

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Северо-Осетинский государственный
университет
имени Коста Левановича Хетагурова»**

Факультет физической культуры и спорта

**Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической
культуры и спортивных игр**

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Направление 44.03.05 Педагогическое образование
Профиль «Физическая культура. Адаптивная физическая культура»

Составитель: З.А. Гагиева

Рассмотрены и рекомендованы к использованию на заседании кафедры теоретических и
медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр (протокол №6 от
25.01.2024 г.)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

Владикавказ 2024

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации содержат описание цели и задач курсовой работы, ее места в образовательном процессе, требования к объему, структуре, содержанию, основным этапам работы над курсовой работой и порядок ее защиты.

Цель методических рекомендаций состоит в детальном изложении процесса подготовки и защиты курсовой работы по направлению подготовки бакалавра 44.03.05 Педагогическое образование (профиль «Физическая культура. Адаптивная физическая культура»).

Методические указания по написанию курсовой работы разработаны для студентов очной формы обучения по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (профиль «Физическая культура. Адаптивная физическая культура»).

Курсовая работа — самостоятельная разработка конкретной темы с элементами научного анализа, выполняемая на завершающем этапе изучения дисциплины «Теория и методика физического воспитания». Курсовая работа отражает приобретенные студентом теоретические знания и практические навыки, умение работать с литературой, анализировать источники, делать обстоятельные и обоснованные выводы.

При выполнении курсовой работы студент должен продемонстрировать следующие умения:

- определять актуальность выбранной темы;
- анализировать существующие концепции педагогического образования;
- теоретически и экспериментально обосновывать методику работы по заявленной теме.

Основными целями выполнения курсовых работ студентами являются:

- систематизация, закрепление, расширение и углубление теоретических и практических знаний по методике преподавания физической культуры в образовательных учреждениях;
- расширение возможностей для установления и реализации межпредметных связей при обучении физической культуре;
- развитие умений и навыков работы с различными видами специальной литературы;
- совершенствование умений применять полученные знания при решении конкретных исследовательских и методических задач, для разработки рекомендаций по совершенствованию преподавания физической культуры в образовательных учреждениях;
- развитие навыков самостоятельной работы;
- повышение уровня подготовленности студентов к самостоятельной работе в условиях современной школы.

Наибольшую трудность у студентов вызывает выполнение курсовой работы. Поэтому студентам рекомендуется выбирать конкретные узкие темы, так как это даст возможность глубже вникнуть в проблематику курсовой работы,

избежать поверхностности, описательного характера излагаемого материала. Соразмерность задачи обеспечит студенту интерес к выполняемой работе.

Письменные работы по дисциплинам учебного плана являются важным этапом обучения студентов, способствующим формированию навыков самостоятельного научного и практического подхода к освоению учебного материала. Кроме того, письменные курсовые работы позволяют осуществить контроль самостоятельной работы студента и оценить, наряду с экзаменами и зачетами, подготовленность будущего специалиста.

Выполнение письменных курсовых работ регламентируется учебными планами. В учебном плане указывается наименование дисциплины, по которой запланировано выполнение курсовой работы, семестр и вид отчетности (зачет, дифференцированный зачет).

Курсовые работы выполняются по окончании изучения дисциплин, определенных учебными планами, и являются так же, как экзамены и зачеты, одним из видов текущей аттестации.

Тематика курсовых работ определяется учебным заведением. Утвержденный список тем курсовых работ по каждой дисциплине учебного плана представляется к началу учебного года и располагается на информационном стенде для студентов в соответствующих кабинетах.

Выполненная курсовая работа должна содержать:

- критический анализ монографической и периодической специальной литературы по теме; характеристику современного состояния исследуемой проблемы с учетом передового педагогического опыта, межпредметных связей, теоретической и практической значимости данной темы;

- четкое определение предмета исследования, целей и конкретных задач данной работы;

- описание использованных экспериментальных методик и хода экспериментальной работы (при наличии);

- практические рекомендации для совершенствования процесса обучения в начальных классах;

- определение перспективы исследования данной проблемы.

Курсовые работы являются обязательными этапами, предшествующими написанию и защите выпускной квалификационной работы. Логическим завершением развития выбранной темы может стать выпускная квалификационная работа в виде дипломной.

Руководство выполнением курсовой работы

Научный руководитель знакомит студента с методикой написания курсовой работы, правилами ее оформления, демонстрируя наглядные материалы с видами библиографического описания, образцами цитирования, способами включения ссылок на источники. Студент предварительно должен получить перечень тем и список рекомендуемой литературы, внимательно изучить полученные материалы, выделить и записать вопросы, требующие пояснения преподавателя, ориентировочно наметить тему, составить проект рабочего плана работы.

Основными функциями руководителя курсовой работы являются:

- руководство разработкой индивидуального плана подготовки и

выполнения курсовой работы;

- консультирование по вопросам содержания и последовательности выполнения курсовой работы (назначение и задачи, структура и объем работы, принципы разработки и оформления, примерное распределение времени на выполнение отдельных частей работы);

- оказание помощи в подборе необходимой литературы;
- контроль хода выполнения курсовой работы;
- выдача справки об уровне оригинальности и ее подписание.

Основные этапы выполнения курсовой работы

Процесс написания курсовой работы включает в себя ряд взаимосвязанных этапов:

- выбор темы, согласование ее с руководителем, написание заявления (см. образец), получение задания;
- составление личного рабочего плана выполнения курсовой работы;
- формирование структуры работы;
- сбор, анализ и обобщение материала по выбранной теме;
- формулирование основных теоретических положений, практических выводов и рекомендаций;
- изложение курсовой работы и представление ее руководителю;
- доработка чистового варианта с учетом замечаний руководителя;
- оформление работы, библиографического списка использованных источников и литературы, приложений и получение оценки.

Курсовые работы должны отвечать установленным требованиям по содержанию и оформлению.

