

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Филиал Федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«Российский Государственный университет физической культуры, спорта,
молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» в г. Иркутске

(Иркутский филиал РГУФКСМиТ)

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Методические указания для студентов, обучающихся по направлениям
подготовки 49.03.01 Физическая культура
и 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)

Иркутск, 2017

УДК 796.011

ББК 74.48

Т 66

Печатается по решению научно-методического совета Филиала Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» в г. Иркутске

Рецензент: Садовникова А.М., канд. биол. наук, доцент

Составители: Н. Г. Богданович, Е.В. Воробьева

Т 66 Требования к выполнению курсовой работы: Методические указания для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / сост. Н.Г. Богданович, Е.В. Воробьева. – Иркутск, 2018. – 39 с.

Методические указания разработаны с учетом ФГОС ВО по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) и 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Данные указания могут быть использованы в качестве руководства при выполнении курсовых работ. Методические указания определяют правила по организации выполнения курсовой работы, требования к ее структуре, содержанию и оформлению, порядок представления и защиты. Предназначены для студентов очной и заочной форм обучения, обучающихся в Иркутском филиале РГУФКСМиТ, а также для научных руководителей.

УДК 796.011

ББК 74.48

Н.Г. Богданович, Е.В. Воробьева, составление 2018

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Общие положения	4
2. Содержание и структура курсовой работы	7
3. Требования к оформлению курсовой работы	8
4. Общие положения по защите курсовой работы	11
Список литературы.....	15
Приложение 1. Примерные темы для курсовых работ.....	17
Приложение 2. Заявление студента о выборе темы курсовой работы.....	23
Приложение 3. Форма титульного листа и описание содержания курсовой работы.....	24

1. Общие положения

Курсовая работа является самостоятельной научно-исследовательской работой студента, выполненной под руководством научного руководителя – преподавателя Иркутского филиала РГУФКСМиТ.

Курсовая работа – это законченное самостоятельное исследование, в котором содержится обоснованное решение практической задачи, вытекающее из сформулированной цели, анализа выбранного объекта, предмета, выдвинутой гипотезы, поставленных задач исследования.

Целью выполнения курсовой работы является углубление и закрепление теоретических знаний, умений и навыков проведения научных исследований в различных областях профессиональной деятельности сферы физической культуры и спорта, оформления и защиты результатов исследований, развития навыков применения имеющихся знаний для решения практических и прикладных задач в сфере физической культуры и спорта.

Кроме того, курсовая работа способствует подготовке обучающегося к выполнению выпускной квалификационной работы. Поэтому структура и содержание разделов курсовой работы, оформление курсовой работы соответствует требованиям к выпускной квалификационной работе.

В процессе подготовки курсовой работы обучающемуся следует:

- изучить отечественную и зарубежную научную литературу и аналитические материалы по теме исследования, имеющиеся статистические данные;
- определить актуальность темы исследования, степень ее разработки в научной литературе, описать цель, объект, предмет, гипотезу и задачи исследования;
- провести анализ основных научно-теоретических концепций по изучаемой проблеме;
- раскрыть проблематику исследования в соответствии с объектом,

предметом, поставленными целью и задачами;

- раскрыть возможности применения полученных данных к решению практических задач в сфере физической культуры и спорта;

- сформулировать выводы и практические рекомендации.

Курсовая работа выполняется в сроки, предусмотренные соответствующим учебным планом.

Особенностью курсовых работ является следующее: - рекомендуемое использование не только российских, но и зарубежных источников по теме исследования (печатных и размещенных в сети Интернет);

- проведение анализа российских и зарубежных статистических данных, эмпирических исследований (в зависимости от темы исследования);

- разработка, доказательство и научное обоснование авторских выводов, рекомендаций, предложений;

- описание возможности использования результатов исследования в профессиональной сфере;

- подготовка доклада по результатам курсовой работы.

Выбор темы исследования. Списки тем курсовых работ формируются и утверждаются на кафедрах Иркутского филиала РГУФКСМиТ. Студент может согласовать с научным руководителем другую тему курсовой работы, обосновав свой выбор. Примерный перечень тем для выполнения курсовой работы приведен в **приложении 1** данных методических указаний.

Выбор темы исследования является основанием для назначения научного руководителя из профессорско-преподавательского состава кафедр, принимая во внимание его специализацию, уровень текущей нагрузки. Научные руководители утверждаются на заседании кафедры. Для закрепления темы курсовой работы и научного руководителя студенту необходимо написать заявление, образец которого приведен в **приложении 2**.

Кафедра обязана:

- проводить научно-методические семинары по подготовке студентов к научно-исследовательской работе (написанию аналитических материалов, научных статей, тезисов, рефератов, курсовых работ, выпускных квалификационных работ и др.);

- учитывать интересы студентов при выборе тем научно-исследовательских работ;

- обеспечивать студентам возможность публикации наиболее значимых результатов научно-исследовательских работ, в том числе и курсовых работ.

Актуальность, научная и практическая значимость научно-исследовательской работы студентов определяется на заседании кафедр.

Обучающийся обязан в процессе написания курсовой работы:

- консультироваться с научным руководителем по срокам выполнения работы, плану, структуре, методам исследования;

- провести критический анализ российских и зарубежных источников (научных, статистических и др.) по проблеме исследования;

- провести научное исследование и изложить его результаты в соответствии с методикой подготовки курсовых работ;

- представить в установленные сроки курсовую работу в печатном и электронном варианте;

- подготовить презентационную версию исследования;

- подготовить доклад по результатам курсовой работы.

