),
- АКТ о прохождении практики (см. Приложение В),
- титульный лист магистерской диссертации (см. Приложение Г),
- Оглавление (см. Приложение Д),
- Введение (см. Приложение Е),
- Глава 1 (см. Приложение Ж),
- Глава 2 (см. Приложение И),
- Глава 3 (см. Приложение К),
- Заключение (см. Приложение Л),
- Список используемой литературы (см. Приложение М),
- Приложение (при необходимости).

2. Все элементы отчета по практике и магистерской диссертации следует выполнять в соответствии с нормативными документами:

Положение о выпускной квалификационной работе

Положение о магистратуре

Положение об организации и проведении практики обучающихся Тольяттинского государственного университета

Порядок обеспечения самостоятельности выполнения письменных работ обучающихся в ТГУ

Методические указания по оформлению выпускных квалификационных работ по программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры

Объем отчета по практике должен составлять не менее 70 страниц.

Приложение А

Образец титульного листа «Отчет по практике»

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта
(Наименование института)

Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»
(Наименование учебного структурного подразделения)

ОТЧЕТ

Производственная практика (преддипломная практика)
(Наименование практики)

ОБУЧАЮЩЕГОСЯ И.О. Фамилия
(И.О. Фамилия)

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
(СПЕЦИАЛЬНОСТЬ) 44.04.01 Педагогическое образование

ГРУППА ФТХм-2207а*

РУКОВОДИТЕЛЬ
ПРАКТИКИ ОТ УНИВЕРСИТЕТА: Подлубная Алена Анатольевна,
заведующий кафедрой, доцент
(фамилия, имя, отчество, должность)

Руководитель практики от организации
(предприятия, учреждения, сообщества)

(фамилия, имя, отчество, должность)

Тольятти 20__

Примечание: * - вставить свои данные

Приложение Б
График проведения практики

№	Этап прохождения практики (наименование)	Период (номер недели практики)
1.	Оформление и загрузка договора по практике	Не позднее трёх недель до начала практики
2.	Подготовительный этап	1 неделя
3.	Теоретический этап	2-4 неделя
4.	Практический этап	5-8 неделя
5.	Заключительный этап	9-12 неделя

Приложение В

Образец акта о прохождении практики

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта
(Наименование института)

Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»
(Наименование учебного структурного подразделения)

АКТ о прохождении практики

Данным актом подтверждается, что

ОБУЧАЮЩИЙСЯ И.О. Фамилия *
(И.О. Фамилия)

НАПРАВЛЕНИЕ ПОДГОТОВКИ
(СПЕЦИАЛЬНОСТЬ) 44.04.01 Педагогическое образование*

ГРУППА ФТХм-2207а*

Проходил производственную практику (преддипломную практику)
(Наименование практики)

в институте физической культуры и спорта, кафедре «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»
(Наименование профильной организации)

в период с _____ по _____ г.

Руководитель практики от профильной организации
(предприятия, учреждения, сообщества):

(фамилия, имя, отчество, должность)

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ОЦЕНКА _____

(дата)

(подпись)

М.П.

Примечание: * - указать свои данные

Приложение Г

Образец титульного листа магистерской диссертации

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта

(наименование института полностью)

Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(наименование)

44.04.01 Педагогическое образование¹

(код и наименование направления подготовки)

Фитнес-технологии и хореография²

(направленность (профиль))

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА (МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)

на тему «Развитие силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой»³

Обучающийся

И.О. Фамилия⁴

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Научный

к.п.н., доцент, И.О. Фамилия⁵

руководитель

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Консультант⁶

к.п.н., доцент, И.О. Фамилия⁷

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 20____

¹ Вставить свои данные - код и наименование направления подготовки.

² Вставить свои данные - направленность (профиль).

³ Вставить свою тему.

⁴ Вставить свои данные - Инициалы Фамилию.

⁵ Вставить данные своего научного руководителя - ученую степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилию.

⁶ Если нет консультанта, то строка удаляется.

⁷ Вставить данные консультанта - ученую степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилию.

