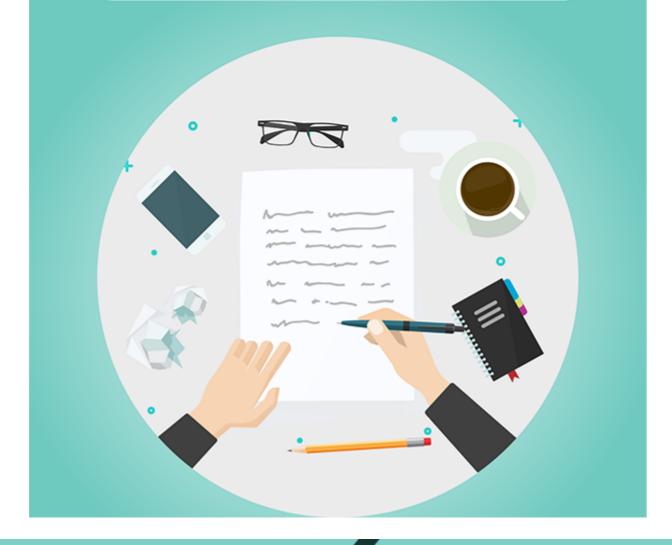


Р.А. Лобастова ПОДГОТОВКА, ОФОРМЛЕНИЕ И ЗАЩИТА РЕФЕРАТА





Содержание

ОБ ИЗДАНИИ

Основной титульный экран

Дополнительный титульный экран непериодического издания – 1

Дополнительный титульный экран непериодического издания – 2



Содержание

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный педагогический университет» (ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

Р.А. Лобастова

ПОДГОТОВКА, ОФОРМЛЕНИЕ И ЗАЩИТА РЕФЕРАТА

Методические рекомендации

Барнаул ФГБОУ ВО «АлтГПУ» 2023

Об издании - 1, 2, 3.



Содержание

УДК 378.1 ББК 74.480.281.1 Л68

Лобастова, Р.А.

Подготовка, оформление и защита реферата : методические рекомендации / Р.А. Лобастова. — Барнаул : АлтГПУ, 2023. — Текст (визуальный) : электронный. — Систем. требования: РС не ниже класса Intel Celeron 2 ГГц ; 512 Mb RAM ; Windows XP/Vista/7/8/10 ; Adobe Acrobat Reader ; SVGA монитор с разрешением 1024x768; мышь.

Рецензент:

Чаркин С.Н., кандидат педагогических наук, доцент (Алтайский государственный педагогический университет)

Методические рекомендации подготовлены с учетом локальных актов ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет» по вопросам организации текущего контроля успеваемости студентов всех направлений и специальностей среднего профессионального и высшего образования. Материал разработан с целью повышения качества подготовки, оформления и защиты реферата обучающимся.

В методических рекомендациях раскрыты основные положения по подготовке реферата как формы текущего контроля успеваемости, применяемой для проверки такого вида учебной работы, как самостоятельная работа студента в рамках рабочих программ дисциплин: «Физическая культура», «Физическая культура и спорт», «Общая физическая подготовка», «Элективные курсы по физической культуре и спорту». Сформулированы общие требования по его оформлению и защите.

Кроме студентов, методические рекомендации могут быть интересны преподавателям АлтГПУ.

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом АлтГПУ 19.04.2023 г.

Текст (визуальный) : электронный

Системные требования:

PC не ниже класса Intel Celeron 2 $\Gamma\Gamma\mu$; 512 Mb RAM ; Windows XP/Vista/7/8/10 ; Adobe Acrobat Reader ; SVGA монитор с разрешением 1024x768 ; мышь.

Об издании - 1, 2, 3.



Содержание

Электронное издание создано при использовании программного обеспечения Sunrav BookOffice.

Объём издания – 750 КБ.

Дата подписания к использованию: 24.10.2023

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный педагогический университет» (ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

ул. Молодежная, 55, г. Барнаул, 656031

Тел. (385-2) 36-82-71, факс (385-2) 24-18-72

e-mail: rector@altspu.ru, http://www.altspu.ru

Об издании - 1, 2, 3.



Содержание

СОДЕРЖАНИЕ

введение

- 1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПОДГОТОВКИ РЕФЕРАТА
 - 1.1. Основные характеристики
 - 1.2. Этапы подготовки реферата
 - 1.3. Структура реферата
- 2. ОФОРМЛЕНИЕ РЕФЕРАТА
 - 2.1. Сокращения
 - 2.2. Таблица
 - 2.3. Иллюстрации
 - 2.4. Особенности стиля речи
- 3. ОЦЕНИВАНИЕ И ЗАЩИТА РЕФЕРАТА
 - 3.1. Оценивание реферата
 - 3.2. Защита реферата

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

ГЛОССАРИЙ

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Приложение 2

Приложение 3

Приложение 4

Приложение 5



Содержание

ВВЕДЕНИЕ

В соответствии с регламентом организации учебного процесса по физической культуре и спорту ФГБОУ ВО «Алтайский государственный педагогический университет» (далее АлтГПУ) обучающиеся, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий по физической культуре и спорту, элективных дисциплин на длительный срок, самостоятельно осваивают теоретический раздел рабочей программы. Промежуточная аттестация таких студентов осуществляется по результатам написания и защиты реферата. Также этот вид учебной деятельности относится к самостоятельной работе в ходе освоения таких дисциплин, как «Физическая культура», «Физическая культура и спорт», «Общая физическая подготовка», элективные курсы по физической культуре и спорту всех направлений и специальностей среднего профессионального и высшего образования АлтГПУ.

