МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

К ОФОРМЛЕНИЮ КУРСОВЫХ РАБОТ

Дисциплина:	Физическая реабилитация, Частные методики лечебной физической культуры
Кафедра:	Адаптивной физической культуры

Направление: **49.03.02** – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой
_____ / Балыкин М.В./
(подпись) *(ФИО)*
«_12_» _____ 2015 г.

Общие положения:

1. Перед началом работы после выбора темы студент совместно с научным руководителем составляется план –график выполнения курсовой работы (*приложение 1*);
2. Объем курсовой работы должен составлять не менее 30 страниц (экспериментальная работа) или 40 страниц (теоретическая работа);
3. Список литературы должен содержать не менее 25-ти источников, обязательно включать в себя авторов последних лет, приветствуются ссылки на иностранные источники;
4. Работа должна состоять из:

   1). Титульного листа, с указанием учебного заведения, факультета и кафедры. Названия курсовой работы, исполнителя и научного руководителя работы (*приложение 2*);

   2). Содержания, отражающего структуру и основные разделы работы (*приложение 3*);

   3). Введения;

   4). Основной части, включающей в себя главы, раскрывающие основные вопросы, изучаемые в работе (теоретическая работа) или Глава 1. Обзор литературы, Глава 2. Объект и методы исследования, Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение (экспериментальная работа) (*Приложение 3*);

   5). Заключения;

   6). Выводов;

   7). Практических рекомендаций (при необходимости);

   8). Списка литературы;

   9). Приложения (при необходимости).

5. Автор представляет работу напечатанную на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (210х297 мм) через полтора интервала, на странице должно быть не менее 28 строк, в каждой строке 60 знаков, включая интервалы между словами. Левое поле страницы – 30 мм, правое 15 мм, верхнее и нижнее по 20 мм. Нумерация сквозная начиная с титульного листа, при этом номер на первой странице не проставляется. Номер располагается внизу страницы по центру. Текст набирается шрифтом Times New Roman, размер (кегель) 14,

выравнивание по ширине листа. Заголовки (главы) выделяются полужирным шрифтом размер (кегель) 16 и отделяются от основного текста сверху 2 и снизу 1 интервалами (пустыми строками), выравнивание по центру. Подзаголовки (подглавы) выделяются полужирным шрифтом размер (кегель) 14 и отделяются от основного текста сверху и снизу 1 интервалами (пустыми строками), выравнивание по центру. Точку в конце заголовка не ставят.

6. Работа должна быть представлена на кафедру для ознакомления не позднее, чем за 14 дней до установленной даты защиты.
7. Во время защиты рекомендуется использовать наглядные пособия, раздаточный материал и презентации.

Содержание основных разделов работы:

Введение (2-3 страницы)

Во введении необходимо отразить актуальность проблемы (обоснование выбора темы, ее изученность и направления изучения проблемы на современном этапе). Обозначить рабочую гипотезу. Сформулировать цель и задачи исследования.

Основная часть (на примере экспериментальной работы)

Глава 1. Обзор литературы (не более 1/3 от общего объема курсовой работы)

Глава может быть разделена на отдельные подглавы:

1.1 Физическое развитие школьников г. Ульяновска

1.2 Физическое развитие детей младшего школьного возраста в зависимости от занятий в секциях...

1.3 .....

В главе излагаются данные литературы по общим и частным вопросам поставленной в работе проблемы. Ссылки на автора цитируемой работы приводятся в круглых скобках (Иванов И.И., 2001). В случае, если авторов работы несколько следует указать первых три фамилии (Иванов И.И., Петров П,П., Сидоров С.С. с соавт., 2001). Авторы цитируемых работ обязательно должны быть указаны в списке литературы.

Глава 2. Объект и методы исследования

Глава может быть разделена на отдельные подглавы:

2.1 Организация исследования

2.2 Методики исследования

В разделе 2.1 необходимо подробно описать: Место проведения исследования; Объект исследования, характеристики испытуемых (пол, возраст, состояние здоровья и т.д.); Условия проведения исследования (стадион, зал, температурный режим, освещенность, время проведения исследования и др.); Схемы исследования (оценка физического состояния в начале, середине, конце занятия, тренировки и т.д.).