Научный руководитель обязан:

- совместно со студентом составить план работы;

- объяснить студенту методику подготовки курсовой работы;

- консультировать студента по выбору научной литературы, по анализу статистических материалов и аналитических исследований;

- периодически проверять процесс выполнения курсовой работы, при необходимости - корректировать направление исследования;

- подготовить письменный отзыв на курсовую работу студента.

Курсовая работа допускается к защите после положительного отзыва научного руководителя, с рекомендацией к защите. Отзыв должен быть представлен в печатном виде, научный руководитель вписывает вручную только дату отзыва, фразу «рекомендуется или не рекомендуется» к защите, свою подпись и ее расшифровку.

2. Содержание и структура курсовой работы

Структура курсовой работы полностью соответствует структуре выпускной квалификационной работы, и должна иметь: титульный лист, оглавление, введение, три главы (теоретическая и эмпирическая части работы), выводы, практические рекомендации, список литературы, приложения (при необходимости).

Структура курсовой работы должна соответствовать сформулированным целям и задачам исследования и способствовать раскрытию выбранной темы. Все части работы должны излагаться в строгой логической последовательности и взаимосвязи. Изложение в содержательной части работы должно быть строго объективным, целостным и непротиворечивым. Выводы и практические рекомендации должны быть обоснованы.

Титульный лист содержит информацию о теме работы, авторе, научном руководителе и кафедре, на которой выполняется работа. Научный руководитель НЕ ставит оценку на титульном листе. Оценка работы дается в отзыве.

В **оглавлении** работы перечисляются названия структурных частей работы, проставляются номера страниц, с которых начинаются разделы работы.

Образец оформления титульного листа, оглавления и описание требований к содержанию всех основных разделов курсовой работы представлено в **приложении 3**.

3. Требования к оформлению курсовой работы

Курсовая работа должна быть представлена в печатном виде.

Объем курсовой работы 35-40 листов (без приложений).

Текст печатается на бумаге со стандартным форматом листа А4 (210 X 297 мм) через 1,5 интервала с числом строк на странице, равным 30, и числом знаков в строке – 60-65.

Рекомендуемые размеры полей:

- ширина верхнего поля - 20 мм;
- ширина нижнего поля - 20 мм,
- ширина правого поля - 10 мм;
- ширина левого поля - 30 мм.

Отбивка заголовка делается через три интервала.

Текст печатается 14 шрифтом гарнитуры Times New Roman.

Каждая страница должна быть пронумерована. Первой считается титульный лист, второй — оглавление, но нумерация на них не ставится. Номера страниц указывают, начиная с Введения (как правило, с третьего листа). **Номера страниц указываются на середине нижней части листа без точек и литерных знаков.**

ОГЛАВЛЕНИЕ пишется ступенчатообразно. Левее располагаются названия глав, которые пишутся ПРОПИСНЫМИ буквами, и обозначаются арабскими цифрами, несколько правее — названия разделов и еще правее — подразделов (если таковые имеются). Названия разделов и подразделов пишутся строчными буквами.

Каждая глава, а также другие основные структурные части работы: (введение, главы, выводы, практические рекомендации, список литературы) начинаются с новой страницы.

Названия основных разделов пишутся ПРОПИСНЫМИ буквами полужирным шрифтом, а подразделов — строчными буквами полужирным

шрифтом.

Наименования глав, разделов, параграфов следует располагать по центру строки без точки в конце, без подчеркивания, отделяя от текста тремя межстрочными одинарными интервалами (или двумя полуторными). В заголовках и подзаголовках переносов не допускается.

Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступ — 5 печатных знаков (1 см).

Иллюстрации. Иллюстрированный материал следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые. На все иллюстрации должны быть ссылки в работе.

Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, документы, рисунки, снимки) должны быть пронумерованы и иметь названия под иллюстрацией. Нумерация иллюстраций должна быть сквозной по всему тексту работы.

Подпись к рисунку делается внизу в следующем порядке: сокращенное слово (Рис.), порядковый номер рисунка (без знака №), точка, название рисунка с заглавной буквы, в конце названия точка не ставится.

Располагать иллюстрации в работе необходимо непосредственно после ссылки в тексте, например (рис. 11), в которой данная иллюстрация упоминается впервые, или на следующей странице, если в указанном месте рисунок не помещается.

Таблицы в курсовой работе располагаются непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице. На все таблицы должны быть ссылки в тексте. Нумерация таблиц должна быть сквозной по всему тексту работы.

При этом обязательно делается форматированная по правому краю надпись «Таблица» и указывается ее порядковый номер (без знака №), а на следующей строке по центру строчными буквами (размер шрифта — 14, шрифт полужирный) — заголовок, кратко выражающий содержание приводимого

материала; еще ниже — сама таблица. Точка в конце заголовка не ставится.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другую страницу. При переносе части таблицы на другую страницу слово «Таблица» и номер ее указывают один раз справа над первой частью таблицы, над другими частями пишут слово «Продолжение», форматизируемое по правому краю и указывают порядковую цифру таблицы, например: «Продолжение таблицы 1». При переносе таблицы на другую страницу заголовки помещают только над ее первой частью. Необходимо указывать при переносе номера столбцов таблицы.

В таблицах допускается применение 12 размера шрифта.

Формулы приводятся сначала в буквенном выражении, затем дается расшифровка входящих в них индексов, величин, в той последовательности, в которой они даны в формуле. Уравнения и формулы следует выделять из текста в отдельную строку. Уравнения и формулы нумеруются в круглых скобках справа от формулы. Нумерация уравнений и формул должна быть сквозной по всему тексту курсовой работы.