Требования к содержанию, объему и структуре реферата определяются на основании действующих федеральных государственных образовательных стандартов и с учетом последних изменений в локальных нормативных документах вуза.

Подготовка и защита реферата — это творческий процесс. Для многих обучающихся реферат носит учебный характер, но иногда может включать элементы научно-исследовательской работы. Поэтому необходимо уметь законспектировать текст рекомендуемой статьи или книги, обобщать и систематизировать собранный материал так, чтобы представить его в интересной и доступной форме. Таким образом, к структуре реферата и оформлению его текста предъявляются определенные требования.

В предлагаемых методических рекомендациях раскрыты основные положения по подготовке реферата, а также сформулированы общие требования по его оформлению, оцениванию и защите.



Содержание

1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПОДГОТОВКИ РЕФЕРАТА

- 1.1. Основные характеристики
- 1.2. Этапы подготовки реферата
- 1.3. Структура реферата





Содержание

1.1. Основные характеристики

Термин «реферат» (refero) в переводе с латинского означает «докладываю, сообщаю».

Реферат — это форма самостоятельной работы, а также результат промежуточной аттестации обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья, обучающихся с инвалидностью, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Его написание рассматривается как творческое задание, выполняемое по учебным дисциплинам в соответствии с учебным планом.

Реферат – это краткое изложение в письменном виде содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы.

В настоящее время различают два вида рефератов:

1. Репродуктивный реферат воспроизводит содержание первичного текста.

Он бывает двух видов:

Реферат-конспект содержит фактическую информацию в обобщённом виде, иллюстрированный материал, различные сведения о методах исследования, результатах исследования и возможностях их применения.

Реферат-резюме содержит только основные положения данной темы.

2. Продуктивный реферат содержит творческое или критическое осмысление реферируемого источника.

В продуктивных рефератах выделяют:

Реферам-обзор, который составляется на основе нескольких источников и сопоставляет различные точки зрения по данному вопросу.

Реферат-доклад, в котором, наряду с анализом информации первоисточника, есть объективная оценка проблемы; этот реферат имеет развёрнутый характер.

Цели написания реферата:

- 1. Расширение, углубление и закрепление теоретических знаний по дисциплинам: «Физическая культура»; «Физическая культура и спорт»; «Общая физическая подготовка»; «Элективные курсы по физической культуре и спорту».
- 2. Формирование навыков самостоятельной работы со специальной литературой в области физической культуры и спорта.
- 3. Развитие навыков обобщения и систематизации материала, в котором объясняются связи и отношения между изучаемыми фактами реального мира.



Содержани

4. Оценивание результатов освоения учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту: адаптивная физическая культура» обучающихся подготовительной и специальной медицинской группы, обучающихся с инвалидностью, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Из вышеизложенного следует, что реферат содержит в себе элементы научного исследования. Это основное задание для тех, кто по состоянию здоровья не может полноценно посещать учебные занятия по физической культуре, физической культуре и спорту, общей физической подготовке, элективным курсам по физической культуре и спорту. Реферат предполагает предварительный выбор интересующей обучающегося проблемы в области физической культуры и спорта с последующим изучением, изложением результатов и выводов. Так преподаватели могут проверить теоретические знания по дисциплинам, самостоятельной работе, а также комплексно оценить результаты освоения учебных дисциплин.



Содержание

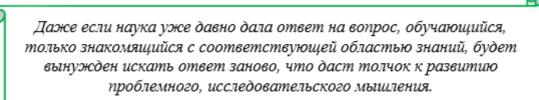
1.2. Этапы подготовки реферата

Весь процесс написания реферата можно разделить на несколько этапов:

- 1) выбор темы;
- 2) поиск источников, составление библиографического списка;
- 3) изучение литературы, систематизация информации;
- 4) составление плана реферата;
- 5) анализ содержания реферата;
- 6) редактирование и правка текста.

Выбор темы. Первый этап, которому нужно уделить большое внимание. Обычно тему обучающемуся даёт преподаватель, но иногда предлагает выбрать самостоятельно. Примерные темы рефератов включаются в рабочие программы учебных дисциплин (Приложения 1–5). Тема в концентрированном виде формирует содержание будущего текста, фиксируя как предмет исследования, так и его ожидаемый результат. Для того чтобы выбранная тема реферата была успешной, необходимо, чтобы она заключала в себе проблему, скрытый вопрос.

Поиск источников, составление библиографического списка. В процессе исследования обучающийся знакомится с литературой, которую он подбирает самостоятельно или которую предлагает преподаватель.



Информационный поиск осуществляется по каталогам библиотеки или с помощью поисковых систем Интернета.

Составление библиографического списка требуют определенных компетенций, что связано с последующим оформлением списка использованной литературы. При работе с ней следует выписывать библиографическую информацию о печатных изданиях, а также электронных источниках: автор источника (книги, статьи и сборника, её содержащего); название; место издания (город); название издательства; дата издания; для периодических изданий – номер выпуска; объём источника (страницы или байты); режим доступа и дата посещения сайта для Интернет-ресурса.

Изучение литературы, систематизация информации. Работу с источником надо начинать с ознакомительного чтения, т. е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. Также можно закладками отметить те страницы, которые требуют более внимательного изучения. Избранный текст или фрагмент, имеющие прямое отношение к теме реферата, требуют вдумчивого, неторопливого



Содержание

чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение главного в тексте, основных аргументов, выводов.

Обратите особое внимание на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Для систематизации прочитанного материала можно разработать библиографические карточки.

Составление плана реферата. План реферата – это «скелет» текста, отражающий последовательность изложения мысли и раскрывающий содержание текста.