В разделе 2.2 необходимо описать: Методики исследования (психологические тесты, функциональные пробы и т.д.); если используются коррекционные программы, известные комплексы, сослаться на автора; если это собственные разработки – указать методологию, которая определяет разработку вашей программы. Методики статистической обработки полученных данных (нужно сослаться на авторов метода).

Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение

Глава может быть разделена на отдельные подглавы:

3.1 Психологическая характеристика школьников 5-8 классов...

3.2 Физическое развитие школьников 5-8 классов…

3.3 Оценка физической работоспособности школьников 5-8 классов ...

и т.д.

В разделе могут быть представлены данные педагогического, психологического, физиологического и т.д. исследования. Цифровые данные могут быть представлены в таблицах, графиках, фотографиях и др., которые должны иметь соответствующие подписи (приложение 4). В таблицах приводятся средние данные, после статистического (математического анализа). Следует указать достоверность изменений. Описываются графики, таблицы, рисунки. Указываются изменения изучаемых показателей (можно в %, абсолютных величинах): например: ЧСС увеличивается при нагрузке на 20 уд./ мин (20 %) и т.д. Могут обсуждаться причины этих изменений. В тексте необходимо дать описание экспериментальных данных, провести сравнение их с собственными или литературными данными, обсудить полученные результаты.

Заключение

В разделе представляется интерпретация полученных данных, (собственные рассуждения о причинах изменений, сопоставление с данными литературы), даются обобщения и заключения, подводящие к основным выводам работы.

Выводы

Выводы должны быть пронумерованы, сформулированы лаконично и соответствовать поставленным целям и задачам работы.

Практические рекомендации

По результатам исследования, исходя из выводов работы, возможно сформулировать рекомендации для педагогов, участников исследования и т.д. (предложить схему двигательного режима, коррекции, реализации программы и т.д.), указать сферу возможного использования результатов, если результаты используются в практике, указать год (школа, центр, клиника…).

Список литературы

Список литературы печатается в алфавитном порядке, в строгом соответствии с правилами ГОСТ 7.1.84. Записи располагают строго в алфавитном порядке по фамилии первого автора или первого слова заглавия произведения; фамилии соавторов не учитываются, авторов-однофамильцев располагают по алфавиту их инициалов. Иностранные источники размещают по алфавиту после перечня всех источников на языке издания (диссертации, книги). Основные требования к представлению различных видов печатных в списке литературы приведены в *приложении 5*.

Приложения

В раздел вносятся объемные таблицы, конспекты, программы и т.д. имеющие дополнительное значение, но необходимые для более полного раскрытия темы. В тексте работы (гл. результаты; обсуждение) должны содержаться ссылки на материал в приложениях.

Защита курсовой работы

Проводится публично, автор работы делает доклад, содержащий основные положения курсовой работы: актуальность, цель и задачи, методики и организацию исследования, основные результаты и их оценку, а так же выводы. Продолжительность доклада не более 7 минут. После этого задаются вопросы по теме работы комиссией и присутствующими. Ответы на вопросы должны быть краткими. Оценка по результатам защиты выставляется на закрытом заседании аттестационной комиссии, с учетом «Норм оценок».

Нормы оценок

«Отлично»:

Студент представил на защиту самостоятельное завершенное исследование, тема, задачи и содержание которого соответствуют требованиям ФГОС ВО по направлению и содержанию ООП.

В работе корректно сформулированы цель и задачи исследования, обоснован выбор материала. Работа имеет четкую логическую структуру, подчиненную задачам исследования. Общие выводы в заключении

соответствуют выводам отдельных частей и вытекают из содержания работы.

Части работы соразмерны. Реферативная часть является не просто изложением или компиляцией изученных источников, но содержит собственные выводы, обобщения, оценки автора.

Методическая часть работы содержит глубокий и квалифицированный анализ методической проблемы и предлагает самостоятельное, обоснованное решение этой проблемы. Методика сбора соответствующего материала описана подробно, в соответствии с традициями методического описания.

Работа имеет теоретическую и/или практическую значимость.

Результаты исследования студента прошли опытную проверку и/или внедрялись в практику работы конкретного образовательного учреждения основного или дополнительного образования.

Список литературы, ссылки, сноски оформлены в соответствии с требованиями ГОСТа. Оформление работы соответствует требованиям. В работе отсутствуют орфографические, пунктуационные, речевые ошибки, опечатки.