При ссылках на структурную часть текста выполняемой работы указываются номера глав, параграфов, пунктов, подпунктов, перечислений, графического материала, формул, таблиц, приложений, а также графы и строки таблицы данной работы. При ссылках следует писать: «... в соответствии с главой 2», « ... в соответствии с рисунком 2», «(Рис. 2)», «в соответствии с таблицей 1», «(таблица 4)», «... в соответствии с приложением 1» и т. п.

Цитирование. Цитирование должно производиться точно, с соблюдением всех особенностей подлинника, вплоть до знаков препинания. В тексте цитата заключается в кавычки и сопровождается ссылкой на источник, с указанием его порядкового номера в библиографическом списке, в квадратных скобках после цитаты. В необходимых случаях в скобках указываются страницы.

Все цитаты, фактические данные, приводимые в работе, должны быть снабжены ссылками на используемые источники, например, [2, стр. 10 – 12], где первое число обозначает номер источника из списка литературы.

Использование источников из сети Интернет также должно сопровождаться соответствующими ссылками.

Сокращения. Допускаются следующие сокращения слов: «т.е.», «и т.д.», «и т.п.», « и др.», «и пр.». Недопустимо сокращать слова: «так как», «так называемый», «таким образом», «потому что», «так что», и т.д. Нельзя сокращать слова путем произвольного слияния слов. Например: специальная подготовка – спец. подготовка. Если в тексте работы употребляются сокращенные понятия (например: ПСМ, ЧСС, ОФП и др.), то при первоначальном употреблении подобного термина пишется полное его название, а в скобках – сокращение. Например: частота сердечных сокращений (ЧСС). В последующем тексте можно пользоваться сокращенным названием.

Список литературы. Библиографический аппарат курсовой работы представляется библиографическим списком (списком литературы) и библиографическими ссылками, оформленными в соответствии с требованиями ГОСТа 7.1 – 2003.

Приложение оформляется как продолжение работы. Каждое приложение начинается с новой страницы и имеет заголовок с указанием в верхнем правом углу слова «Приложение» и его обозначение (арабскими цифрами), например: Приложение 1.

4. Общие положения по защите курсовой работы

Защита курсовой работы – это определение уровня теоретических знаний и практических навыков обучающихся. На защите обучающийся кратко излагает основные результаты, полученные в ходе исследования, дает исчерпывающие ответы на замечания научного руководителя и вопросы членов комиссии.

На защите обучающийся должен:

- свободно ориентироваться в представляемой работе;

- знать научные источники и источники количественных показателей;
- понимать сущность применяемой методики, её недостатки и достоинства;
- уметь обосновать собственные выводы и результаты;
- уметь отвечать на вопросы членов комиссии.

Защита курсовой работы проводится открыто. Итоговые оценки члены комиссии объявляют после защиты всех работ в группе. Итоговая оценка за курсовую работу выставляется по результатам защиты с учетом отзыва научного руководителя, соответствия курсовой работы предъявляемым требованиям к содержанию и оформлению курсовой работы, качества ответов на вопросы членов комиссии. Оценка за курсовую работу выставляется отдельной строкой в зачетную книжку студента и ведомость.

Представляемый к защите доклад по результатам курсовой работы содержит: титульный лист, основную часть (актуальность работы, цель, объект, предмет, гипотеза, задачи исследования, методы и база исследования, основные выводы по результатам проведенного исследования и практические рекомендации). Объем доклада 4-6 листов.

Оценка курсовой работы.

Оценка «ОТЛИЧНО» выставляется в том случае, если:

- содержание работы соответствует направлению подготовки и теме работы;
- работа актуальна, выполнена самостоятельно, имеет творческий характер, отличается определенной новизной;
- проведен обстоятельный анализ степени теоретического исследования проблемы, различных подходов к ее решению;
- показано знание информационной (при необходимости – нормативной) базы, использованы актуальные данные;
- проблема раскрыта глубоко и всесторонне, материал изложен логично;
- теоретические положения органично сопряжены с практикой;
- даны практические рекомендации, вытекающие из анализа проблемы;

- проведен количественный анализ проблемы, который подтверждает выводы автора, иллюстрирует актуальную ситуацию, приведены таблицы сравнений, графики, диаграммы, формулы, показывающие умение автора анализировать и формализовать результаты исследования;

- широко представлена библиография по теме работы, в том числе и зарубежные источники;

- приложения к работе иллюстрируют достижения автора и подкрепляют его выводы;

- по содержанию и форме работы полностью соответствует всем предъявленным требованиям к данному виду работ.

Оценка «ХОРОШО»:

- тема соответствует направлению подготовки;

- содержание работы в целом соответствует теме работы;

- работа актуальна, написана самостоятельно;

- дан анализ степени теоретического исследования проблемы;

- основные положения работы раскрыты на достаточном теоретическом и методологическом уровне;

- теоретические положения сопряжены с практикой;

- представлены количественные показатели, характеризующие проблемную ситуацию;

- практические рекомендации обоснованы;

- приложения грамотно составлены и прослеживается связь с положениями курсовой работы;

- составлен список использованной литературы по теме работы.

- имеются отдельные несоответствия требованиям к курсовой работе и неточности в оформлении работы.

Оценка «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»:

- работа соответствует направлению подготовки;

- имеет место определенное несоответствие содержания работы заявленной теме;

- исследуемая проблема в основном раскрыта, но не отличается новизной, теоретической глубиной и аргументированностью;

- нарушена логика изложения материала, задачи решены не полностью;

- в работе не полностью использованы необходимые для раскрытия темы научная литература, информационные базы данных, а также материалы исследований;

- теоретические положения слабо связаны с практикой, практические рекомендации носят формальный бездоказательный характер;

- содержание приложений не отражает решения поставленных задач;

- имеются многочисленные неточности в оформлении работы.