Студент лично отвечает за качество и оформление курсовой работы.

Примерная структура курсовой работы

Курсовая работа имеет следующую структуру:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- основная часть (она может включать две главы — первую и вторую, а иногда может включать три главы);
- заключение;
- список использованной литературы;
- приложение.

Зав. кафедрой теоретических и
медико-биологических основ
физической культуры и спортивных игр

(Ф.И.О.)

Студента (ки) ____ курса

формы обучения

(очная, заочная)

Факультета физической культуры и спорта
(факультет)

Уровень подготовки бакалавриат

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура. Адаптивная физическая культура»

(Ф.И.О.)

Заявление

Прошу утвердить мне тему курсовой работы

«_____»

_____» по дисциплине «Теория и

методика физического воспитания» и назначить в качестве научного
руководителя _____

(должность, ученая степень, ФИО научного руководителя)

(подпись студента)

«___» _____ 20__ г.

Согласие научного руководителя _____

(подпись)

Зав. кафедрой _____

(подпись)

Титульный лист

Титульный лист оформляется с учетом определенных требований в соответствии с нижеприведенным образцом.

В верхней части листа указывается полностью наименование университета. Посередине листа пишется вид работы - курсовая работа, затем ее тема. Название работы должно быть кратким, точно соответствовать ее содержанию. Справа, ниже заголовка, - кто выполнил работу: обучающийся, курс, форма обучения, направление (специальность), ФИО. Еще ниже - ФИО руководителя курсовой работы. Внизу титульного листа указывается город и год выполнения работы. Выполненная работа представляется научному руководителю.

Образец титульного листа

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-ОСЕТИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ КОСТА ЛЕВАНОВИЧА ХЕТАГУРОВА»**

Факультет физической культуры и спорта

**Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической культуры и
спортивных игр**

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине: «Теория и методика физического воспитания»

Методы воспитания комплексной выносливости

Исполнитель:

студентка 3 курса, очной формы обучения, направление
бакалавриата - 44.03.05 Педагогическое образование, профиль
«Физическая культура. Адаптивная физическая культура»
ФИО (полностью)

Научный руководитель:

кандидат биологических наук, доцент
ФИО (полностью)

«Допущена к защите»

Заведующий кафедрой к.б.н., доцент

ФИО (полностью)

Владикавказ 2024

Содержание

Содержание — развернутый план с указанием глав, параграфов, страниц. Оформляется с учетом определенных требований в соответствии с нижеприведенным образцом.

Содержание - это перечень структурных элементов (глав, параграфов и т.п.), составленных, в той последовательности, в какой они даны в работе. В содержании указывают номер страницы, на которой находится начало главы, параграфа и т.д.

Заголовки, представленные в содержании, должны точно повторять заголовки в тексте, быть краткими, четкими, последовательно и точно отражать внутреннюю логику работы.

Заголовки одинаковых ступеней рубрикации необходимо располагать друг под другом. Заголовки каждой последующей ступени смещаются вправо по отношению к заголовкам предыдущей ступени. Все заголовки начинаются с прописной буквы без точки на конце. Последнее слово каждого заголовка соединяется отточием с соответствующим ему номером страницы в правом столбце оглавления.

Образец листа «Содержание»

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Характеристика выносливости человека, формы ее проявления	5
Глава 2. Основные методы воспитания общей выносливости.....	12
Глава 3. Основные методы воспитания специальной выносливости	19
Заключение	22
Список использованной литературы	24

Введение

Курсовая работа всегда начинается с введения, в котором осуществляется постановка конкретной проблемы - проблемы написания курсовой работы, откуда следует обоснование актуальности темы, объекта и предмета исследования, задач, методов исследования. Затем формулируются вопросы, рассматриваемые в курсовой работе, и оговаривается, какие вопросы, имеющие непосредственное отношение к проблеме, не будут затронуты. Далее раскрывается структура работы и дается сжатое изложение ее основных положений. Необходимо отметить важное правило — введение, как и заключение, рекомендуется писать после полного завершения основной части. До того, как будет создана основная часть работы, действительно невозможно написать хорошее введение, так как автор еще не вполне овладел материалами по теме. Объем введения должен быть не более 2-2,5 страниц.

Структурные компоненты «Введения» могут быть определены в

следующей последовательности:

1. Актуальность исследования.
2. Объект исследования.
3. Предмет исследования.
4. Гипотеза исследования.
5. Цель исследования.
6. Задачи исследования.
7. Методы исследования.
8. Структура работы.

Курсовая работа требует обоснования проблемы. Проблема исследования формулируется после предварительного анализа литературы. В качестве проблемы может выступать противоречие между сложившейся практикой и теми результатами, которые не удовлетворяют современным требованиям развития, воспитания и обучения школьника; неэффективные методы и методические приемы обучения, организация учебного процесса; неразработанность того или иного методического вопроса; несогласие студента с определенными взглядами ученых и др.

Актуальность определяется степенью исследованности выбранной темы, наличием различных концепций в отношении данной проблемы, отсутствием современных подходов в практическом решении поставленных вопросов.

Цель, задачи исследования вытекают из проблемы. Цель определяется тем, какой результат исследователь намерен получить, каким он его видит.

Задачи - что нужно сделать, чтобы цель, была достигнута.

Обязательным элементом Введения, является формулировка объекта и предмета исследования.

Объект - это процесс, факт или явление, избранные для изучения.

Объект - это та совокупность связей, отношений и свойств, которая существует объективно в теории и практике и служит источником необходимой для исследователя информации. В общем смысле слова объект исследования в общественных, педагогических и психологических научноисследовательских работах - это люди, их объединения, группы, организации, вовлеченные в различные виды деятельности.

Объектом педагогической науки, к которой относится и сфера физической культуры и спорта, является учебно-воспитательный процесс, учебно-организационный, управленческий процесс, тренировочный процесс.