В ходе защиты студент продемонстрировал свободное владение материалом работы, логично, последовательно и лаконично изложил основное содержание исследования и его результаты; уверенно отвечал на вопросы. Студент показал навык устной публичной речи, знание приемов управления вниманием аудитории.

«Хорошо»:

Студент представил на защиту завершенное исследование, тема, задачи и содержание которого соответствуют требованиям ФГОС ВО и содержанию ООП.

В работе корректно сформулированы цель и задачи исследования, обоснован выбор материала. Работа имеет четкую логическую структуру, подчиненную задачам исследования. Общие выводы в заключении соответствуют задачам и вытекают из содержания работы.

Реферативная часть содержит подробный анализ литературы, освещающей проблему исследования. Описательная часть работы свидетельствует о хорошем владении методами лингвистического анализа, способности выпускника к анализу, обобщению и систематизации.

Работа имеет практическую значимость, содержит описание решения методической задачи и конкретные методические разработки. Однако методическая часть носить репродуктивный или реферативный характер и/или методические разработки не являются оригинальными.

Результаты исследования студента прошли опытную проверку и/или внедрялись в практику работы профильного учреждения.

Список литературы, ссылки, сноски оформлены в основном в соответствии с требованиями ГОСТа. Оформление курсовой работы соответствует требованиям. В работе исправлены все орфографические,

пунктуационные, речевые ошибки, опечатки.

В ходе защиты студент продемонстрировал владение материалом работы, логично и последовательно изложил основное содержание исследования и его результаты; осознанно отвечал на вопросы. Студент показал удовлетворительный навык устной публичной речи.

«Удовлетворительно»:

Студент представил на защиту завершенное исследование, тема, задачи и содержание которого соответствуют требованиям ФГОС ВО и содержанию ООП.

В работе корректно сформулированы цель и задачи исследования, определен материал. Структура работы подчинена задачам исследования. Общие выводы в заключении вытекают из содержания работы и в целом соответствуют задачам.

Реферативная часть содержит анализ основной литературы, освещающей проблему исследования. Описательная часть работы свидетельствует об удовлетворительном владении методами анализа.

Работа может носить репродуктивный характер, не несет элементов новизны (или собственные методические разработки невелики по объему и касаются небольшого частного вопроса).

Результаты исследования студента прошли недостаточную опытную проверку и/или внедрение в практику работы конкретного учреждения.

Допущены ошибки в оформлении списка литературы, ссылок, сносок. Оформление работы в основном соответствует требованиям, но есть отклонения.

В ходе защиты выпускник продемонстрировал знание изученной проблемы, логично и последовательно изложил основное содержание работы, осознанно отвечал на часть вопросов. Студент мог испытывать затруднения в общении с аудиторией.

«Неудовлетворительно»:

Неудовлетворительная оценка выставляется в случае, если студент показывает несоответствие требованиям ФГОС ВО и ООП.

Основаниями для подобного вывода могут служить следующие обстоятельства:

- Студент представил на защиту исследование, тема которого не соответствует теме, утвержденной кафедрой.
- Содержание работы не соответствует теме и/или сформулированным во введении задачам.
- Низкий уровень выполнения работы не позволяет сделать вывод о овладении компетенциями, которые предусмотрены ООП.

- Выводы работы представляются необоснованными из-за неверного выбора исследуемого материала, неправильного подбора изучаемой литературы, ошибок в использовании методик анализа.
- Работа не имеет четкой структуры, которая позволила бы оценить соответствие содержания и выводов задачам исследования. Общие выводы в заключении отсутствуют либо не соответствуют содержанию работы.
- Реферативная часть представляет собой механическую компиляцию источников без соотнесения с проблемой исследования.
- Методическая часть работы отсутствует или свидетельствует о неудовлетворительном владении соответствующими технологиями.
- Результаты исследования студента не прошли опытной проверки и не внедрялись в практику работы.
- Список литературы отсутствует или оформлен с нарушением ГОСТа.
- Оформление курсовой работы не соответствует требованиям, предъявляемым к работам подобного рода.
- В ходе защиты студент продемонстрировал слабое знание изученной проблемы, не сумел адекватно отразить в своем выступлении основного содержания работы; испытывал затруднения при ответе на большинство вопросов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Список рекомендуемой литературы

а) основная литература

1. Селуянов В. Н. Научно-методическая деятельность: учебник. - М.: Физическая культура, 2005.