Оценка «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»:

- тема работы не соответствует направлению подготовки

- содержание работы не соответствует теме;

- работа содержит существенные теоретико-методологические ошибки и поверхностную аргументацию основных положений;

- практические рекомендации отсутствуют, либо четко не сформулированы;

- курсовая работа носит компилятивный характер, имеет объем заимствования более 30%; допустимых в РГУФКСМиТ для данного вида работ.

Список литературы

Использованная и рекомендуемая литература для выполнения курсовой работы

1. Астанина, С.Ю. Научно-исследовательская работа студентов (современные требования, проблемы и их решения) [Электронный ресурс]: монография/ С.Ю. Астанина, Н.В. Шестак, Е.В. Чмыхова. — Электрон. текстовые данные. — М.: Современная гуманитарная академия, 2012. — 156 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16934>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
2. Ахмедова, Т.И. Организация учебной деятельности студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Т.И. Ахмедова, Е.Э. Грибанская, В.Н. Еремин, А.А. Ефименко. — Электрон. текстовые данные. — М.: Российская академия правосудия, 2011. — 312 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/5776>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Библиографическое оформление рефератов, курсовых, дипломных работ, диссертаций: метод. реком. / Бурят. гос. ун-т; сост. Г.А. Светличных. – 4-е изд. перераб. и доп. – Улан-Удэ, 2010. – 48 с.
4. Евдокимов, В.И. Методология и методика проведения научной работы по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]: научное издание/ Евдокимов В.И., Чурганов О.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2010.— 246 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16820>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
5. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Академия, 2005. – 264 с. Режим доступа: <http://www.fizruk.net/61-zheleznyak-yu-d-petrov-p-k-osnovy-nauchno-metodicheskoy-deyatelnosti-v-fizicheskoy-kulture-i-sporte.html>
6. Кузнецов, И.Н. Рефераты, курсовые и дипломные работы [Электронный ресурс]: учебное пособие/ И.Н. Кузнецов. — Электрон. текстовые данные.— М.: Дашков и К, 2012. — 340 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/10962>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
7. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ В.Г. Никитушкин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013.— 280 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16824>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю
8. Попов Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте: учебник для студ. учреждений высш. образования / Г.И. Попов. — М. : Издательский центр «Академия», 2015. — 192 с.
9. Семенов, Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.А. Семенов. — Электрон. текстовые данные.— М.: Советский

спорт, 2011.— 200 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16818>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

10. Требования к выполнению выпускной квалификационной работы: Методические указания для студентов, обучающихся по направлениям подготовки 49.03.01 Физическая культура, 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / сост. Н.Г. Богданович, Е.В. Воробьева. – Иркутск, 2017. – 35 с.

11. Шапкова, Л.В. Методика написания контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ по адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Л.В. Шапкова. — СПб.: ИСПиП, 2006. - 52 с.

12. Шестак, Н.В. Научно-исследовательская деятельность в вузе (Основные понятия, этапы, требования) [Электронный ресурс]: научное издание/ Н.В. Шестак, Е. В. Чмыхова. — Электрон. текстовые данные.— М.: Современная гуманитарная академия, 2007. — 179 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16935>. — ЭБС «IPRbooks», по паролю

13. Шкляр, М.Ф. Основы научных исследований [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шкляр М.Ф.— Электрон. текстовые данные.— М.: Дашков и К, 2012.— 244 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/10946>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Примерные темы для курсовых работ

(Источник: Дипломные работы: учебно-методическое пособие по подготовке, оформлению и защите выпускных квалификационных работ / отв. ред. С.А. Чайников. – Мурманск: МГГУ, 2011. – 102 с.)

1. Модульная технология применения физических упражнений при профилактике остеохондроза позвоночника (на примере различных возрастных групп).
2. Профилактика нарушения репродуктивного здоровья студенток средствами физической культуры.
3. Реализация профильного подхода в процессе физического воспитания учащихся.
4. Особенности методики и организации занятий атлетической гимнастикой с учетом типа телосложения у мужчин.
5. Особенности методики и организации занятий атлетической гимнастикой женщин среднего возраста на основе кинезиологического подхода.
6. Физическая подготовка женщин средствами оздоровительного плавания в дородовом периоде.
7. Здоровьесберегающая технология физического воспитания студентов на основе использования средств ... (вид спорта).
8. Формирование здорового стиля жизни в процессе физического воспитания (на примере различных возрастных групп).
9. Образ жизни современных школьников и его влияние на здоровье и качество жизни.
10. Использование практических методов обучения на уроках физической культуры.
11. Теоретико-практические аспекты обучения двигательным действиям и развития физических качеств у школьников.
12. Использование технических средств на различных этапах обучения двигательному действию.
13. Дифференцированный подход к учащимся в процессе обучения двигательным действиям и развития физических качеств.
14. Взаимосвязь развития физических качеств и формирования двигательных навыков в процессе физического воспитания (на примере различных возрастных групп).
15. Интегральный подход в методике совершенствования двигательных навыков и развития физических качеств.
16. Особенности построения уроков физической культуры с различной направленностью учебного материала.