План может быть:

- хронологическим, когда тема рассматривается в исторической последовательности;
- описательным тема делится на составные части, раскрывающие в целом отдельные стороны объекта;
- аналитическим тема исследуется в причинно-следственных связях, взаимозависимых проблемах.

При составлении пункта плана необходимо так его составить, чтобы каждый соотносился с темой реферата, но не содержал повторов.

Анализ содержания реферата. Содержательное оформление реферата во многом зависит от взаимосвязанного и последовательного изложения текста. Отличительной особенностью является то, что в нём нет развернутых доказательств, сравнений, рассуждений и оценок, излагается ответ на вопрос, что существенного по рассматриваемому вопросу содержится в конкретном тексте.

Содержательное оформление реферата — творческий процесс.

Итоговый вариант реферата составляется только после обсуждения чернового варианта с преподавателем.

Анализ содержания реферата осуществляется по следующим критериям:

- новизна определяется актуальностью темы, наличием авторской позиции;
- раскрытие рассматриваемой проблемы предполагает соответствие плана и темы реферата, плана и содержания; умение сопоставлять различные точки зрения, делать выводы;



Содержание

- обоснованность выбора источников использование известных и новых работ, в том числе статей;
- оформление реферата в соответствии с требованиями владение терминологией, научным стилем и соответствие требованиям ГОСТов, а также представленным в рамках данных методических рекомендаций требованиям.

Редактирование и правка текста. Редактирование текста это совершенствование формы и содержания материала. Оно предусматривает проверку фактов, устранение смысловых ошибок, прочих недочётов, работу над композицией рукописи.

Определяется соответствие структуры и содержания, названия и цели — выбранной теме, цели и задач — полученным выводам.

Правка – это различного вида преобразования текста, не нарушающие его цельности и связности: изменения, трансформации, замены, исключение лишних элементов, затуманивающих основную мысль автора, и т. д.

Задачи правки:

- 1) устранить погрешности содержания, обнаруженные в ходе редакторского анализа;
- 2) придать материалу наиболее ясное звучание;
- 3) добиться четкости формулировок и отдельных положений;
- 4) проверив фактический материал, избавить рукопись от неточностей;
- 5) устранить погрешности композиции;
- 6) избавить текст от возможных языковых и стилевых ошибок.

Опечатки и графические неточности в печатном варианте рукописи можно исправлять подчисткой или закрашиванием белой краской.



Содержание

1.3. Структура реферата

Реферат, как и любая научная работа, имеет определенную структуру. Он обязательно содержит:

- титульный лист;
- оглавление (содержание);
- вводную (введение), основную, заключительную части;
- список использованных источников и литературы;
- приложения.

Титульный лист. Первый лист реферата содержит: названия ведомства, университета, института, кафедры; название учебной дисциплины и реферата; сведения об исполнителе (фамилия, имя, отчество, статус, номер группы) и преподавателе (фамилия, имя, отчество, ученая степень, должность); место и год написания (Рисунок 1).



Содержание

Министерство просвещения Российской Федерации федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Алтайский государственный педагогический университет»

Институт психологии и педагогики Кафедра физического воспитания

Средства физической культуры

Реферат по учебной дисциплине «Физическая культура» по специальности 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения

Иванова Мария Ивановна
<u>1</u> курса, группа <u>5211д</u>
(подпись)
Руководитель –
Петрова Нина Александровна
кандидат педагогических наук
доцент кафедры ФВ
(подпись)
Оценка

Рисунок 1 – Образец оформления титульного листа

Барнаул 20



Содержание

Оглавление. После титульного листа следует оглавление. Оно содержит порядок расположения частей работы с указанием страниц, где они помещены (Рисунок 2).

Оглавление				
Введение	3			
Глава 1. Текст	5			
1.1. Текст	5			
1.2. Текст	9			
Глава 2. Текст	12			
2.1. Текст	12			
n	15			
Заключение	23			
Список использованных источников и литературы	25			
Приложения	25			
2				

Рисунок 2 – Образец оформления второй страницы реферата «Оглавление»

Введение, основная, заключительная части. Вводная часть работы — введение. Она составляет десятую часть от основного текста реферата. Во введении раскрывается тема, обосновывается её актуальность и новизна, отмечается практическая значимость, определяется цель и задачи. Желательно завершить написание введения после написания основной части реферата, так будут наиболее чётко отслеживаться итоги реферирования (Рисунок 3).

Введение

Tekct, tekct...

3

Рисунок 3 – Образец оформления введения

Основная часть реферата содержит параграфы или вопросы. Они должны быть краткими и точно отражать содержание. В этой части следует раскрыть суть изучаемой проблемы, обосновать свою точку зрения на спорные вопросы.

Основная часть заканчивается развёрнутым выводом (Рисунок 4).

Глава 1. История развития и становления ВФСК «ГТО» в России

Текст, те

5



Содержание

Заключительная часть реферата содержит итоговые выводы автора. Они должны соответствовать поставленным во введении задачам. По объёму эта часть не должна превышать введение (Рисунок 5).

Заключение

Текст, те

15

Рисунок 5 – Образец оформления заключительной части реферата

Список использованных источников и литературы. После заключения оформляется единый список использованных источников и литературы, к которым автор обращался при написании реферата (Рисунок 6).

Список использованных источников и литературы

- 1. Tekct, tekct ...
- п. Текст, текст,

16

Рисунок 6 – Образец оформления списка использованных источников и литературы

Список использованных источников и литературы оформляется в соответствии с ГОСТ Р7.0.100-2018 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Рекомендуется представить список в алфавитном порядке. Он обязательно должен быть пронумерован. Необходимо упоминать источник в списке один раз, независимо от того, как часто на него делается ссылка в тексте реферата.