Основным объектом научно-педагогического исследования могут быть процессы, развивающиеся в детском саду, школе, (ДЮСШ, вузе, физкультурно-оздоровительном комплексе и т.д.).

Однако объект исследования должен формулироваться не безгранично широко, а так, чтобы можно было проследить круг объективной реальности. Этот круг должен включать в себя предмет в качестве важнейшего элемента, который характеризуется в непосредственной взаимосвязи с другими составными частями данного объекта и может быть однозначно понят лишь при сопоставлении с другими сторонами объекта.

Предмет - это позиция ученого, с которой он рассматривает объект

исследования. Предмет находится в границах объекта. Объект и предмет как категории научного процесса соотносятся между собой как общее и частное.

Предмет исследования более конкретен и включает только те связи и отношения, которые подлежат непосредственному изучению в данной работе, устанавливают границы научного поиска, в каждом объекте можно выделить несколько предметов исследования.

Предметом педагогического исследования могут выступать: прогнозирование, совершенствование и развитие учебно-воспитательного процесса и управления общеобразовательной, средней и высшей школой; содержание образования; формы и методы педагогической деятельности; диагностика учебно-воспитательного процесса; пути, условия, факторы совершенствования обучения, воспитания, тренировки; характер психолого-педагогических требований и взаимодействий между педагогами и учащимися, тренерами и спортсменами; особенности и тенденции развития спортивно-педагогической науки и практики; педагогических взаимоотношений. Из сказанного выше следует, что объектом выступает то, что исследуется, а предметом — то, что в этом объекте получает научное объяснение.

Именно предмет исследования определяет тему исследования.

Приведем несколько примеров:

- объект исследования — процесс развития и формирования двигательных координации учащихся 7 лет общеобразовательной школы, незанимающихся спортом, предмет исследования — методика стандартной тренировочной программы для развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста (7 лет), тема исследования — методика развития координационных способностей детей 7 лет на основе применения стандартной тренировочной программы;

- объект исследования — система физического воспитания студентов, предмет исследования — процесс формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, тема исследования - формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре.

Исходя из названия курсовой работы, ее объекта и предмета, можно приступить к определению цели и задач исследования.

Цель формулируется кратко и предельно точно, в смысловом отношении выражая то основное, что намеревается сделать исследователь, к какому конечному результату он стремится.

Целью исследований в рамках курсовой работы может быть разработка методик и средств обучения, тренировки, воспитания качеств личности, развития (воспитания) физических качеств, форм и методов физического воспитания в различных структурных подразделениях (детский сад, школа, ДЮСШ и т.д.) и возрастных группах, содержания обучения, путей и средств совершенствования управления учебно-тренировочным и воспитательным процессом и т.д.

Например, цель работы, связанной с методикой развития координационных способностей у детей 7 лет на основе применения специально разработанной программы, может выглядеть следующим образом: совершенствование методики развития координационных

способностей у детей 7 лет общеобразовательной школы посредством применения стандартной программы.

Определив цель дипломной работы, можно сформулировать задачи, которые необходимо решить в ходе исследовательской работы. Таких задач может быть 2-3. Например, в качестве одной из них может быть задача, связанная с изучением состояния вопроса, другая — с разработкой экспериментальной методики обучения или тренировки и третья — с выявлением эффективности ее применения на практике. Задачи должны быть сформулированы метко и лаконично. Как правило, каждая задача формулируется в виде поручения: «Изучить...», «Разработать...», «Выявить...», «Установить...», «Обосновать...», «Определить...» и т.п.

Формулировка этих задач отличается четкостью и точностью, поскольку описание их решения должно составить содержание разделов курсовой работы. Это важно также и потому, что заголовки таких разделов отражают именно задачи работы. Очень важным этапом научного исследования выступает выбор методов, как способов решения исследовательской задачи, изучения явления, получения необходимой информации.

Гипотеза - научное предположение, выдвигаемое в соответствии с проблемой, целью, объектом и предметом исследования для объяснения изучаемых явлений. Гипотеза (от **греческого** hypothesis - основание, предположение), то есть предположительное суждение о закономерной (причинной) связи явлений, уточняющее путь достижения цели.

Знание предмета исследования позволяет выдвинуть рабочую гипотезу, т.е. предположение о возможных путях решения поставленных задач, о возможных результатах изучения педагогического явления, может быть, даже возможных теоретических объяснениях предполагаемых фактов.

Гипотеза может быть индуктивной или дедуктивной. Индуктивная гипотеза должна исходить из самих фактов и наблюдений, накопленных ранее, определения связей и зависимостей между ними. Что же касается дедуктивной гипотезы, то она в своей основе уже должна иметь определенные теоретические положения и закономерности и ставить своей целью подтверждение их теми или иными новыми фактами и наблюдениями.

В теории и методике физического воспитания на этом этапе развития преобладают исследования с разработкой индуктивных гипотез. Объясняется это, во-первых, многолетним существованием в педагогической практике положений, которые себя оправдывают, но не имеют экспериментального обоснования; во-вторых, отсутствием количественных характеристик подобных общеизвестных положений. Например, всем известно, что обучение гимнастическим упражнениям требует предъявления определенной наглядной информации, но какая информация и на каком этапе наиболее эффективна — остается задачей исследования; в-третьих, большим разнообразием контингента исследуемых (возраст, пол, квалификация) и двигательных действий как предмета обучения, что требует уточнения тех или иных педагогических положений при обучении конкретных людей конкретным двигательным действиям и т.п.

Источниками разработки гипотезы могут быть обобщение педагогического

опыта, анализ существующих научных фактов и дальнейшее развитие научных теорий. Любая гипотеза должна рассматриваться как первоначальная канва и отправная точка для исследований, которая может подтвердиться или не подтвердиться. Общим для гипотезы является то, что все они строятся и проверяются на основе большого объема фактического материала.