17. Домашние задания по физической культуре для школьников(1-4, 5-9, 10-11 классы).
18. Самоконтроль учащихся общеобразовательной школы при занятиях физическими упражнениями.
19. Формирование у школьников интереса к различным видам физкультурно-спортивных занятий.
20. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой на основе кинезиологического подхода.
21. Профессиональное физкультурное образование на довузовском этапе подготовки учителя физической культуры (профильные классы, лицей).
22. Формирование профессионализма специалиста по физической культуре на основе акмеологического подхода.
23. Подготовка педагога по физической культуре в педагогическом комплексе «колледж-университет».
24. Формирование профессионально значимых умений у студентов факультета физической культуры в ходе прохождения педагогической практики.
25. Соревновательная деятельность спортсменов (игровые виды спорта) на современном этапе развития игры.
26. Совершенствование стрелковой подготовки биатлонистов с использованием стрелкового компьютерного тренажера «Скат».
27. Обоснование подготовки спортсменок в фитнес-аэробике с использованием тренажеров и биокорректоров.
28. Построение тренировки в годичном цикле (на примере вида спорта).
29. Многолетний характер подготовки спортсменов (на примере вида спорта).
30. Методика спортивной ориентации и отбора в различных видах спорта.
31. Соотношение средств и методов спортивной тренировки в годичном цикле (на примере вида спорта).
32. Объем тренировочной нагрузки в микро- (мезо)циклах при занятиях с юными спортсменами (вид спорта).
33. Спорт высших достижений (олимпийский и профессиональный спорт).
34. Совершенствование техникой (физической) подготовленности спортсменов с использованием современного инвентаря и оборудования (в условиях фитнес-центра).
35. Модельные характеристики спортсменов различных возрастных групп (на примере вида спорта).
36. Комплексная система релаксационной подготовки спортсменов.
37. Сравнительный анализ эффективности тренировочного процесса различной направленности в повышении функциональных резервов женского (мужского) организма.

38. Дифференцирование методики восстановления работоспособности травмированных спортсменов на этапе спортивной реабилитации.
39. Профилактика травматизма на уроках физической культуры в различных возрастных группах.
40. Двигательная активность как средство формирования здоровья школьников.
41. Воспитание правильной осанки школьников в процессе занятий физическими упражнениями.
42. Оздоровительная физическая культура для школьников с легкой степенью близорукости.
43. Оздоровительная физическая культура для учащихся с нарушениями осанки (сколиоз 1-й степени, лордоз).
44. Оздоровительная физическая культура для учащихся с функциональными нарушениями сердечно-сосудистой системы.
45. Оздоровительная физическая культура для учащихся с функциональными нарушениями нервной системы.
46. Оздоровительная физическая культура для учащихся с функциональными нарушениями органов дыхания.
47. Особенности методики оздоровительной физической культуры для лиц пожилого возраста.
48. Оздоровительная физическая культура для учащихся с избыточной массой тела.
49. Особенности методики обучения плаванию глухих детей 6-7 лет.
50. Особенности методики повышения физической работоспособности школьников средствами физического воспитания.
51. Особенности методики закаливания детей в дошкольном образовательном учреждении.
52. Особенности методики и организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста.
53. Особенности методики физического воспитания учащихся подготовительной группы.
54. Формирование физических качеств школьников в процессе занятий физическими упражнениями (на примере конкретной возрастной группы).
55. Особенности методики преподавания новых физкультурно-спортивных видов на уроках физической культуры.
56. Нагрузочные режимы в туристских походах со школьниками.
57. Условия эффективного использования программы рекреационного туризма для школьников в условиях Кольского Севера.
58. Влияние занятий спортивно-оздоровительным туризмом на результаты учебной деятельности школьников и на развитие их психических качеств.
59. Повышение уровня физической подготовленности средствами и методами туризма.

60. Особенности физической подготовки школьников, занимающихся туристским многоборьем в условиях Кольского Севера.
61. Организация туристско-краеведческой работы в школе.
62. Туризм как форма организации досуга учащихся.
63. Применение методов врачебно-педагогического контроля при проведении походов со школьниками.
64. Особенности организации и проведения лыжных (пеших, водных, велосипедных, горных) походов со школьниками в условиях Кольского Севера.
65. Воспитание локальной силы и выносливости мышц верхних конечностей у спортсменов (вид спорта).
66. Организация спортивно-патриотического воспитания школьников в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.
67. Повышение физической подготовленности девушек (возраст) на основе средств аквааэробики.
68. Контроль эффективности техники броска в прыжке баскетболисток (квалификация).
69. Игровая деятельность в двигательном режиме дня старших дошкольников как средство формирования физической культуры личности.
70. Комплексное применение восстановительных средств при подготовке (вид спорта) в условиях Северных регионов.
71. Использование средств восточной гимнастики при профилактике нарушений осанки у студенток педагогического вуза.
72. Обучение дошкольников 5-6 лет основам спортивных игр (на примере тенниса, бадминтона, баскетбола).
73. Экономичность как критерий технического мастерства (вид спорта).
74. Современные технологии подбора и подготовки лыж с учетом индивидуальных особенностей в технике выполнения способов передвижения на лыжах.
75. Инновационные направления совершенствования методики тренировки (вид спорта) на разных этапах многолетней подготовки.
76. Совершенствование способов оценки спортивной одаренности и перспективности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки.
77. Учет характера протекания биологического цикла в подготовке спортсменов.
78. Совершенствование технической подготовленности юных спортсменов (вид спорта) с учетом естественного возрастного развития двигательной функции.
79. Дифференцированный подход к обеспечению психологической подготовленности спортсменов к различным соревновательным дисциплинам.
80. Повышение психологической устойчивости спортсменов к неблагоприятным внешним условиям соревновательной деятельности.
81. Эффективные методики профилактики травм у спортсменов.

82. Контроль специальной подготовленности спортсменов-туристов высокой квалификации.

83. Изменения частоты сердечных сокращений у юных спортсменов (вид спорта) после выполнения мышечной нагрузки малой мощности.

84. Формирование техники спортсменов (вид спорта), играющих левой рукой.