Приложение Д
Образец оформления оглавления

Оглавление

Введение.....	24
Глава 1 Теоретико-методическое освещение вопроса о развитии фитнеса и фитнес-аэробики, как вида спорта и значении развития двигательных способностей у спортсменов данного вида спорта.....	29
1.1 Понятие «фитнес». Развитие и становление фитнес-аэробики, как вида спорта.....	29
1.2 Значение развития двигательных способностей у девочек, занимающихся фитнес-аэробикой в системе общей подготовки спортсменов.....	29
Глава 2 Цель и задачи, методы и организация исследования	30
2.1 Цель и задачи исследования	30
2.2 Методы исследования.....	30
2.3 Организация исследования	31
Глава 3 Результаты исследования и их обсуждение.....	32
3.1 Подбор средств общей и специальной физической подготовки для развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой.....	32
3.2 Исследование развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек, занимающихся фитнес-аэробикой до и после проведения педагогического эксперимента.....	32
Заключение	Ошибка! Закладка не определена.
Список используемой литературы	40

Приложение Е

Образец оформления введения

Введение

Актуальность исследования. Фитнес-аэробика является молодым видом спорта. Многие специалисты обращают внимание, что фитнес-аэробика относится в большинстве своих дисциплинах к командному, сложно-координационному и эстетическому виду спорта. При этом большое значение играет комплексная подготовка спортсменов, в том числе физическая подготовка [1], [11] и др.

...

На основании выше сказанного, нами была определена проблематика исследовательской работы и её актуальность, а также сформулирована тема магистерской диссертации.

Объектом исследования является учебно-тренировочный процесс по фитнес-аэробике с девочками 11-13 лет.

Предмет исследования: средства общей и специальной физической подготовки по виду спорта фитнес-аэробика, направленные на улучшение развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет.

Цель исследования: улучшение развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся видом спорта фитнес-аэробика.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что если в планирование учебно-тренировочных занятий по фитнес-аэробике включать средства общей и специальной физической подготовки по 15-20 минут на каждом занятии, то они будут способствовать улучшению развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет.

Для достижения цели были поставлены следующие задачи исследования:

1. Определить текущий уровень развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой.

2. Подобрать средства общей и специальной физической подготовки для развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет.

3. Выявить влияние средств общей и специальной физической подготовки на развитие силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой.

Теоретико-методологическую основу составили данные авторов, которые раскрывают вопросы:

- о понятии «фитнес», развитии фитнес-аэробики и подготовке спортсменов в виде спорта фитнес-аэробика [1]-[4] и др. Среди ряда авторов можно выделить таких, как М.М. Абрамову и Н.И. Романенко, Э.Р. Антонову и О.А. Иваненко, и др.
- о теоретических и методических аспектах развития двигательных способностей, в частности силовых и скоростно-силовых [9], [18] и др. Среди специалистов, раскрывающих данные вопросы, можно отметить Г.Н. Германова, Л.П. Матвеева, В.Г. Никитушкина, Р. И. Купчинова, В.Н. Платонова, Ж.К. Холодова, В.С. Кузнецова.

Методы исследования:

- анализ литературных источников;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания по определению силовых способностей и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Опытно-экспериментальная база. Исследовательская работа по теме и проблематике магистерской диссертации проводилась на базе ...

Научная новизна исследования:

- Обоснованы подобранные средства общей и специальной физической подготовки для использования в учебно-тренировочном процессе по фитнес-аэробике с девочками 11-13 лет.
- Выявлены положительные изменения силовых и скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной группы, занимающихся видом спорта фитнес-аэробика.

Теоретическая значимость предполагает описание: понятия «фитнес», развитие фитнеса и, в частности фитнес-аэробики, как физкультурно-оздоровительного вида, так и как вида спорта; развития двигательных способностей (в частности силовых и скоростно-силовых); подготовки спортсменов в виде спорта фитнес-аэробика.