Например, из проведенных отдельными авторами исследований и практического опыта известно, что младший школьный возраст (7 лет) благоприятен для развития координационных способностей.

Педагогические воздействия, направленные на их развитие, дают наибольший эффект, если их целенаправленно применять именно в этом возрасте. Такое предположение может сложить общей гипотезой при проведении исследований, связанных с разработкой методик для развития координационных способностей, однако этого будет недостаточно, так как не всегда существует необходимость в выделении гипотезы в целом. В рабочей гипотезе целесообразно выделить те положения, которые могут вызвать сомнения, нуждаются в доказательстве и защите. Поэтом рабочая гипотеза в отдельном случае может выглядеть следующим образом: «Предполагается, что применение стандартной тренировочной программы, основанной на принципах оздоровительной тренировки, позволит качественно повысить уровень координационных способностей детей 7 лет», именно в этом случае проверяется эффективность разработанной исследователем методики.

Гипотеза указывает, как исходный факт следует преобразовать в такое состояние, которое требуется. Истинность предположений, составляющих гипотезу, подлежит проверке, поскольку они могут быть как истинными, так и ложными, ошибочными. Поэтому дальнейшее исследование выстраивается так, чтобы проверить и подтвердить истинность каждого положения гипотезы. Гипотеза должна быть достаточно простой и проверяемой. По логической структуре она может иметь линейный (выдвигается и проверяется одно предположение) или разветвлённый (состоит из нескольких предположений) характер. Верификация гипотезы осуществляется в процессе научного исследования, степень ее обоснованности определяется его результатами.

Введение содержит указание на методы исследования:

1. Эмпирические методы: наблюдение, методы опроса (беседа, интервью, анкетирование), изучение школьной документации, метод диагностирующих контрольных работ, обобщение педагогического опыта, эксперимент.

2. Теоретические методы: теоретический анализ (выделение и рассмотрение отдельных сторон, признаков, особенностей, свойств явлений), индуктивные и дедуктивные методы, обобщение полученных эмпирическим путем данных.

3. Математические методы.

4. Статистические методы.

Требования к содержанию научной работы

Основная часть делится на главы и параграфы; может содержать теоретическое обоснование и описание экспериментальной, практической

работы; анализ литературы; историю вопроса; гипотезы; ход рассуждений и доказательства основных положений; анализ существующей практики.

Обязательный атрибут исследования — обзор привлеченной литературы. Обзор литературы может быть приведен в основной части исследования в первой главе, где рассматриваются теоретические аспекты проблемы.

Содержанием второй главы основной части курсовой работы является теоретическое осмысление проблемы и изложение эмпирического опыта, фактического материала. Последовательность изложения того и другого может быть различной. Все зависит от желаний и предпочтений автора.

Чаще всего вначале излагаются основные теоретические положения по исследуемой теме, а затем конкретизируемый текстовой или эмпирический материал, который аргументированно подтверждает изложенную теорию.

Как правило, основная часть состоит из нескольких глав, минимум, двух. В курсовой работе достаточно разделить основную часть на 2-3 главы, не выделяя параграфы. Разделы должны быть соразмерны друг другу, как по структурному делению, так и объему.

Заключение

Заключение содержит краткую формулировку результатов, полученных в ходе работы. В заключении, как правило, автор исследования суммирует результаты осмысления темы, выводы, обобщения и рекомендации, которые вытекают из его работы, подчеркивает их практическую значимость, а также определяет основные направления для дальнейшего исследования в этой области знаний.

Необходимо иметь в виду, что введение и заключение никогда не делятся на части. Объем заключения примерно равен объему введения.

В Заключении даются общие выводы по работе, к которым пришел автор; указываются их практическая значимость, возможность внедрения результатов работы и дальнейшие перспективы исследования темы. При этом подтверждается актуальность исследования. Заключение должно быть кратким и обстоятельным. В нем не следует повторять содержание введения и основной части работы. В целом заключение должно давать ответы на вопросы: Зачем предпринято данное исследование? Что сделано? К каким выводам пришел автор? Заключительная часть также предполагает наличие обобщенной итоговой оценки проделанной работы.

Список использованной литературы

Список использованной литературы составляется по алфавиту с точным указанием выходных данных книги, статьи; не включаются учебники, энциклопедии, газеты, научно-популярные издания. Список литературы — это перечень книг, журналов, статей с указанием основных данных (место и год выхода, издательство, количество страниц).

Список литературы, использованный при разработке курсовой и дипломной работы, является обязательным атрибутом любой научноисследовательской работы.

Список включает библиографические описания всех использованных, цитированных или упоминаемых в работе документов, а также прочитанную литературу по теме, которая оказала существенное влияние на содержание работы.

Список литературы включает 20-30 источников.

Приложения

Приложения хотя и не являются обязательным компонентом курсовой работы, однако при большом количестве собранного полезного материала часть его может быть там размещена. Приложения могут быть различными: таблицы, схемы, раздаточный материал, графики, диаграммы, данные социологических опросов, иллюстрации, копии постановлений, документов и т. д.

Приложения оформляются после списка литературы и располагаются в порядке ссылок в тексте. Каждое приложение начинается с нового листа с обозначением в правом верхнем углу словом «Приложение».

Приложения не засчитываются в заданный объем курсовой работы.

Изложение результатов работы

Основными целями и задачами написания курсовой работы являются не только расширение и углубление знаний студента, но и формирование умения анализировать теоретический и практический материал логично, последовательно, ясно, кратко и в то же время емко излагать свои мысли в письменном виде. При написании курсовой работы студенты становятся авторами, многие впервые. Но и к авторской работе предъявляются определенные требования, как по содержанию, так и оформлению. В соответствии с целями и задачами курсовая работа не должна быть пересказом изученного материала или простой компиляцией (компиляция — несамостоятельное произведение, составленное путем заимствований, без собственных наблюдений и выводов), составленной из фрагментов используемых статей и книг.