85. Использование комплекса восстановительных средств для функционального состояния опорно-двигательного аппарата спортсменок в тренировочном мезоцикле (микроцикле).

86. Формирование групповой сплоченности в спортивных играх: (на примере: вид спорта).

87. Использование фтористых добавок в смазке гоночных лыж.

88. Психолого-педагогические аспекты процесса принятия решения спортсменом.

89. Особенности предсоревновательной подготовки в (вид спорта) на основе использования дозированных физических нагрузок.

90. Применение имитационных упражнений на уроках физической культуры в старших классах общеобразовательной школы.

91. Формирование готовности будущих учителей физической культуры к профессиональному самообразованию.

92. Совершенствование планов по физической культуре на основе исследования физического развития и физической подготовленности школьников.

93. Начальное обучение юных баскетболистов на базе скоростно-силовой подготовки.

94. Скоростно-силовая подготовка на ранних этапах многолетнего тренировочного процесса легкоатлетов-спринтеров.

95. Программирование тренировочного процесса квалифицированных лыжников-гонщиков на основе комплексного контроля.

96. Планирование тренировочных нагрузок пловцов различной квалификации на основе анализа здоровья и динамики результатов.

97. Содержание и организация физического воспитания педагогически запущенных подростков 15-16 лет в спортивных клубах по месту жительства.

98. Формирование техники ударов у (вид спорта) на основе их биомеханической структуры.

99. Повышение результативности прямого нападающего удара в волейболе (с использованием нестандартного оборудования).

100. Формирование спортивной мотивации у боксеров на этапе начальной подготовки.

101. Формирование готовности к выбору вида спортивной деятельности у детей.

102. Особенности начального обучения дзюдоисток технике борьбы.

103. Физическая подготовка учащихся старшего школьного возраста различных конституционных типов.

104. Становление физических качеств дошкольников в зависимости от их двигательной активности и соматотипа.

105. Построение тренировочных нагрузок бегунов на средние дистанции 13-15 лет с учётом их индивидуальных особенностей.

106. Особенности методики занятий атлетической гимнастикой с женщинами в зависимости от их психофизического развития.

107. Моделирование нагрузки соревновательных дистанций в учебно-тренировочном процессе конькобежцев с учетом их индивидуальных особенностей.

108. Психотехнические игры как средство физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

109. Нормирование тренировочных нагрузок в годичной подготовке высококвалифицированных пловцов.

110. Формирование пластической выразительности в художественной гимнастике.

111. Влияние различных групп гимнастических упражнений на организм детей 9 - 10 лет.

112. Физическая подготовка футболистов-вратарей в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.

113. Развитие двигательных способностей учащихся старших классов вспомогательных школ на уроках физической культуры спортивно-тренировочной направленности.

114. Динамика специальной работоспособности спортсменов высокой квалификации в соревновательном периоде и средства ее стабилизации.

115. Повышение вестибулярной устойчивости спортсменов на этапе спортивного совершенствования.

116. Оптимизация тренировочного процесса квалифицированных пловцов в условиях применения интервальной гипоксической тренировки.

117. Построение тренировочного процесса в пауэрлифтинге на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям.

118. Применение тренажерных устройств для повышения технической и специальной физической подготовленности спортсменов.

Приложение 2

Заявление студента о выборе темы курсовой работы

Заведующему кафедрой

(название кафедры)

(Ф.И.О.)

студента _____ группы _____ курса

_____ формы обучения

Иркутского филиала РГУФКСМиТ

(Ф.И.О. полностью)

ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу утвердить мне тему курсовой
работы: _____

И назначить научного руководителя.

(подпись)

« _____ » _____ 201__ г.

Визы:

Зав кафедрой

Научный руководитель

Форма титульного листа и описание содержания курсовой работы

Приложение 3 (продолжение)
Министерство спорта Российской Федерации

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА, МОЛОДЕЖИ И ТУРИЗМА
(ГЦОЛИФК)»**

Филиал Федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования
«РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА, МОЛОДЕЖИ И ТУРИЗМА (ГЦОЛИФК)»
в г. Иркутске

Кафедра (полное наименование кафедры)

КУРСОВАЯ РАБОТА

на тему:

«ТЕМА КУРСОВОЙ РАБОТЫ, УТВЕРЖДЕННАЯ ПРИКАЗОМ»

Направление подготовки (код) – «Название направления подготовки»

Исполнитель:
студент__ курса профиля
«Указать название профиля»
(очной/заочной) формы обучения
Фамилия Имя Отчество

Научный руководитель:
(указать должность по кафедре),
(указать ученую степень и ученое звание) Фамилия И.О.

Иркутск - 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Стр.

ВВЕДЕНИЕ.....

**Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ
СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ**.....

1.1.....

1.2.....

1.3.....

**Глава 2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ
ИССЛЕДОВАНИЯ**.....

2.1. Цель и задачи исследования.....

2.2. Методы исследования.....

2.3. Организация исследования.....

Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ...

3.1.....

3.2.....

3.3.....

ВЫВОДЫ

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ПРИЛОЖЕНИЯ

ВВЕДЕНИЕ

Введение предназначено для создания целостного представления о выполненной курсовой работе, в нем обозначается проблема исследования, указывается на степень ее изученности. Введение содержит следующие структурные части:

- актуальность темы исследования,
- цель,
- объект,
- предмет,
- гипотезу,
- задачи
- и перечень методов исследования.

Объем введения не должен быть более 2—3 страниц

Актуальность темы исследования.

Актуальность темы обосновывается с позиции общественных потребностей в решении избранной для исследования проблемы, тенденции развития науки, а также запросами практики.