б) дополнительная литература

1. Селуянов В.Н., Шестаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: Учебн. пособие для студентов вузов физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 184 с.
2. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебн. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 264 с.
3. Скалкова Я.И. Методология и методы педагогического исследования. - М.: Педагогика, 1989 . - 224 с.
4. Булярский С.В., Соколовская И.Г. Научная публикация: Аспекты, проблемы. - Ульяновск: УлГУ, 1997. - 109 с.
5. Подготовка и оформление курсовых, дипломных, реферативных и

диссертационных работ: методическое пособие / Сост. И.Н. Кузнецов. - Мн.: Харвест, 1999.- 176 с.

6. Галныкин С.А., Лёвушкин СП. Теоретические основы начального этапа педагогических исследований в физическом воспитании. - Ульяновск: УлГПУ, 1998.-19 с.
7. Лакин Г.Ф. Биометрия: учеб. пособие для биол. спец. вузов.- М.:Высшая школа,1990.-352 с.
8. Лёвушкина О.Н., Лёвушкин СП. Научно-исследовательская выпускная квалификационная работа. Подготовка и оформление: Методическое пособие. - Ульяновск: ИПК ПРО, 2001.- 44 с.
9. ГОСТ 7.1-84 Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическое описание документа. Общие требования и правила составления [электронный ресурс] / режим доступа http://standartgost.ru/g/%D0%93%D0%9E%D0%A1%D0%A2_7.1-84 без регистрации.
10. Электронная научная библиотека Elibrary [электронный ресурс] / режим доступа www.elibrary.ru с регистрацией.

в) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Электронный каталог библиотеки УлГУ

Приложение 1

План-график выполнения курсовой работы

Исполнитель_____

(ф.и.о. исполнителя)

Научный руководитель_____

(ученая степень, звание, ф.и.о. научного руководителя)

Тема работы_____

_____

_____

Место выполнения работы_____

_____

_____

Предполагаемые методы решения поставленных задач _____

_____

_____

_____

_____

№ №	Вид работы	Предполагаемый результат	Отчетность и контроль	График выполнения работ
1.	Первичное изучение состояния вопроса по предполагаемой проблеме. Предварительный анализ данных литературы, определение цели и задач исследования.	Обоснование актуальности темы. Формулирование цели, задач исследования. Выбор методов исследования. Планирование конечных результатов.	Студент представляет научному руководителю анализ состояния вопроса (3–5 страниц) и первый вариант введения курсовой работы.	
2.	Обоснование методических подходов решения цели и задач работы.	Описание организационных и методических подходов решения проблемы.	Студент представляет на проверку научному руководителю фрагмент работы, содержащий методическое обоснование и решение поставленной проблемы.	

3.	Опытная проверка методических разработок и проведение исследования на экспериментальных площадках.	Проведение исследований с использованием разработанных методических подходов.	Студент представляет полученные опытным путем результаты в виде фрагмента курсовой работы.	
4.	Описание основных результатов работы, формирование основного текста курсовой работы.	Создание текста курсовой работы.	Студент представляет на проверку научному руководителю черновой вариант работы и исправляет его в соответствии с замечаниями.	
5.	Работа над замечаниями, уточнение информационной и текстовой части курсовой работы.	Формирование текстовой части курсовой работы. При необходимости уточнение формулировки темы.	Студент представляет на кафедру готовую работу. Научный руководитель составляет отзыв.	
6.	Подготовка к защите.	Составление текста доклада для защиты. Изготовление компьютерной презентации и раздаточного материала.	Качество подготовки оценивается комиссией в процессе защиты курсовой работы.	
7.	Защита курсовой работы.	Демонстрация соответствия подготовки студента требованиям государственного образовательного стандарта и основной образовательной профессиональной программы по направлению подготовки направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)».	Итоговая оценка защиты курсовой работы	

Исполнитель_____ Научный руководитель_____
(подпись,дата) (подпись,дата)

Приложение 2

Шаблон оформления титульного листа курсовой работы

Министерство образования и науки РФ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
Высшего профессионального образования
«Ульяновский государственный университет»
Институт медицины экологии и физической культуры
Факультет физической культуры и реабилитации
Кафедра адаптивной физической культуры

Курсовая работа

Название работы

Направление: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Выполнил(а) студент(ка) _____ _____ _____
группа подпись, дата Ф.И.О.