Практическая значимость предполагает улучшение двигательных способностей (силовых и скоростно-силовых) у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой, после включения специально-подобранных упражнений для общей и специальной физической подготовки в учебно-тренировочные занятия для данной категории детей.

Достоверность и обоснованность результатов исследования. С целью обеспечения доказательства эффективности включения специально-подобранных упражнений для общей и специальной физической подготовки в учебно-тренировочные занятия фитнес-аэробики для девочек 11-13 лет применяли методы математической статистики. При помощи t-критерия Стьюдента выявляли достоверность или не достоверность различий между сравниваемыми показателями, характеризующими развитие силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой.

Личное участие автора предполагает:

- анализ литературных источников для определения проблематики исследовательской работы и темы магистерской диссертации;
- подбор средств общей и специальной физической подготовки для учебно-тренировочных занятий фитнес-аэробикой девочек 11-13 лет;

- проведение учебно-тренировочных занятий по фитнес-аэробике среди девочек 11-13 лет экспериментальной и контрольной группы;
- организацию педагогического исследования, в том числе проведение педагогического эксперимента и определение показателей, характеризующих силовые и скоростно-силовые способности;
- изучение результатов, полученных в ходе проведения педагогического эксперимента, их описание и оформление в виде таблиц и рисунков;
- оформление магистерской диссертации.

Апробация и внедрение результатов работы велись на протяжении проведения исследовательской работы. Результаты исследования были представлены на Всероссийской научно-практической конференции ...

На защиту выносятся:

1. Теоретическое обоснование необходимости проведения научно-методической работы, связанной с подготовкой спортсменов в виде спорта фитнес-аэробика.
2. Методическое обоснование по эффективности использования специально-подобранных средств общей и специальной физической подготовке в учебно-тренировочном процессе по виду спорта фитнес-аэробика у девочек 11-13 лет для улучшения двигательных способностей – силовых и скоростно-силовых.

Структура магистерской диссертации. В текст магистерской диссертации включены следующие части - введение, три главы, заключение, список используемой литературы (всего ____ источников, из них ____ на иностранном языке). Работа также содержит ____ рисунков и ____ таблиц. Основной текст работы излагается на ____ страницах.

Приложение Ж

Образец оформления главы 1

Глава 1. Теоретико-методическое освещение вопроса о развитии фитнеса и фитнес-аэробики, как вида спорта и значении развития двигательных способностей у спортсменов данного вида спорта

1.1. Понятие «фитнес». Развитие и становление фитнес-аэробики, как вида спорта

В литературных источниках приводятся данные, что фитнес ... [17]. Текст
текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст
текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст текст...

1.2 Значение развития двигательных способностей у девочек, занимающихся фитнес-аэробикой в системе общей подготовки спортсменов

[illegible]

Выводы по главе

Таким образом, пришли к выводу, что...

Приложение И

Образец оформления главы 2

Глава 2 Методы и организация исследования

2.1 Методы исследования

Методы исследования:

- анализ литературных источников;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания по определению силовых способностей и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Анализ литературных источников. С помощью данного метода исследования ...

Педагогическое наблюдение проводилось ...

Контрольные испытания. В качестве контрольных испытаний для определения силовых способностей использовали ряд тестов.

Тест 1. «Планка» – упор на предплечья, время удержания в секундах.

Методикой выполнения данного теста является следующее: ...

Тест 2. Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине, (количество раз).

Методикой проведения теста является следующее: ...

Тест 3...

Тест 4...

Педагогический эксперимент проходил в период с октября 20_ года и длился по начало мая 20_ года. Особенности педагогического эксперимента было следующее: ...

Методы математической статистики....

2.2 Организация исследования

Исследовательская работа по теме и проблематике магистерской диссертации проводилась на базе ... Периодом проведения педагогического исследования было - _____ 20__ года - _____ 20__ года. Участниками педагогического эксперимента были ... Они составили две группы - экспериментальную и контрольную по 10 человек в каждой.

Основные этапы исследования.