Цель исследования:

Описание предполагаемой деятельности для достижения результата в процессе исследования (что предстоит?), которое должно быть обусловлено темой исследования (при формулировке цели следует использовать такие термины как «разработка», «апробация», «проверка», «создание», «формирование», «обоснование», «выявление», «характеристика» и т.д.)

Объект исследования:

Описание процесса или явления, порождающего проблемную ситуацию и избранного для изучения. Объектом в сфере физической культуры и спорта

могут быть: учебно-воспитательный процесс; учебно-организационный процесс; управленческий процесс; тренировочный процесс (Эти процессы могут быть в дошкольном учреждении, школе, ДЮСШ, ВУЗе, физкультурно-спортивной организации и т.д.) Объектом исследования также может быть система педагогических явлений, связанных с развитием индивида (воспитание, образование, развитие, формирование качеств, личности, коллектива и т.п.).

Предмет исследования:

Описание тех или иных сторон, свойств, характеристик объекта, которые исследуются. Предметом, например, могут выступать: формы и методы педагогической деятельности; прогнозирование, совершенствование и развитие учебно-воспитательного процесса или процесса управления общеобразовательной школы (тренировочного процесса, управления физкультурно-спортивной организацией и т.п.); пути, условия, факторы совершенствования обучения, воспитания, тренировки; особенности и тенденции развития спортивно-педагогической науки и практики и т.п.

Гипотеза исследования:

Гипотеза – научное предположение, требующее проверки на опыте и теоретического обоснования, подтверждения. Гипотеза заключается в выдвигании предположения и его экспериментальной проверке, которая или подтверждает гипотезу и она становится фактом, или опровергает.

Задачи исследования:

1.
2.
3.
4.

Задачи исследования — конкретизация действий для достижения поставленной цели исследования (что надо сделать?), направленная на выявление сущности, признаков, критериев изучаемого процесса, явления, его

характеристику, обоснование основных путей решения проблемы (например: «изучить...» «охарактеризовать», «выявить», «сравнить», «разработать», «обосновать», «определить» и т.п.). Таких задач может быть 2-4.

Традиционно задачи исследования в области физической культуры и спорта связывают:

- с изучением современного состояния исследуемой проблемы (первая глава ВКР);

- с разработкой экспериментальной методике обучения или тренировки (вторая глава);

- с выявлением эффективности применения ее на практике (третья глава ВКР).

Методы исследования:

- анализ литературы;
-
-
-
- методы математико-статистической обработки данных (с указанием

названий использованных методов);

Используемые методы: анализ научно-методической литературы, наблюдение, эксперимент, тестирование, опрос (анкетирование, интервью, беседа), анализ продуктов деятельности и др.

Также во введении должна быть указана **база** исследования, **количество и возраст участников исследования** (испытуемых), **практическая значимость** работы и **структура** работы.

Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ

Первая глава посвящена теоретическому анализу проблемы в научно-методической литературе. В данной главе раскрывается содержание изучаемой проблемы с позиции науки и теории, обозначаются вклад различных ученых в разработку проблемы исследования и возможные пути ее решения, проводится сравнительный анализ разных точек зрения на проблему. Выделяются малоизученные и неизученные вопросы, показываются возможные пути решения проблемы. В содержании данной главы должны найти отражение собственный взгляд студента на рассматриваемую проблему, умение формулировать предложения по возможному решению проблемы, навыки работы с литературными источниками.

На усмотрение автора в первой главе должны быть разработаны отдельные тематические части, выделены параграфы, в которых анализируется отдельная сторона проблемы. При этом каждый параграф должен содержать резюме и логичный переход к следующей части. При цитировании или заимствовании информации из литературы указываются ссылки на нее, которые обозначаются номером источника по алфавиту с указанием страницы. *Пример ссылки на цитату из литературного источника: «...» [4, с. 52].*

Если данная позиция указывалась несколькими авторами, делается множественная ссылка на литературу, где источники перечисляются в порядке возрастания их номеров. *Пример ссылки на группу литературных источников: [4, 5, 8, 12].*

Общие требования к содержанию первой главы следующие: точность, объективность и оригинальность в передаче информации из литературного источника, основной мысли автора; полнота раскрытия темы исследования;

доступность и ясность изложения; возможность составить представление о мнении автора источника по рассматриваемой теме, а также о мнении студента по этому же вопросу. При написании первой главы следует отдавать предпочтение содержанию, полноте и логичности изложения анализируемого материала, а не его объему. При написании данной главы студенту следует стремиться к избеганию прямого заимствования информации.

На основе аналитического обзора литературы необходимо выявить имеющиеся противоречия разных авторов, определить малоизученные стороны интересующей проблемы. С учетом этого по итогам первой главы должно быть логически построено резюме, в котором находят свое отражение спорные или неясные стороны изучаемой проблемы, на основании чего разрабатывается рабочая гипотеза. В теоретических работах этот раздел отражает суть исследования. Резюме, таким образом, объясняет, почему автор избрал именно эту тему исследования, и логично увязывает первую главу с последующими, в которых приводятся результаты собственного исследования.

Обзор литературы должен включать материалы не менее 30 источников, в зависимости от темы курсовой работы. При подготовке аналитического обзора литературы автору следует стремиться к тому, чтобы среди литературных источников было не менее 20% статей, опубликованных за последние 3-5 лет в академических журналах, в том числе зарубежных.

Объем данной главы курсовой работы – не более 15 – 20 страниц.

Глава 2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Объем данной главы - 3 - 5 страниц. В данной главе приводятся цель (которая как можно точнее выражает конечный результат, к которому стремится исследователь) и задачи исследования, дается описание методов, использованных в экспериментальной (или эмпирической) части. При использовании известных методик при их описании необходимо делать ссылки на источник, из которого была взята данная методика. При разработке собственных методик, например, составлении анкет, планов беседы или протоколов наблюдения, необходимо описать обоснование для их разработки, а их образцы привести в разделе ПРИЛОЖЕНИЕ.