Научный руководитель: _____ _____ _____
должность, уч.степень подпись, дата Ф.И.О.

_____
оценка

Ульяновск, 2015

Приложение 3

Шаблон оформления содержания ВРК

Содержание (экспериментальная работа)

Введение…….. 3

Основная часть……. 5

Глава 1. Литературный обзор…… 5

1.1. Общая характеристика плавания и его влияния на организм…….. 5

1.2. Влияние занятий плаванием на сердечно-сосудистую, дыхательную систему и опорно-двигательный аппарат……. 9

1.3. Кровообращение у юных спортсменов ……..... 11

1.4. Функциональные изменения сердечно-сосудистой системы у юных спортсменов пловцов…… 16

Глава 2. Объект и методы исследования……..... 21

2.1. Объект исследования……..... 21

2.2.Методики исследования……..…….. 22

Глава 3. Результаты исследования и их обсуждение……... 24

3.1 Физическое развитие школьников 5-8 классов…… 24

3.2 Оценка физической работоспособности школьников 5-8 классов…… 35

Заключение……... 43

Выводы…….. 45

Список литературы…….. 46

Приложения…….. 52

Содержание (теоретическая работа)

Введение……... 3

Основная часть……..……... 5

Глава 1. Этиология и патогенез артериальной гипертензии…….…….. 5

Глава 2. Методы оценки функционального состояния пациентов……. 9

Глава 3. Методы физической реабилитации пациентов с АГ……..... 11

Глава 4. Методы психологической коррекции пациентов с АГ…… 16

Заключение……... 43

Выводы…….. 45

Список литературы…….. 46

Приложения…….. 52

Приложение 4

Требования к оформлению подписей к таблицам и рисункам

Таблица — организованный в вертикальные колонки (графы) и горизонтальные строки словесно-цифровой материал, образующий своеобразную сетку, каждый элемент которой — составная часть и графы, и строки. На этом скрещении устанавливается графическая смысловая связь между понятием, объединяющим материал в строку, и понятием, объединяющим материал в графу. Таблица благодаря особенностям своей формы намного упрощает и ускоряет анализ того содержания, которое она передает читателю.

Основные части заголовка таблицы: 1 – нумерованный заголовок, 2 – тематический заголовок.

Примечания к таблицам оформляются в виде отдельной графы под таблицей, и если относятся только к части строк, связываются с местами таблицы различными знаками (цифрами, звездочками и т.д.). **Таблица отделяется от основного текста сверху и снизу 1 пустой строкой (интервалом).**

Нумерованный заголовок – выравнивается по правому краю листа; Тематический заголовок – выравнивается по центру, размер шрифта (кегель) 14 (См. пример):

Таблица 3.1

Изменение физической работоспособности в ходе 2-х недельной гипоксически – гиперкапнической тренировки (M±m)

Показатели	1 сутки	5 сутки	15 сутки
PWC170, Вт	192,56±6,33	209,03±3,88*	211,77±5,21*
МПК, мл/мин	3243,93±74,18	3414,75±40,41	3443,27±85,45
МПК, мл/мин.кг	50,48±1,18	52,64±1,79	53,80±1,97
Wан, Вт/мин	563,19±16,31	579,56±12,44	595,56±15,64
Wан, Вт/мин.кг	8,22±0,28	8,94±0,45	9,31±0,34*

Примечание: здесь и далее * - достоверность различий изучаемых показателей по сравнению с 1 сутками при $p \leq 0,05$.

Иллюстративный материал – играет важную роль в любом научном издании, он должен быть связан с текстом и помогать восприятию содержания работы. Иллюстративный материал должен быть пронумерован, нумерация может быть сквозной для всей работы, либо отдельных глав и подглав. В тексте на иллюстрации даются ссылки, с указанием номера, под которым рисунок помещен в тексте, например «(рис. 5)», «… как видно из

рис. 5 …».