Первый этап проходил в периоде с _____ 20__ года по _____ 20__ года. На данном этапе ...

Второй этап проходил в период с _____ 20__ года и длился по _____ 20__ года. На данном этапе было проведение педагогического эксперимента...

Третий этап проходил в период _____ 20__ года. На заключительном этапе было проведено ...

Выводы по главе

По итогам составления второй главы пришли к следующим выводам: ...

Приложение К
Образец оформления главы 3

Глава 3 Результаты исследования и их обсуждение

3.1 Подбор средств общей и специальной физической подготовки для развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой

Анализ литературных источников и проведенных исследований по вопросу развития необходимых двигательных способностей у спортсменов, занимающихся фитнес-аэробикой показал о важности развития силовых и скоростно-силовых способностей....

3.2 Исследование развития силовых и скоростно-силовых способностей у девочек, занимающихся фитнес-аэробикой до и после проведения педагогического эксперимента

Одной из поставленных задач в исследовательской работе является определение влияния средств общей и специальной физической подготовки на развитие силовых и скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет, занимающихся фитнес-аэробикой....

В таблице 1 представлены первичные показатели силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной групп. По данным таблицы 1, мы не видим достоверных различий в пользу какой-либо из групп девочек. Это подтверждает суждение об одинаково подобранных группах не только по возрасту, но и по развитию силовых способностей...

Аналогичную ситуацию, мы можем наблюдать и в таблице 2, в которой представлены первичные показатели скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной групп...

Таблица 1 – Исследование первичных показателей силовых способностей у девочек экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп

Контрольные испытания (тесты)		Математические показатели		Изменение данных, в единицах	t	Р
		Х	σ			
«планка» – упор на предплечья, время удержания в секундах	ЭГ	16,27	1,44	0,74	,35	>0,05
	КГ	17,01	2,19			
	КГ	8,13	2,29			
...
			
Примечание: ЭГ – экспериментальная группа; КГ – контрольная группа; Х - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; Р – степень достоверности.						

Таблица 2 – Исследование первичных показателей скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп

Контрольные испытания (тесты)		Математические показатели		Изменение данных, в единицах	t	Р
		Х	σ			
из И.П. лежа руки вверх, 1 - одновременный подъем туловища и ног «Книжка», 2- И.П., количество раз за 30 секунд	ЭГ	6,08	1,06	0,67	,17	>0,05
	КГ	7,15	1,32			
...	ЭГ
	КГ			
Примечание: Х - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; Р – степень достоверности.						

Исследование показателей силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной групп после проведения педагогического эксперимента на заключительном этапе исследовательской работы представлены в таблице 3.

Данные показывают, что после проведения педагогического эксперимента средние показатели силовых способностей у девочек 11-13 лет экспериментальной группы достоверно выше ($P < 0,05$) при сравнении со средними показателями силовых способностей у девочек контрольной группы.

Подробное описание результатов исследования показателей силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной группы после проведения педагогического эксперимента (см. таблица 3):

- По тесту ««Планка» – упор на предплечья» между двумя исследуемыми группами разница составила 6,25 секунд при $t=3,39$ ($p<0,05$);
- ...

Таким образом, можно отметить, что используемые физические упражнения, как ... и другие способствовали положительному изменению результату у девочек ЭГ.

Таблица 3 – Исследование показателей силовых способностей у девочек экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп после проведения педагогического эксперимента

Контрольные испытания (тесты)		Математические показатели		Изменение данных, в единицах	t	Р
		Х	σ			
«Планка» – упор на предплечья, время удержания в секундах	ЭГ	26,43	2,41	6,25	,39	<0,05
	КГ	20,18	2,12			
...
			
Примечание: Х - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; Р – степень достоверности						

Исследование показателей скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной групп после проведения педагогического эксперимента на заключительном этапе исследовательской работы представлены в таблице 4.

Данные также показывают, что после проведения педагогического эксперимента средние показатели скоростно-силовых способностей у девочек 11-13 лет экспериментальной группы достоверно выше ($P<0,05$) при сравнении со средними показателями скоростно-силовых способностей у девочек контрольной группы.