В начале списка в установленном порядке ставятся официальные документы: конституции; кодексы; законы; указы Президента; постановления Правительства; другие нормативные акты (письма, приказы и т. д.).

В конце списка после литературы на русском языке ставится литература на иностранных языках.

Примеры библиографического описания ресурсов можно посмотреть по ссылке https://library.altspu.ru/method19/



Содержание

Пример списка использованных источников и литературы

Книги с одним автором

Рябков, В. М. Историография функций культурно-досуговых учреждений (вторая половина XX – начало XXI вв.) : учеб. пособие / В. М. Рябков ; МГУКИ. – Москва : Изд-во МГУКИ, 2020. – 212 с. – ISBN 987-5-9772-0162-9.

Без издательства:

Симоренко, В. Е. Схемы разводки в русских народных хорах и хороводах: графическое пособие / В. Е. Симоренко. – Санкт-Петербург : [б. и.], 2022. – 11 с. : ил.

Книги с двумя авторами

Нунатян, Г. Г. Прогулки по рекам и каналам Санкт-Петербурга : путеводитель / Г. Г. Нунатян, М. Г. Харная. — Санкт-Петербург : Паритет, 2021. - 254 с. — ISBN 978-5-93437-164-8.

Законодательные материалы

Российская Федерация. Законы. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон № 131-Ф3 : [принят Государственной Думой 16 сент. 2003 г. : одобрен Советом Федерации 24 сент. 2003 г.]. — Москва : Проспект ; Санкт-Петербург : Кодекс, 2017. - 158 с.

Сайты в сети Интернет

Российская государственная библиотека: официальный сайт. – Москва, 1999. – URL: http://www.rsl.ru (дата обращения: 26.06.2022).

Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: http://government.ru (дата обращения: 19.02.2022).

Статьи с сайтов

Порядок присвоения номера ISBN // Российская книжная палата : [сайт]. -2018. — URL: http://bookchamber.ru/isbn.html (дата обращения: 22.05.2022).

Статья из журнала

Goldina, O. The Establishment of an Enterprise Information Service: The Case of the ECI Telecom Company / O. Goldina // Scientific and technical information processing. −2022. −Vol. 36, № 210 O− P. 112–115.

Приложения. Это дополнительные документы, которые являются продолжением основной части реферата. Это могут быть цифровые данные статистической обработки, протоколы, сценарии, планы и т. д. В общий объем приложения не входят, но нумерация страниц продолжается. Каждое приложение начинается с новой страницы, обозначается нумерация и название (Рисунок 7).

Все приведенные приложения необходимо обозначить в тексте (в конце предложения) основной части реферата, например (Приложение 1).



Содержание

Приложение 1

Протокол

результатов сдачи норм ВФСК «ГТО» студентов первого курса АлтГПУ

№ п/н	ФИО, участника	УИНН	Тест на гибкость	Бег 30 м
n				
••••				

Рисунок 7 – Образец оформления приложения



Содержание

2. ОФОРМЛЕНИЕ РЕФЕРАТА

Оформление текста реферата осуществляется в соответствии с требованиями, регламентируемыми государственными стандартами: ГОСТ 2.105 «Требования к оформлению текстовых документов»; ГОСТ 7.32-2017 «Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления»; ГОСТ 7.0.100-2018 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Текст реферата должен быть напечатан на стандартном листе писчей бумаги формата А4 с соблюдением следующих требований:

- поля: левое -30 мм, правое -10 мм, верхнее -20 мм, нижнее -20 мм;
- шрифт размером 14 пт, гарнитура Times New Roman;
- межстрочный интервал полуторный;
- отступ красной строки 1,25;
- выравнивание текста по ширине.

Страницы, включая приложения, нумеруются арабскими цифрами с соблюдением сквозной нумерации. Номера присваиваются всем страницам, начиная с титульного листа, нумерация проставляется после оглавления.

Рекомендуемый **объём** реферата в среднем должен составлять **от 12 до 20** печатных листов. Сам текст набирается только с одной стороны.

В зависимости от темы реферата объём можно увеличить. Однако если он больше 30 страниц, то это уже курсовая работа.

- 2.1. Сокращения
- 2.2. Таблина
- 2.3. Иллюстрации
- 2.4. Особенности стиля речи



Содержание

2.1. Сокращения

В библиографическом описании сокращения выполняются по ГОСТ P7.0.12-2011 «Библиографическая запись. Сокращение слов и словосочетаний на русском языке» и ГОСТ 7.11-2004 «Библиографическая запись. Сокращение слов и словосочетаний на иностранных европейских языках».

Не сокращаются: заглавия во всех областях описания, наименования мест изданий (городов). Все данные в библиографическом описании могут быть представлены в полной форме.

В тексте допускаются общепринятые аббревиатуры, например:

РФ – Российская Федерация;

вуз – высшее учебное заведение;

АлтГПУ – Алтайский государственный педагогический университет;

АД – артериальное давление;

ВОЗ – Всемирная организация здравоохранения;

ЗОЖ – здоровый образ жизни;

ИКТ – информационно-коммуникационные технологии;

МОК – Международный олимпийский комитет;

ОДА – опорно-двигательный аппарат;

ОФП – общая физическая подготовка;

ППФП – профессионально-прикладная физическая подготовка;

ППФР – показатель пропорциональности физического развития;

ПФК – производственная физическая культура;

ФК – физическая культура;

ФВ – физическое воспитание;

РССС – Российский студенческий спортивный союз;

СФП – специальная физическая подготовка;

СФУ – система физических упражнений;

ЦНС – центральная нервная система;

ЧСС – частота сердечных сокращений;

ЮНЕСКО – Организация Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры и др.