В главе также описываются организация исследования и условия проведения экспериментальных (или эмпирических исследований) - где проводились, с каким контингентом, в каких условиях, когда и как осуществлялись измерения и т.п.

Ниже приводится описание содержание параграфов данной главы.

2.1. Цель и задачи исследования

В данном параграфе приводятся сформулированные во введении цель и задачи исследования.

2.2. Методы исследования

В параграфе «Методы исследования» перечисляются и раскрываются используемые методы исследования. При составлении собственных анкет,

планов беседы или протоколов наблюдения, их образцы с обоснованием заданий приводятся в приложении. При использовании уже известных методик указывается ссылка на источник, из которого был взят тест, и приводится краткое описание методики.

2.3. Организация исследования

В параграфе «Организация исследования» раскрываются особенности выбранного контингента испытуемых: их количество, состав по возрасту, полу, квалификации и т.д., указывается место исследования (база исследования) и этапность написания работы.

Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Объем данной главы курсовой работы – 15-20 страниц.

В главе излагается фактический материал исследования, представляются данные, полученные в ходе эксперимента (или эмпирического исследования), их анализ и тщательное обсуждение в соответствии с поставленными задачами, с приведением таблиц, диаграмм, графиков.

В третьей главе приводится описание экспериментальной методики (если это требовалось целью и задачами исследования), представляются полученные результаты, подтвержденные первичными протоколами (анкетами, бланками и т.д.). Полученные в ходе исследования данные обобщаются и оформляются в форме таблиц и рисунков на основании проведенной первичной статистической обработки.

Также определяется достоверность полученных результатов на основе использования различных методов математической статистики (адекватных гипотезе исследования), например: устанавливается достоверность различий, проводится корреляционный или другой вид анализа, на основании которого устанавливаются закономерности или причинно-следственные связи и т.п.

Промежуточные расчеты (например, корреляционная матрица) приводятся в приложении.

На основании анализа цифрового материала проводится анализ и интерпретация полученных данных.

В тексте автор оперирует только статистическими показателями, полученными в результате обработки цифрового материала. Первичные результаты исследований оформляются в виде протоколов, которые выносятся в приложение. Формулируется подтверждение или опровержение рабочей гипотезы.

ВЫВОДЫ

Выводы – раздел, который подводит итог выполненной научно-исследовательской работы. Количество и содержание выводов должно соответствовать поставленным задачам.

Выводы представляют собой общий итог проведенного исследования, являясь логическим завершением работы, имеют форму синтеза информации, накопленной в основной части работы.

Каждый вывод обозначается соответствующим номером и должен отвечать на поставленные в работе задачи. Как правило, количество выводов должно соответствовать количеству поставленных задач.

Данная часть работы имеет очень большое значение, выполняя роль концовки, обусловленной логикой проведения исследования.

В выводах кратко, сжато обобщаются основные результаты работы; указывается – решены ли были поставленные задачи, подтвердилась ли гипотеза исследования, дается оценка теоретической и практической значимости работы.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

В данном разделе курсовой работы описываются конкретные рекомендации по применению полученных результатов исследования (упражнений, методике тренировки, тестированию и т.д.) для использования в практической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Практические рекомендации представляют собой краткие указания спортсмену или тренеру (учителю физической культуры, учащимся...), сделанные на основании полученных в ходе исследования результатов.

Рекомендации могут быть направлены на оптимизацию учебно-тренировочного процесса, повышение эффективности использования диагностических процедур, создание условий для внедрения результатов исследования в практику, индивидуализацию подготовки спортсмена на основании полученных данных и т.д.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы приводится в алфавитном порядке в соответствии с требованиями к их оформлению, приведенными в списке литературы данных методических рекомендаций (см. источник «Библиографическое оформление рефератов, курсовых, дипломных работ, диссертаций») [3]. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем — на иностранном.

Общие правила библиографического описания предусматривают сведения, которые позволят отыскать книгу или статью: фамилия автора, заглавие, подзаголовочные данные, место издания, наименование издательства, год издания, страницы.

ПРИЛОЖЕНИЕ

В этом разделе помещается вспомогательный материал, несущий дополнительную необходимую информацию по содержанию работы (например: описание методик, бланки ответов, анкеты, карты наблюдения, планы беседы, первичные результаты измерений, промежуточные расчеты, обобщающие таблицы, протоколы исследования, схемы приборов и т. п.).

Приложение начинается с титульного листа, на котором пишется слово ПРИЛОЖЕНИЕ. Разновидности приложения нумеруются самостоятельно (например: приложение 1; приложение 2 и т.д.). Если материал приложения располагается на нескольких страницах, то на второй и последующих страницах в правом верхнем углу следует указать на продолжение данного приложения, например: Приложение 1(продолжение).

Учебное издание

**Требования к выполнению
курсовой работы**

Методические указания для студентов, обучающихся по направлениям
подготовки 49.03.01 Физическая культура
и 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (адаптивная физическая культура)

Составители:

**Наталья Генриховна Богданович
Елена Владимировна Воробьева**

Сдано в набор

Подписано в печать

Бумага офсетная, Формат 60x90/11

Печ. л. _____ Усл.-изд. л. _____

Тираж – 100 экз.

Заказ №

Издательство ООО «Мегапринт»
664025, г. Иркутск, ул. С. Разина, 42, оф. 5
Тел.: 8 (395) 20-20-59, 768-360