Подробное описание результатов исследования показателей скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной и контрольной группы

после проведения педагогического эксперимента (см. таблица 4):

- По тесту «Из И.П. лежа руки вверх, 1 - одновременный подъем туловища и ног «Книжка», 2- И.П., количество раз за 30 секунд» между двумя исследуемыми группами разница составила 2,35 количества раз при $t=2,21$ ($p<0,05$);
- ...

Таблица 4 – Исследование показателей скоростно-силовых способностей у девочек экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп после проведения педагогического эксперимента

Контрольные испытания (тесты)		Математические показатели		Изменение данных, в единицах	t	Р
		Х	σ			
Из И.П. лежа руки вверх, 1 - одновременный подъем туловища и ног «Книжка», 2- И.П., количество раз за 30 секунд	ЭГ	10,37	1,71	2,35	2,21	<0,05
	КГ	8,02	1,56			
...
			
Примечание: Х - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; Р – степень достоверности						

...

Таким образом, полученные результаты показали эффективность использования физических упражнений таких, как ... и другие. Соответственно, у девочек экспериментальной группы по всем тестовым заданиям результаты после проведения педагогического эксперимента стали выше при сравнении с девочками контрольной группы.

В таблице 5 представлены данные, характеризующие изменение показателей силовых способностей у девочек ЭГ и КГ до и после проведения педагогического эксперимента.

Таблица 5 – Сравнение показателей силовых способностей у девочек ЭГ и КГ, занимающихся фитнес-аэробики в начале и конце педагогического эксперимента

Контрольные испытания (тесты)		в начале		в конце		Изменение данных в единицах	t	P
		X	σ	X	σ			
«Планка» – упор на предплечья, время удержания в секундах	ЭГ	16,27	1,44	26,43	2,41	10,16	4,05	<0,05
	КГ	17,01	2,19	20,18	2,12	3,17	2,24	<0,05
...

Примечание: X - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; P – степень достоверности;								

У девочек экспериментальной группы по всем тестам произошел достоверный прирост ($P < 0,05$): по тесту ««Планка» – упор на предплечья» прирост составил 10,16 секунд при $t = 4,05$ ($p < 0,05$); ...

У девочек контрольной группы достоверный прирост ($P < 0,05$) произошел только по тестам ««Планка» – упор на предплечья» - 3,17 секунд при $t = 2,24$ ($p < 0,05$);...

В результате сравнительной характеристики с использованием метода математической обработки данных наибольший прирост по всем показателям выявили у девочек экспериментальной группы.

Наглядно изменения показателей силовых способностей у девочек до и после проведения педагогического эксперимента представлены на рисунках 1 и др.

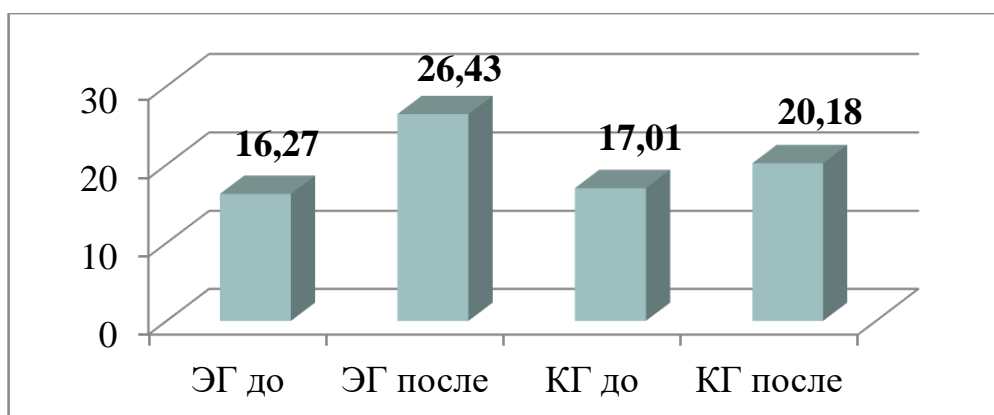


Рисунок 1 - Сравнение показателей силовых способностей по тесту «Планка» у девочек ЭГ и КГ, занимающихся фитнес-аэробикой в начале и конце педагогического эксперимента

В таблице 6 представлены данные, характеризующие изменение показателей скоростно-силовых способностей у девочек ЭГ и КГ до и после проведения педагогического эксперимента.