Содержание

В настоящее время существуют общие правила сокращения слов и словосочетаний:

- 1. Независимо от грамматических форм одного и того же слова, необходимо применять одно и то же сокращение. Можно использовать общепринятые сокращения.
- 2. Неважно, какой метод сокращения используется (усечение, стяжение, комбинированный), необходимо, чтобы оставалось не менее двух букв.

Например:

университет - ун-т

типография – тип.

шторм – шт.

В соответствии с ГОСТ Р 7.0.12.-2011 в библиографической записи существуют особые случаи сокращений слов и словосочетаний на русском языке.

3. В соответствии с ГОСТ Р 7.0.12.-2011 возможно сокращение до одной начальной буквы только для общепринятых сокращений и отдельных слов.

Например:

век – в.

 Γ ОД — Γ .

город – г.

карта – к.

4. В рамках правил грамматики русского языка применяются в сокращениях прописные, строчные буквы и точки.

Например:

автор – авт.

издательство - изд-во

километр - км

минута - мин

час – ч



Содержание

5. Акроним (это сокращение, составленное из начальных букв компонентов полной формы или из слогов полной формы обозначения и произносимое по слогам) записывается прописными буквами без точки.

Например:

научно-исследовательский институт – НИИ

6. В случае усечения в словах, отличающихся только приставками, отбрасывают одни и те же буквы.

Например:

автор - авт.

соавтор - соавт.

7. При сокращении сложных слов и словосочетаний составные части сокращают по общим правилам.

Например:

новая серия - новая сер.

Формы сокращений слов и словосочетаний должны обосновываться и быть одинаковыми в тексте реферата.



Содержание

2.2. Таблица

Для разнообразия текста можно вставить таблицу, это сделает его более читаемым. Важно чтобы на все таблицы были приведены ссылки в тексте реферата, при ссылке необходимо писать слово «таблица» с указанием ее номера. Например: (Таблица 1) (ГОСТ 7.32-2001, ГОСТ Р 2.105-2019).

Если в конце страницы таблица прерывается и ее продолжение будет на следующей странице, в первой части таблицы нижнюю горизонтальную линию, ограничивающую таблицу, допускается не проводить.

Таблицы делятся на два вида: простые и сложные.

Пример простой таблицы

Таблина 1

Название таблины

№ п/н	ФИО	УИИН	Дата рождения	Вуз
1				
2				
3				
n				

Пример сложной таблицы

Таблина 2

Название таблицы

Год		Д		
Показатели	2019	2020	2021	2022
•••••				
n				

Если таблица одна, нумеровать её не нужно, но подписать необходимо. Если таблица занимает половину страницы печатного листа A4, то лучше вынести её в приложение. В тексте реферата должны быть ссылки на все вставленные таблицы, например: «Как следует из данных, приведённых в табл. 3...». Если ссылки повторяются, тогда они оформляются в круглых скобках, например: (см. табл. 2). Слово «таблица» сокращается, если у нее есть номер. Когда номера нет, то слово пишется полностью.



2.3. Иллюстрации

К иллюстрациям относятся: рисунки, схемы, чертежи, графики, диаграммы, фотоснимки. Они располагаются после текста, в котором упоминаются впервые, или на следующей странице. Иллюстрации могут быть цветные.

Слово «Рисунок» и наименование помещают после пояснительных данных, располагают посередине строки следующим образом: Рисунок 1 — Уровень физической подготовленности учащихся (ГОСТ Р 7.0.11-2011, ГОСТ 7.32-2001, ГОСТ Р 2.105-2019).

Примеры оформления рисунка

Пример 1

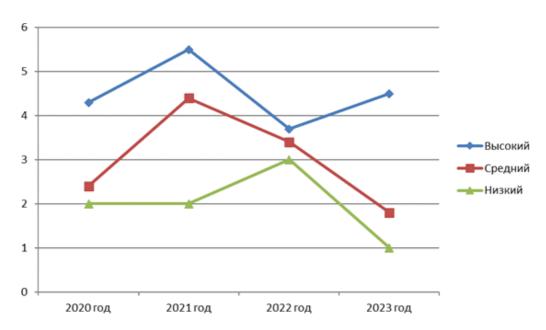


Рисунок 1 Уровень физической подготовленности учащихся

Пример 2



Рисунок 2 – Типы операционных систем



Содержание

Правила оформления нумерации наглядного материала в реферате:

- 1. Сквозная нумерация. Рисунки нумеруются по порядку на протяжении всего реферата: «Рисунок 1», «Рисунок 2», «Рисунок 3» и т. д. Если рисунок единственный, то он обозначается как «Рисунок 1».
- 2. Нумерация в главах (при наличии). В наименовании рисунка сначала указывают номер главы, ставят точку, а затем номер рисунка в данной главе.
- 3. Нумерация в приложениях. Вначале обозначается само приложение, точка, а затем указывается номер рисунка.



Содержание

2.4. Особенности стиля речи

Для написания реферата используют научный стиль речи. Существуют следующие конструкции:

- 1. Предметом дальнейшего рассмотрения является...
- 2. Эта деятельность может быть определена...
- 3. Рассматриваемая форма...
- 4. Это утверждение одновременно предполагает и то, что...
- 5. Как хорошо известно...
- 6. Следует отметить...
- 7. Таким образом, можно с достаточной определённостью сказать, что...
- 8. Деятельность ученых и специалистов в области физической культуры направлена, прежде всего, на изучение таких проблем, как...
- 9. Во-вторых, нужно заметить, что...
- 10. Эта гипотеза ученых имеет ещё один аспект, такой как...
- 11. Положение может рассматриваться как...
- 12. Логика рассуждения приводит к следующему...