Курсовая работа также не является собственной интерпретацией проблемы, напоминающей школьное сочинение на свободную тему по литературе или публицистическую статью, так как курсовая работа всегда основывается либо на научной проблеме, либо на учебной и опирается на источники и вторичную научную литературу.

Таким образом, курсовая работа должна представлять собой целостную, однородную и завершенную студенческую научную работу, в которой должны быть четко сформулированы проблема и исследовательские вопросы, обоснована их актуальность, изложены степень изученности проблемы и состояние ее исследования.

При написании текста курсовой работы автору необходимо следить за тем, чтобы в ходе изложения не терялась основная мысль работы. Она должна быть видна не только специалисту по данной теме, но и читателю, не посвященному в данную проблемную область. Следует постоянно контролировать соответствие содержания главы или параграфа их заголовкам. Конец каждой главы, параграфа или абзаца должен иметь логический переход к следующему.

Курсовая работа должна быть написана хорошим научным языком, т. е. с соблюдением общих норм литературного языка, правил грамматики и с учетом особенностей научной речи - точности и однозначности терминологии и стиля.

В современной научной литературе личная манера изложения уступила место безличной. Не употребляются личные местоимения «я» и «мы». Например, вместо фразы «я предполагаю...» можно сказать «предполагается, что...» и т. д.

Общие требования к оформлению курсовой работы

Курсовая работа представляется в электронном виде и в виде распечатки в соответствии с установленными требованиями. Электронный вариант работы предоставляется научному руководителю доступным способом (флеш-карта, лазерный диск, электронная почта). Бумажный вариант распечатывается только после разрешения руководителя. Далее он помещается вместе со справкой об уровне оригинальности и заявлением в скоросшиватель.

Ответственность за соответствие текстов на бумажном и электронном носителе несет студент - автор работы.

По ГОСТ 7.32-2001 текст печатается на одной стороне листа белой бумаги формата А4 через полтора интервала. Цвет шрифта — черный. Размер шрифта (кегель) — 14. ГОСТ не определяет тип шрифта, но обычно — Times New Roman. форматирование по ширине.

Размеры полей: правое — 15 мм, верхнее — 20 мм, нижнее — 20 мм, левое — 30 мм.

Шрифт должен быть четким. Плотность текста должна быть одинаковой. Вписывать в текст работы отдельные слова, формулы, условные знаки допускается, при этом плотность вписанного текста должна быть приближена к плотности основного текста.

Рекомендуемый объем курсовой работы 20-30 страниц стандартного печатного текста (без приложений). **Оригинальность текста составляет не**

менее 25 процентов, цитирование - 15 процентов.

Наименование структурных элементов курсовой работы (**СОДЕРЖАНИЕ, ВВЕДЕНИЕ, ЗАКЛЮЧЕНИЕ, ЛИТЕРАТУРА**) и заголовки разделов (глав) **основной части** следует располагать посередине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, не подчеркивая.

Заголовки параграфов (при наличии) следует начинать с абзацного отступа и печатать строчными буквами с первой прописной, не подчеркивая, без точки в конце. Если заголовок включает несколько предложений, то их разделяют точками. Переносы слов в заголовках и в тексте работы не допускаются. Каждая глава текста курсовой работы начинается с новой страницы. Заголовки выделяются жирным шрифтом, размер 14.

Расстояние между заголовком и текстом должно быть равно 2 интервалам. Каждый раздел (главу) следует начинать с нового листа.

Страницы курсовой работы следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту работы (включая список использованной литературы). Номер страницы ставится в правом верхнем углу без точки в конце. Титульный лист включается в общую нумерацию страниц, но

номер страницы на нем не проставляется. Иллюстрации, таблицы и т.п., расположенные на отдельных листах, включают в общую нумерацию страниц работы.

Разделы (главы) должны иметь порядковую нумерацию в пределах основной части курсовой работы и обозначаться арабскими цифрами с точкой, например, 1., 2., и т.д. Внутри каждой главы проставляются номера параграфов (при наличии), которые должны состоять из номера главы и порядкового номера самого параграфа, которые разделены точкой (например, 1.1., 1.2. и т.д.).

ГОСТом определяется: фамилия, имя, отчество, названия организаций и другие имена собственные должны приводиться на языке оригинала.

Оформление заголовков

По ГОСТ 7.32-2001 заголовки работы располагают в середине строки без точки в конце и печатают прописными буквами без подчеркивания. Каждую главу нумеруют, и ее следует начинать с новой страницы. Главы могут делиться на параграфы, которые, в свою очередь, могут делиться на пункты и подпункты (и более мелкие разделы).

Номер параграфа состоит из номеров главы и параграфа в главе, разделенных точкой. В конце номера точка не ставится. Аналогичным образом нумеруются и пункты в параграфе (например: 1.4.2. Анализ результатов...). Заголовки параграфов, пунктов и подпунктов следует печатать с абзацного отступа с прописной буквы без точки в конце, не подчеркивая. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Переносы слов в заголовках не допускаются.

Абзацный отступ равен пяти ударам компьютерной клавиатуры. Расстояние между заголовком и текстом должно быть равно 2 интервалам. Если реферат, курсовая или дипломная работа напечатаны с интервалом 1,5, то это значит, что расстояние между заголовком и текстом равно одной пустой строке. Расстояние между заголовками главы и параграфа — 2 интервала (8 мм).

Оформление «СОДЕРЖАНИЯ»

Заголовок «СОДЕРЖАНИЕ» пишется заглавными буквами посередине строки. Содержание включает введение, наименование всех глав, параграфов, пунктов, заключение, список использованных источников и наименование приложений с указанием номеров страниц, с которых начинаются эти элементы работы. Наименования, включенные в содержание, записывают строчными буквами, начиная с прописной буквы.