У девочек экспериментальной группы по всем тестам произошел достоверный прирост ($P < 0,05$). По тесту «Из И.П. лежа руки вверх, 1 - одновременный подъем туловища и ног «Книжка», ...

Таблица 6 – Сравнение показателей скоростно-силовых способностей у девочек ЭГ и КГ, занимающихся фитнес-аэробикой в начале и конце педагогического эксперимента

Контрольные испытания (тесты)		в начале		в конце		Изменение данных в единицах	t	P
		X	σ	X	σ			
Из И.П. лежа руки вверх, 1 - одновременный подъем туловища и ног «Книжка», 2-И.П., количество раз за 30 секунд	ЭГ	6,08	1,06	10,37	1,71	4,29	3,75	<0,05
	КГ	7,15	1,32	8,02	1,56	0,87	0,92	>0,05
...

Примечание: X - среднее арифметическое; σ – среднее квадратическое отклонение; t – критерий Стьюдента; P – степень достоверности

...

Наглядно изменения показателей скоростно-силовых способностей у девочек до и после проведения педагогического эксперимента представлены на рисунках 2...

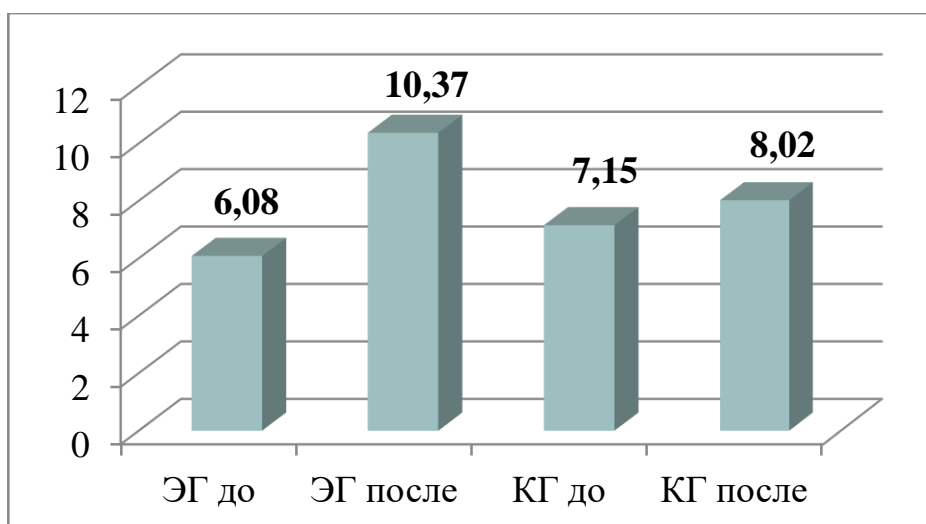


Рисунок 2 - Сравнение показателей скоростно-силовых способностей по тесту «Книжка» у девочек ЭГ и КГ, занимающихся фитнес-аэробикой в начале и конце педагогического эксперимента

...

Выводы по главе

Результаты исследования, описанные в третьей главе, позволили сформулировать выводы:

- внедрение специально-подобранных упражнений общей и специальной физической подготовки в учебно-тренировочные занятия по фитнес-аэробике девочек экспериментальной группы способствовали улучшению у данной категории детей силовых и скоростно-силовых способностей;
- ...

Приложение Л

Образец оформления заключения

Заключение

В соответствии с поставленными в магистерской диссертации задач, проведенное педагогическое исследование позволило в заключении сформулировать следующие выводы:

- ...;
- ...;
-

Таким образом, мы можем говорить о том, что ...