Содержание

- 3. ОЦЕНИВАНИЕ И ЗАЩИТА РЕФЕРАТА
- 3.1. Оценивание реферата
- 3.2. Защита реферата



Содержание

3.1. Оценивание реферата

Преподаватель оценивает не только правильное оформление реферата, но и то, как обучающийся защитил его.

Написание и защита реферата оцениваются следующим образом:

86–100 баллов – осуществлены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы;

70–85 баллов – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты (имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в суждениях, не выдержан объём реферата, имеются упущения в оформлении). На дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы;

50–69 баллов – тема освещена лишь частично. Допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы. Во время защиты отсутствует вывод.

менее 50 балла – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Баллы учитываются в процессе текущей оценки знаний программного материала. После защиты реферата он сдаётся на кафедру физического воспитания и хранится один год.



Содержание

3.2. Защита реферата

Защита реферата осуществляется в виде доклада. Желательно отразить в нём актуальность проблемы, цель, обозначить полученные результаты, новизну собственного взгляда, выводы.

Выступление длится от 5 до 7 минут (Рисунок 1).



Рисунок 1 Схема построения защитной речи обучающегося

Простые правила успешного доклада:

- в первую очередь определите ключевые слова и моменты, достойные внимания;
- определите, о чём и когда будете говорить, выделяя важные термины, теории, факты, правила их применения. Важно кратко и ёмко подчеркнуть суть;
- создайте последовательно изложенный, читабельный текст;
- отрепетируйте составленный доклад перед зеркалом вслух.

Таким образом, реферат требует от обучающегося ответственности, самостоятельности и творчества. Его написание формирует у студента навыки чтения и исследования специальной литературы, которые необходимы для его учебно-исследовательской и научно-исследовательской работы.



Содержание

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

Вопросы для самоконтроля

- 1. Раскройте понятие «реферат».
- 2. Перечислите и охарактеризуйте виды рефератов.
- 3. Чем отличается реферат от конспекта?
- 4. Чем отличается реферат от курсовой работы?
- 5. Из каких частей состоит реферат?
- 6. Какими государственными стандартами пользуются при оформлении реферата?
- 7. Перечислите основные требования к оформлению текста реферата.
- 8. Какие основные элементы должны быть при представлении реферата докладчиком?
- 9. Охарактеризуйте основные правила успешного доклада.
- 10. Сколько времени отводится на защиту реферата?
- 11. По каким критериям реферат оценивается преподавателем?

Задания для самоконтроля

Задание 1. Определите соответствие глаголов цели и задачам реферата.

1) Изучить	
2) Выявить	Цель
3) Обобщить	
4) Провести	
5) Показать	Задачи
6) Формировать	

Задание 2. Сформулируйте цель и задачи, если тема реферата «Гигиеническая гимнастика как фактор здорового образа жизни».

Цель:		
Задачи:		
1.		
2.		
3.		



Содержание

Задание 3. Оцените защищающего реферат, если основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в суждениях, не выдержан объём реферата, имеются упущения в оформлении. На дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

<u> </u>	~	
DTRET' NAT	п ланного обуча	инегося

Содержание

ГЛОССАРИЙ

Акроним – это сокращение, составленное из начальных букв компонентов полной формы или из слогов полной формы обозначения и произносимое по слогам.

Аннотация — краткая характеристика произведения, в которой приводится основное содержание, объяснительные заметки и сведения о круге читателей.

Библиографическое чтение – работа с каталогом, рекомендуемым списком, сводным списком журналов, набором возможных источников.

Изучающее чтение – активный вид чтения, внимательное изучение материала, усвоение текста.

Конспект — наиболее сложная форма записи прочитанного, объединяющая план изложенного, выписки и тезисы. Виды конспекта: плановый, текстуальный, свободный, тематический, графический. Плановый конспект — по мере раскрытия вопросов каждый подпункт «обрастает» комментариями, и в итоге они превращаются в структурированный, логический текст. Текстуальный конспект — составить такой конспект непросто, зато в результате получается реферативная запись, насыщенная тезисами и выдержками из первоисточника, целостно и развернуто отражающими его суть. Обычно он делается на основе плана, иногда вопросного, который дополняется точными фрагментами из текста. Свободный конспект — позволяет изложить материал максимально целостно. Тематический конспект — освещается изучаемый вопрос с различных точек зрения, используя не один, а несколько источников. Такой конспект максимально полно раскрывает тематику. Графический конспект — в основе его лежат схематические рисунки, графики, таблицы.

Реферат – это краткое изложение в письменном виде содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы.

Термин – это наименование понятия в определенной научной области.

Объект исследования – это определенная совокупность реальных объектов, их свойств, отношений, процессов, существующих независимо от познающего и представляющих собой конкретное поле поиска. Это то, на что направлена познавательная деятельность исследователя. Так, объектом науки о физической культуре понимается тот или иной педагогический фактор (система физических упражнений, метод обучения и т. д.).

Ознакомительное чтение — выборочное, беглое чтение для выяснения определённых вопросов из разных источников, сопоставления и классификации основных или вспомогательных источников.

Предмет исследования – это элементы, стороны и связи объекта, которые подлежат изучению. Он не тождествен понятию объекта и по содержанию конкретнее.

Просмотровое чтение – просмотр текста, чтение титульного листа, аннотации, оглавления, отдельных частей текста, составление общего впечатления об источнике.

Тезис – сжатая формулировка и заключение прочитанного. Он может быть простым, т. е. содержать одно утверждение без доказательства, или сложным – развернутым, распространённым.

Цитата – это выписка из текста книги или статьи словами автора.