Каждый рисунок (иллюстрация) должен иметь подпись, содержащую основные элементы: 1- «Рис.»; 2- порядковый номер без знака «№», арабскими цифрами; 3- тематический заголовок, содержащий текст с характеристикой изображения в краткой форме; 4- примечания, если таковые имеются (обозначаются цифрами, буквами и символами). Подпись приводится под рисунком шрифт (кегель) 14 и выравнивается по ширине листа (См. пример):

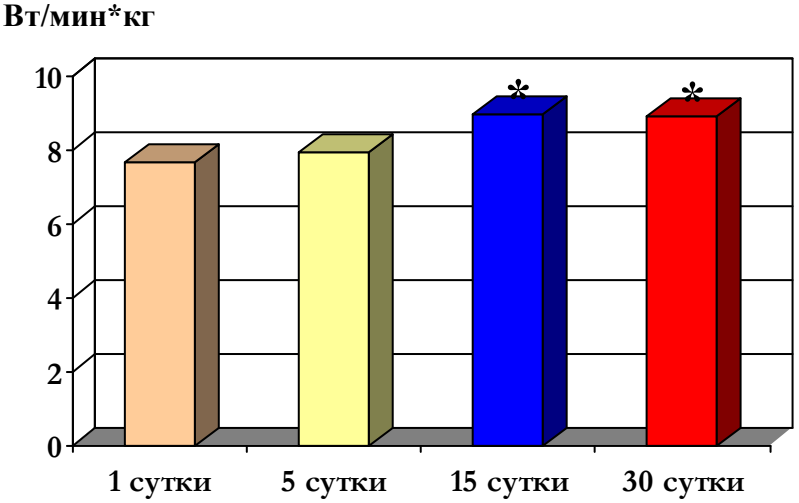

Рис. 3.1 Изменения анаэробной работоспособности в разные сутки месячной гипоксически – гиперкапнической тренировки

Примечание: * - достоверность различий по сравнению с 1 сутками при $p \leq 0,05$.

Рисунок отделяется от основного текста сверху и снизу 1 пустой строкой (интервалом).

Приложение 5

Примеры оформления различных видов публикаций в списке литературы:

Монографии, учебники:

Апанасенко Г.А. Физическое развитие детей и подростков.- М.: Медицина, 1985.- 70с.

Книги четырех авторов:

Психорегуляция в подготовке спортсменов / В. П. Некрасов, Н. А. Худадов, Л. Пиккенхайн, Р. Фрестер. — М., 1985. — 177 с.

Книги более четырех авторов:

Тренажеры в оздоровительной физической тренировке / Л. С. Глузман, И. П. Чабан, Ю.Л.Клименко, С.И.Козлова, В. И.Вукста, Л. Н. Новак, Н. Д. Попов, С. И. Пронько. — Киев, 1990. — 158 с.

Автореферат диссертации:

1. Иванов В. В. Педагогические и метрологические основы теории и методики измерений в спорте: Автореф. дис... докт. пед. наук. — М., 2000. — 58 с.
2. Чернов С. В. Организационно-методические аспекты подготовки управления олимпийской подготовкой женской сборной команды Российской Федерации по баскетболу: Автореф. дис... канд. пед. наук. — М., 2000. — 27с.

Законодательные и официальные материалы:

О номенклатуре специальностей научных работников. Приказ Министерства науки и технологии РФ от 25 января 2000 г. № 17/4.— Бюллетень ВАК РФ. - 2000. - № 3. - С. 1 -29.

Статья из журнала, газеты:

1. Бальсевич В. К. Олимпийский спорт и физическое воспитание: взаимосвязи и диссоциации // Теория и практика физической культуры. – 1996, № 10.-С. 2-7.
2. Иванов И.И. Аэробные возможности легкоатлетов // Физиол. журнал, 1995.- Т. 3. - №5.- С. 65-69

Статья из энциклопедического словаря

Дипломная работа // Советский энциклопедический словарь. – М., 1987.-С.

394.

Статья или другой материал, опубликованный в книге**,** а также глава, раздел или иной фрагмент произведения. При описании статьи вначале приводят сведения о статье, затем сведения об издании, в котором она опубликована; при описании главы сначала приводят сведения о произведении в целом, а затем о главе:

1. Железняк Ю.Д. Профессионализм в физкультурно-спортивной деятельности// Основы общей и прикладной акмеологии. — М., 1995. — С. 294 — 303.
2. Симонов В. П. Система контроля за образовательным процессом// Педагогический менеджмент. — М., 1999. — С. 192 — 237.