Приложение М

Образец оформления списка используемой литературы

Список используемой литературы

1. Абрамова М.М., Романенко Н.И. Анализ содержания соревновательного этапа в фитнес-аэробике и выявление его особенностей // Бюллетень науки и практики, №9 (22), 2017. С. 239-242

2. Антонова, Э.Р. Фитнес-аэробика как вид спорта [Текст]: учебное пособие/ Э.Р. Антонова, О.А. Иваненко. – Челябинск: Изд-во Юж-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2016. 159с.

3.

10.3 Оценочные средства для промежуточной аттестации

10.3.1 Вопросы к промежуточной аттестации

№ п/п	Вопросы к зачету
1.	Наука как сфера человеческой деятельности.
2.	Роль науки в сфере фитнес технологий.
3.	Научное знание, научное исследование.
4.	Проблематика научных исследований по общим основам теории и методики физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
5.	Проблематика научных исследований в адаптивном физическом воспитании.
6.	Значение научно-педагогических исследований в адаптивной физической культуре.
7.	Виды научных и методических работ, их характеристика.
8.	Основные требования, предъявляемые к магистерской диссертации.
9.	Признаки, выражающие актуальность при выборе темы научной работы.
10.	Объект и предмет исследования.
11.	Цель исследования.
12.	Задачи исследования, требования к их постановке.
13.	Гипотеза исследования.
14.	Особенности педагогического эксперимента.
15.	Виды педагогического эксперимента.
16.	Методика проведения педагогического эксперимента.
17.	Понятие «корреляция».
18.	Средние величины и их отличительные особенности.
19.	Требования к иллюстрациям (рисунок, график, диаграмма, чертеж, схема, таблица).
20.	Примеры библиографического описания: книги, разделы (глава) книги, статьи в журнале, автореферат диссертации.
21.	Рецензирование научной, методической работ.
22.	Проблема и тема исследования, актуальность темы.
23.	Новизна исследования (работы).
24.	Теоретическая и практическая значимость работы
25.	Внедрение в практику результатов научно-исследовательской работы.
26.	Характеристика методов педагогических исследований.
27.	Принципы выбора методов педагогического исследования.
28.	Педагогические наблюдения в процессе сбора научных фактов.
29.	Методика организации и проведения беседы, анкетирования и интервью.
30.	Контрольные испытания и тесты в организации научных исследований в сфере физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре.
31.	Место контрольных испытаний и тестов в организации научных исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
32.	Тестирование двигательных качеств. Требования, предъявляемые к тестам.
33.	Требования, предъявляемые к тестам.
34.	Графическое оформление результатов исследования. Формы представления графического и табличного материала
35.	Педагогический эксперимент как один из основных методов научных исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуры.
36.	Организация педагогического эксперимента.
37.	Математико-статистические методы.

38.	Педагогическое наблюдение, и её характеристика.
39.	Хронометрирование. Пульсометрия. График построения пульсометрии.
40.	Внедрение в практику результатов научной, методической работы.
41.	Оформление литературного обзора.
42.	Форма представления результатов научного исследования.
43.	Система поиска научной информации.
44.	Поиск и накопление информации по отдельным направлениям исследований (видам спорта, оздоровительной и адаптивной физической культуре) с приведением адресов URL с использованием Internet.
45.	Методика проведения экспертной оценки в исследованиях по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре.
46.	Современные методы и методики исследований в сфере физической культуры, спорта, адаптивной физической культуре.
47.	Современные информационные технологии в научных исследованиях и методической деятельности специалиста по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре
48.	Требования к подготовке и защите курсовых и выпускных квалификационных работ.