Цель – это основная идея, ради которой пишется реферат и которая определяет направление работы. Она должна содержать тот результат, который студент планирует получить в итоге.



Содержание

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Приложение 2

Приложение 3

Приложение 4

Приложение 5



Содеписание

Приложение 1. Примерные темы рефератов 1-2 семестр

- 1. Роль лечебной физической культуры (ЛФК) в системе медицинской реабилитации.
- 2. ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
- 3. ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
- 4. ЛФК при заболеваниях нервной системы.
- 5. ЛФК при черепно-мозговой травме.
- 6. ЛФК при заболеваниях мочеполовой системы.
- 7. ЛФК при заболеваниях эндокринной системы.
- 8. ЛФК при заболеваниях опорно-двигательного аппарата.
- 9. ЛФК после перенесенных травм.
- 10. ЛФК при заболеваниях органов зрения.
- 11. ЛФК при ЛОР-заболеваниях.
- 12. ЛФК при заболеваниях желез внутренней секреции.
- 13. ЛФК при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.
- 14. Физическая культура и объемы нагрузок при аллергопатологии.
- 15. ЛФК при нарушениях осанки.
- 16. ЛФК в разные триместры беременности.
- 17. Роль физической культуры в укреплении и сохранении здоровья.
- 18. Основы методики регуляции эмоциональных состояний человека (аутогенная тренировка, психофизическая тренировка, медитация).
- 19. Основы методики самомассажа.
- 20. Нетрадиционные оздоровительные методики.
- 21. Традиционные и нетрадиционные методики дыхательной гимнастики.
- 22. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.
- 23. Обмен углеводов и минеральных веществ при физической нагрузке.
- 24. Воздействие природных и социально-экологических факторов на организм и жизнедеятельность человека.



Содержание

- 25. Гигиеническая гимнастика как фактор здорового образа жизни.
- 26. Гигиенические основы закаливания.
- 27. Личная гигиена студента и ее составляющие.
- 28. Профилактика вредных привычек средствами физической культуры и спорта.
- 29. Физическое самовоспитание и совершенствование условие здорового образа жизни.
- 30. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
- 31. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
- 32. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие.
- 33. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
- 34. Лыжная подготовка в системе физического воспитания.
- 35. Основы техники передвижения на лыжах.
- 36. Классификация способов передвижения на лыжах:
- классические и коньковые лыжные хода;
- переходы с хода на ход;
- способы преодоления подъемов;
- способы преодоления спусков;
- способы торможений;
- способы поворотов на месте и в движении;
- преодоление неровностей.
- 37. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
- 38. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
- 39. Требования к подготовке учебной площадки, учебной и тренировочной лыжням.
- 40. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, попеременные и одновременные.
- 41. Травматизм в лыжном спорте и причины и пути его устранения.
- 42. Лыжные гонки как циклический вид функционально-спортивной деятельности на выносливость.
- 43. Этапы многолетней подготовки: начальный, учебно-тренировочный, спортивное совершенствование и высшее спортивное мастерство.



Содержание

- 44. Методы восстановления после физической нагрузки.
- 45. Реакция организма на различные физические нагрузки.
- 46. Индивидуальные подходы к заботе о здоровье.
- 47. Основы методики самомассажа.
- 48. Нетрадиционные оздоровительные методики.
- 49. Характеристика, содержание и направленность популярных частных методик оздоровительных видов гимнастики.
- 50. Обмен углеводов и минеральных веществ при физической нагрузке.
- 51. Организм человека как единая саморазвивающаяся, саморегулируемая биологическая система.
- 52. Физиологические изменения в организме человека, связанные с процессом тренировки.
- 53. История создания методов мышечной релаксации.
- 54. Средства и методы мышечной релаксации.
- 55. Средства мышечной релаксации в спорте.
- 56. Метод аутогенной тренировки.
- 57. Значение мышечной релаксации.
- 58. Способы и методы мышечной релаксации.
- 59. Овладение способностью произвольного мышечного расслабления.
- 60. Динамические упражнения для снятия напряжения мышц и их расслабления.
- 61. Комплекс упражнений с партнером для расслабления мышц.
- 62. Влияние мышечной релаксации на здоровье.
- 63. Возникновение и развитие баскетбола.



Содержание

Приложение 2. Примерные темы рефератов 3-4 семестр

- 1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
- 2. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
- 3. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
- 4. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
- 5. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
- 6. Методика обучения технике нападения в баскетболе.
- 7. Методика обучения технике защиты в баскетболе.
- 8. Методика обучения тактике защиты в баскетболе.
- 9. Методика обучения тактике нападения в баскетболе.
- 10. Подвижные игры как средство обучения игровой деятельности.
- 11. Распространение и развитие баскетбола в СССР и России.
- 12. Баскетбол в российской системе физического воспитания.
- 13. Методические принципы физического воспитания.
- 14. Средства и методы физического воспитания.
- 15. Основы обучения движениям.
- 16. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения упражнениям. Структура учебно-тренировочного занятия.
- 17. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 18. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 19. Интенсивность физических нагрузок и энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
- 20. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечного расслабления.
- 21. Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
- 22. Формы занятий физическими упражнениями.
- 23. Общая и моторная плотность занятия.
- 24. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- 25. Интенсивность нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
- 26. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
- 27. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
- 28. Гигиена самостоятельных занятий.