Оформление рисунков

Для представления иллюстративного материала (схемы, рисунки, диаграммы, фотоматериалы и т. д.) может использоваться цветное изображение, точечный фон, штриховка (при распечатывании в черно-белых тонах). Иллюстрации размещаются непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице. Они располагаются так,

чтобы их удобно было рассматривать без поворота всей работы или с минимальным поворотом по часовой стрелке. Все иллюстрации в курсовой работе именуют рисунками и нумеруют порядковой нумерацией в пределах всей работы арабскими цифрами без скобок, например, «Рис. 1» и далее пишется название иллюстрации. При ссылке на ранее упомянутые иллюстрации пишут «см. рис. 2».

Если в работе есть приложения, то рисунки каждого приложения обозначают отдельной нумерацией арабскими цифрами с добавлением впереди обозначения приложения.

Оформление таблиц

Цифровой материал рекомендуется располагать в таблицах, которые размещаются непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице. На все таблицы должны быть ссылки в тексте работы. Таблицы следует нумеровать арабскими цифрами порядковой нумерацией в пределах всей работы. Номер следует размещать в правом верхнем углу над заголовком таблицы после слова «Таблица», например, «Таблица 1». Слово «Таблица» пишется полностью справа страницы, название следует помещать под ней по центру, точка в конце названия не ставится.

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

Если таблица расположена не на одной странице, то на каждой следующей странице пишут «Продолжение табл. 1».

Оформление формул и уравнений

Формулы и уравнения следует выделять из текста в отдельную строку. Над и под каждой формулой или уравнением нужно оставить по пустой строке. Если уравнение не умещается в одну строку, то оно должно быть перенесено после знака равенства (=) или после знаков плюс (+), минус (-), умножения (Ч), деления (:) или других математических знаков, причем этот знак в начале следующей строки повторяют. При переносе формулы на знаке, символизирующем операцию умножения, применяют знак «Ч».

Если нужны пояснения к символам и коэффициентам, то они приводятся сразу под формулой в той же последовательности, в которой они идут в формуле.

Все формулы нумеруются. Обычно нумерация сквозная. Номер проставляется арабскими цифрами в круглых скобках в крайнем правом положении на строке.

$$A = a : b. (1)$$

Допускается нумерация формул в пределах раздела. В этом случае номер формулы состоит из номера раздела и порядкового номера внутри раздела, отделенных точкой, например: (1.4).

Формулы в приложениях имеют отдельную нумерацию в пределах каждого приложения с добавлением впереди обозначения приложения.

Оформление приложения

По ГОСТ 7.32-2001 в тексте работы на все приложения должны быть даны

ссылки. Приложения располагают в порядке ссылок на них в тексте.

Приложения следует оформлять как продолжение работы на ее последующих страницах или отдельно, располагая их в порядке появления на них ссылок в тексте работы. Рекомендуется в начале структурного элемента курсовой работы «ПРИЛОЖЕНИЯ» дать перечень всех приложений, с указанием их названий. Каждое приложение должно начинаться с новой страницы и иметь содержательный заголовок, напечатанный прописными буквами. В правом верхнем углу над заголовком прописными буквами должно быть напечатано слово «ПРИЛОЖЕНИЕ». Если приложений в работе несколько, то их следует нумеровать арабскими цифрами порядковой нумерацией, без точек в конце.

Правила цитирования

Ссылки на использованную литературу обязательны, так как в этом проявляется культура отношения к чужой мысли, чужому тексту.

Цитата является точной, дословной выдержкой из какого-либо текста, включенного в собственный текст. Цитаты, как правило, приводятся только для подтверждения аргументов или описаний автора. При цитировании наибольшего внимания заслуживает современная литература и первоисточники.

Курсовая работа не должна быть переполнена цитатами, которые плохо связаны между собой.

На одной странице текста не должно быть более трех цитат. Если же требуется большее количество цитат, то их лучше давать в пересказе с указанием на источник.

При цитировании чужой текст заключается в кавычки и приводится в той грамматической форме, в которой он дан в источнике.

Если цитата воспроизводит только часть предложения цитируемого текста, то после открывающихся кавычек ставят многоточие, и начинают ее со строчной буквы. Например: С. И. Вавилов требовал «... всеми мерами избавлять человечество от чтения плохих, ненужных книг». Строчная буква ставится и в том случае, когда цитата органически входит в состав предложения, независимо от того, как она начиналась в источнике, например: М. Горький писал, что «в простоте слова — самая великая мудрость». Внизу страницы под чертой дается точная ссылка на издание, из которого взята цитата.

Ссылка в тексте приводится в виде номера, соответствующего литературному источнику или нормативному документу, приведенному в библиографическом списке, и заключенного в скобки.

Библиографический ссылки в тексте оформляются в виде [3] или [3, с. 265], где первая цифра — номер данного источника в списке литературы (**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**), а вторая — номер страницы в этом источнике, если есть необходимость ее указать.

Оформление сокращений

В тексте работы возможно применение общепринятых сокращений, которые делаются после перечисления: «т. е.» (то есть), «и т. д.» (и так далее), «и

т. п.» (и тому подобное), «и др.» (и другие), «и пр.» (и прочие). Общепринятые сокращения, которые делаются в ссылках: «см.» (смотри), «напр.» (например).

Сокращения при обозначении цифрами веков и годов: «в.» (век), «вв.» (века), «г.» (год), «гг.» (годы). Слова «и другие», «и прочие», «и тому подобное» внутри предложений без перечислений не сокращаются.

Оформление списка использованной литературы

Список литературы должен содержать перечень источников, использованных при выполнении работы. Источники следует располагать в алфавитном порядке. Сведения об источниках, включенных в список, необходимо давать в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.5 - 2008. (https://www.triumph.ru/bibliograficheskoe_opisanie.html?ysclid=ldc56ylo9i791844230)

Примеры библиографического описания:

Андронников, С.В. Современные музеи России: материалы всероссийской научно-практической конференции, Москва, 3-5 апреля 1997 года / под общей редакцией О. А. Антонова; Мин-во культуры Российской Федерации. - Москва: Успех, 1997. - С.183.

Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 1996. — № 1. — С. 24—25.

Воробьева, С.В. Основы управления образовательными системами / С.В. Воробьева. — М.: Академия, 2008. — 208 с.

Дрещинский, В.А. Методология научных исследований: учебник для вузов / В.А. Дрещинский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 274 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07187-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/514505> (дата обращения: 25.01.2023).

Касаткина, И.Н. Особенности гигиены детей дошкольного возраста: дис. ... канд. мед. наук: 14.00.06 / Ирина Николаевна Касаткина. - Гомель, 2003. - 210 с.

Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года // Официальные документы в образовании. — 2002. — № 4. — С. 3—31.

Культура речи. Научная речь: учебное пособие для вузов / В.В. Химик [и др.]; под редакцией В.В. Химики, Л.Б. Волковой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 270 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06603-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/512907> (дата обращения: 25.01.2023).

Мокий, В.С. Методология научных исследований. Трансдисциплинарные подходы и методы: учебное пособие для вузов / В.С. Мокий, Т.А. Лукьянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 229 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13916-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/515431> (дата обращения: 25.01.2023).

Муравьев, Р. В. Романсы / исполн. А. Муравьев. - Москва: Музиздат, 2003. - 1 CD DA (1 ч 10 мин). - Формат записи MP3. - Музыка (исполнительская): аудио.

Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области

физической культуры и спорта: учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-53407632-5. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/514551>.

Окунева, Т. М. Психологические особенности детей с разными типами отклоняющегося поведения: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.16 / Окунева Татьяна Максимовна. - Екатеринбург, 2011. - 59 с.

Особенности физического воспитания студентов специальных медицинских групп с использованием унифицированных тренировочных комплексов / С.С. Аганов, С.А. Барченко, А.Э. Болотин [и др.]; под науч. ред. А.В. Зюкина, А.Э. Болотина, А.М. Фокина, М.В. Габова [и др.]. - Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2021. - 124 с.: ил. - Режим доступа: по подписке. - URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691739>. - Библиогр.: с. 96-111. - ISBN 978-5-8064-3055-8. - Текст: электронный.

Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов / В.Н. Платонов. - Москва: Спорт, 2022. - 656 с.: ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695541>. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-907225-93-0. - Текст: электронный.

Усиков, Г. П. Особенности спортивной подготовки легкоатлетов с нарушениями опорно-двигательного аппарата: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.06 / Григорий Петрович Усиков. - Пенза, 2007. - 226 с.

Оценка курсовой работы

Заведующий кафедрой на основании представления научного руководителя о готовности курсовой работы принимает решение о допуске студента к защите, делая соответствующую запись на титульном листе курсовой работы.

Защита курсовой работы проводится на заседании кафедры теоретических и медико-биологических основ физической культуры и спортивных игр по расписанию промежуточной аттестации. К защите студент представляет текст курсовой работы, доклад, презентацию.

Студент выступает с докладом по теме своего исследования перед членами кафедры. После окончания доклада члены кафедры задают студенту вопросы, которые касаются содержания исследования, высказывают критические замечания, отмечают достоинства и недостатки работы, представления доклада, иллюстративного материала. По итогам защиты выставляется оценка.

Критерии оценки курсовой работы:

- степень усвоения студентом понятий и категорий по теме исследования;
- умение работать с документальными и литературными источниками;
- умение формулировать основные выводы по результатам анализа конкретного материала;
- грамотность и стиль изложения;
- самостоятельность работы, оригинальность в осмыслении материала;

- правильность и аккуратность оформления;
- соответствие оформления курсовой работы установленным требованиям.

При оценке письменных курсовых работ преподаватель обращает внимание на следующие распространенные ошибки в работах студентов:

- отсутствие четкости в определении основного содержания курсовой работы, убедительных доказательств, обоснований, выводов и рекомендаций;
- нарушение последовательности изложения, частые повторения, нечеткие формулировки, оговорки, грамматические ошибки;
- излагаемые по тексту примеры не подкреплены смысловым содержанием, размышлениями автора;
- курсовая работа представляет собой пересказ литературных источников, набор цитат, фраз.

Первое и самое главное, с чего обычно начинается подготовка соискателя к защите своей курсовой работы - это его работа над выступлением по результатам исследования в форме доклада, призванного раскрыть существо, теоретическое и практическое значение результатов проведенной работы. В структурном отношении доклад можно разделить на три части, состоящие из рубрик, каждая из которых представляет собой самостоятельный смысловой блок, хотя в целом они логически взаимосвязаны и представляют единство, которое совокупно характеризует содержание проведенного исследования.

Первая часть доклада в основных моментах повторяет введение курсовой работы. Рубрики этой части соответствуют тем смысловым аспектам, применительно к которым характеризуется актуальность выбранной темы, дается описание научной проблемы, формулировка цели курсовой работы, указываются методы, при помощи которых получен фактический материал работы.

После первой вводной части следует вторая, самая большая по объему часть, которая в последовательности, установленной логикой проведенного исследования, характеризует каждую главу курсовой работы. При этом особое внимание обращается на выполнение поставленных задач и итоговые результаты. Заканчивается доклад частью, которая строится по тексту заключения курсовой работы. Здесь целесообразно перечислить общие выводы из ее текста (не повторяя более частные обобщения, сделанные при характеристике глав основной части) и собрать воедино основные рекомендации. К тексту доклада может быть подготовлен иллюстративный материал (схемы, таблицы, графики, диаграммы и т. п.), который необходим для обоснования сделанных выводов и предложенных рекомендаций.