Критерии и нормы оценки	
«отлично»	85-100 баллов
«хорошо»	70-84 балла
«удовлетворительно»	55-69 баллов
«не удовлетворительно»	0-54 балла

11. Учебно-методическое и информационное обеспечение практики

11.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Белова Ю.В.	Теория и технология физического воспитания детей [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / Ю. В. Белова. - Саратов: Вузовское образование, 2018. - 111 с.: ил. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-4487-0141-2.	учебно-методическое пособие	2018	ЭБС "IPRbooks"
2	Ветков Н.Е.	Спортивные и подвижные игры [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / Н. Е. Ветков. - Орел: МАБИВ, 2016. - 126 с.	учебно-методическое пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
3	Макеева В.С.	Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / В. С. Макеева; Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ). - Орел: МАБИВ, 2014. - 132 с.	учебно-методическое пособие	2014	ЭБС "IPRbooks"
4	Пиянзин А.Н.	Теория физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: электрон. учеб. пособие / А. Н. Пиянзин, А. А. Джалилов; ТГУ; Ин-т физ. культуры и спорта; каф. "Физ. культура и спорт". - Тольятти: ТГУ, 2017. - 80 с. : ил. - Библиогр.: с. 79-80. - ISBN 978-5-8259-1151-9 : 1-00.	учебное пособие	2017	Репозиторий ТГУ
5	Яковлев Б.П.	Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учеб. для вузов	учебник	2016	ЭБС "IPRbooks"

		физ. культуры / под ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. - Москва: Спорт, 2016. - 624 с. - ISBN 978-5-906839-11-4.			
6	Третьякова Н.В.	Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш ; под общ. ред. Н. В. Третьяковой. - Москва: Спорт, 2016. - 280 с. - ISBN 978-5-906839-23-7.	учебное пособие	2016	ЭБС "IPRbooks"
7	Бабёнышев С.В.	Математические методы и информационные технологии в научных исследованиях	учебное пособие	2018	ЭБС «IPRbooks»
8	Зиамбетов В.Ю.	Основы научно-исследовательской деятельности студентов в сфере физической культуры	учебно-методическое пособие	2019	ЭБС «IPRbooks»
9	Течиева В.З.	Организация исследовательской деятельности с использованием современных научных методов	учебно-методическое пособие	2019	ЭБС «IPRbooks»
10	Махов С. Ю.	Научно-методическая деятельность	учебно-методическое пособие	2020	ЭБС "IPRbooks"
11	Махов С. Ю.	Практикум по научно-методической деятельности	учебно-методическое пособие	2019	ЭБС "IPRbooks"

11.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Безуглов И.Г.	Основы научного исследования	учебное пособие	2018	ЭБС «IPRbooks»
2.	Попков В.Н.	Эмпирическое исследование в физической культуре и спорте	учебное пособие	2019	ЭБС «IPRbooks»
3.	Мясникова Т.И.	История и основы методологии научных исследований в спорте	учебное пособие	2019	ЭБС «IPRbooks»
4.	Никитушкина Н. Н.	Управление методической деятельностью спортивной школы	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
5.	Губа В. П.	Основы спортивной подготовки	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
6.	Лебедев Ю. А.	Медико-психолого-педагогический мониторинг целостного развития детей	учебное пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»
7.	Семенов Л. А.	Коррекция отклонений в кондиционной физической подготовленности школьников на основе мониторинга	учебное пособие	2013	ЭБС «IPRbooks»

11.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016– . – Режим доступа : apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004– . – Режим доступа : scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
 - SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.
 - NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- <https://e.lanbook.com/>
 - <https://dSPACE.tltsu.ru/>
 - <http://www.studentlibrary.ru/>
 - <https://new.znaniium.com/>
 - <http://www.iprbookshop.ru/>

11.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acadmс	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 614 от 20.06.2023, срок действия – до 31.12.2023 включительно

11.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа.	Парты (моноблок) двухместные; стол преподавательский ; стул, доска аудиторная; проектор.

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации (У-125)	
2	Зал аэробики (У-135)	Гимнастические коврики, зеркала, степы, гимнастические маты, фитболы, скакалки, обручи, гимнастические палки, гимнастические скамейки, музыкальный центр
3	Помещение для самостоятельной работы (У-221)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет
4	Помещение для самостоятельной работы (У-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть интернет