Когда текст выступления на защите курсовой работы составлен, целесообразно подготовить презентацию своего доклада. Особое внимание следует обратить на аналитические таблицы, графики и схемы, содержащие в наглядной и концентрированной форме наиболее значимые результаты проделанной студентом работы.

На защите курсовых работ слово для сообщения основных результатов научного исследования предоставляется студенту. Свое выступление он строит на основе чтения или пересказа заранее подготовленных тезисов доклада,

призванного показать его высокий уровень теоретической подготовки, эрудицию и способность доступно изложить основные научные результаты проведенного исследования. Знакомя членов комиссии и всех присутствующих в аудитории с текстом своего доклада, студент должен сосредоточить основное внимание на главных итогах проведенного исследования, на новых теоретических и прикладных положениях, которые им лично разработаны. При необходимости следует делать ссылки на дополнительно подготовленные таблицы, схемы и графики. Необходимо также использование специально подготовленных слайдов, плакатов и т. п.

Поскольку не только содержание текста доклада, но и характер выступления выпускника, уверенность его ответов на задаваемые вопросы в значительной мере определяют оценку защиты, имеет смысл сообщить некоторые правила публичного выступления. Особенно важно, чтобы речь выпускника была ясной, грамматически точной, уверенной, что делает ее понятной и убедительной. Студент должен поставить себе задачу сделать доклад строго научным, хорошо аргументированным по содержанию. Речь студента должна быть не только ясной и уверенной, но и выразительной, что зависит от темпа, громкости и интонации. Если он говорит торопливо, проглатывая окончания слов, или очень тихо и невнятно, то качество выступления от этого резко снижается.

После выступления члены комиссии и лица, приглашенные на защиту, в устной форме могут задавать любые вопросы по проблемам, затронутым в курсовой работе, методам исследования, уточнять результаты и т.п. Отвечать на вопросы необходимо кратко, акцентируя внимание присутствующих на сущности исследуемых проблем. Решение об оценке принимается простым большинством голосов.

Критерии оценки курсовой работы

Курсовая работа студента оценивается как «зачет с оценкой» по следующей системе оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценки при защите курсовой работы

Оценка по номинальной шкале	Описание уровней результатов обучения
Отлично (86-100 баллов)	<ul style="list-style-type: none"> - обоснована актуальность темы с учетом развития науки и (или) практики; - качественно и в полном объеме проведена оценка степени разработанности темы в специальной литературе; - поставленные цель и задачи реализованы в полном объеме; - наличие собственных выводов по главам; - эрудиция, использование междисциплинарных связей;

	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдены все требования к структуре работы (с учетом изложенных в методических указаниях); - наличие информационной культуры (корректное цитирование опубликованных документов и электронных ресурсов, оформление списка использованной литературы сделано с учетом требований ГОСТ «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления»); - высокая степень оригинальности текста; - высокое качество оформления работы с учетом всех требований, изложенных в методических указаниях; - курсовая работа сдана в установленный срок; - на защите курсовой работы выступление полностью соответствовало всем требованиям, изложенным в методических указаниях, были даны аргументированные ответы на все поставленные вопросы; - использованы информационные технологии (PowerPoint); - отсутствуют ошибки в представляемой информации
Хорошо (71-85 баллов)	<ul style="list-style-type: none"> - обоснована актуальность темы; - степень разработанности темы в специальной литературе оценена недостаточно полно и качественно; - поставленные задачи реализованы не в полном объеме; - не в полном объеме раскрыты отдельные аспекты темы; - выводы по главам недостаточно содержательны; - требования к структуре работы в целом соблюдены (с учетом изложенных в методических указаниях); - информационная культура: список использованной литературы оформлен с учетом требований ГОСТ «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления» (не все источники процитированы корректно, есть незначительные погрешности в библиографическом описании документов); - степень оригинальности текста соответствует минимально допустимому уровню; - качество оформления работы с учетом требований, изложенных в методических указаниях, имеет отдельные недостатки; - курсовая работа сдана с нарушением установленного срока; - на защите курсовой работы выступление в целом соответствовало всем требованиям, изложенным в методических указаниях, были даны ответы на все поставленные вопросы; - использованы информационные технологии (PowerPoint); - были допущены незначительные ошибки в представляемой информации
Удовлетворительно (50-70 баллов)	<ul style="list-style-type: none"> - в обосновании актуальности темы учтены не все аспекты; - отсутствует оценка степени разработанности темы в специальной литературе, использованные источники только перечислены; - поставленные задачи реализованы не в полном объеме; - не раскрыты отдельные аспекты темы; - полученные результаты не получили обоснования; - отсутствуют собственные выводы по главам; - не в полной мере соблюдены требования к структуре работы (с учетом изложенных в методических указаниях); - информационная культура. Не соблюдены требования ГОСТ «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления» (некорректное использование источников, список использованной литературы содержит ошибки в библиографическом описании документов и расположении записей); - степень оригинальности текста соответствует минимально допустимому уровню; - качество оформления работы с учетом требований, изложенных в методических указаниях, имеет существенные недостатки;

	<ul style="list-style-type: none"> - курсовая работа сдана с большим нарушением установленного срока; - на защите курсовой работы выступление не соответствовало требованиям, изложенным в методических указаниях. Ответы на вопросы вызвали затруднения, они были даны только после наводящих вопросов со стороны членов комиссии; - использованы информационные технологии (PowerPoint); - были допущены незначительные ошибки в представляемой информации.
Неудовлетворительно (0-49 баллов)	Качество и оформление курсовой работы не соответствует требованиям методических указаний по курсовой работе

Хранение курсовой работы

Документовед кафедры, получив документы по курсовой работе, регистрирует их в журнале регистрации курсовых работ.

Курсовые работы после защиты хранятся в Университете (на кафедре) в течение пяти лет.

По истечении указанного срока курсовые работы передаются по акту приёма-передачи в архив Университета для списания и уничтожения работ.