Содержание

- 29. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.
- 30. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества, как часть общечеловеческой культуры. Компоненты физической культуры.
- 31. Организационно-правовые основы физической культуры и спорта.
- 32. Физическая культура как учебная дисциплина высшего профессионального образования.
- 33. Физическая культура студента. Организация физического воспитания в вузе.
- 34. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
- 35. Формирование мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом.
- 36. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
- 37. Организм человека как единая саморазвивающаяся, саморегулируемая биологическая система.
- 38. Физиологические изменения в организме человека, связанные с процессом тренировки.
- 39. Функциональная активность человека и взаимосвязь физической и умственной деятельности.
- 40. Утомление и восстановление при физической и умственной работе.
- 41. Рациональное питание при различных режимах двигательной активности.
- 42. Витамины и их роль в обмене веществ. Регуляция обмена веществ.
- 43. Обмен энергии. Состав пищи и суточный расход энергии.
- 44. Двигательная активность и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды.
- 45. Внешнее и внутреннее дыхание. Максимальное потребление кислорода как основной показатель резервов здоровья человека.
- 46. Измерение и динамика показателей пульса и кровяного давления при мышечной деятельности.
- 47. Формирование правильной осанки и профилактика ее нарушений средствами физической культуры.
- 48. Физиологическое состояние организма при занятиях физическими упражнениями.
- 49. Виды физических нагрузок и их интенсивность. Зоны интенсивности.
- 50. Адаптация к физическим нагрузкам и увеличение мышечной массы.
- 51. Интервальная нагрузка. Сочетание аэробной и силовой нагрузок.



Содержание

Приложение 3. Примерные темы рефератов 5-6 семестр

- 1. Пути достижения физической, технической, тактической и психологической подготовленности.
- 2. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.
- 3. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом.
- 4. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
- 5. Врачебный контроль, его содержание и задачи.
- 6. Педагогический контроль. Его виды, содержание и задачи.
- 7. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования (стандарты, индексы).
- 8. Дневник самоконтроля. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
- 9. Определение нагрузки при занятиях физическими упражнениями по показателям пульса, жизненного объема легких и частоте дыхания.
- 10. Легкая атлетика как фактор разностороннего развития, воспитания и подготовки человека к жизненной практике.
- 11. Спортивные достижения в легкой атлетике и тенденции их развития.
- 12. Средства и методы спортивной тренировки в легкоатлетических видах спорта.
- 13. Профилактика травматизма на занятиях легкой атлетикой в средней общеобразовательной школе, сузах, вузах.
- 14. Правила баскетбола.
- 15. Теоретико-методические основы обучения технике игры в баскетбол.
- 16. Повышение иммунитета и профилактика простудных заболеваний.
- 17. Физическая культура в профилактике сердечно-сосудистых заболеваний.
- 18. Физическая культура в профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата.
- 19. Средства и методы воспитания физических качеств.
- 20. Учебно-тренировочные занятия как основная форма обучения физическим упражнениям.



Содержание

Приложение 4. Примерные темы рефератов 7 семестр

- 1. Понятие «здоровье», его содержание и критерии.
- 2. Здоровый образ жизни студента. Рациональный режим труда и отдыха.
- 3. Здоровье человека как ценность и факторы, его определяющие.
- 4. Взаимосвязь общей культуры студента и его образа жизни.
- 5. Здоровый образ жизни и характеристики его составляющих.
- 6. Гигиеническая гимнастика как фактор здорового образа жизни.
- 7. Гигиенические основы закаливания.
- 8. Личная гигиена студента и ее составляющие.
- 9. Профилактика вредных привычек средствами физической культуры и спорта.
- 10. Физическое самовоспитание и совершенствование условие здорового образа жизни.
- 11. Психофизиологическая характеристика интеллектуальной деятельности и учебного труда студента.
- 12. Работоспособность и влияние на нее различных факторов.
- 13. Динамика работоспособности студента в учебном году и факторы, ее определяющие.
- 14. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студента в экзаменационный период.
- 15. Методические принципы физического воспитания.
- 16. Средства и методы физического воспитания.
- 17. Основы обучения движениям.
- 18. Учебно-тренировочное занятие как основная форма обучения упражнениям. Структура учебнотренировочного занятия.
- 19. Общая физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 20. Специальная физическая подготовка, ее цели и задачи.
- 21. Интенсивность физических нагрузок и энергозатраты при физических нагрузках разной интенсивности.
- 22. Значение мышечной релаксации. Средства и методы мышечного расслабления.
- 23. Коррекция физического развития телосложения, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.
- 24. Формы занятий физическими упражнениями.



Содержание

- 25. Общая и моторная плотность занятия.
- 26. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- 27. Интенсивность нагрузок в условиях самостоятельных занятий у лиц разного возраста.
- 28. Организация самостоятельных занятий. Формы и содержание самостоятельных занятий.
- 29. Определение потребностей в занятиях физической культурой и спортом современной молодежи.
- 30. Гигиена самостоятельных занятий.
- 31. Самоконтроль в процессе самостоятельных занятий.





Содержание

Приложение 5. Примерные темы рефератов 8 семестр

- 1. Инновации в теории и методике спортивной тренировки студентов по избранному виду спорта в России.
- 2. Современные методы контроля эффективности тренировочных занятий по избранному виду спорта.
- 3. Самоконтроль при занятиях физической культурой.
- 4. Самодиагностика состояния организма при регулярных тренировках избранного вида спорта.
- 5. Современные методы восстановления организма после спортивных состязаний.
- 6. Роль педагогического контроля в спорте.
- 7. Самоконтроль при занятиях спортом.
- 8. Дневник самоконтроля по физической культуре.
- 9. Современные методы определения нагрузки при занятиях физическими упражнениями.
- 10. Использование методов стандартов, антропометрических индексов, функциональных проб и тестов для оценки физического развития, телосложения, функционального состояния организма.
- 11. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам контроля.
- 12. Показатели тренированности в покое, при стандартных нагрузках и при предельно напряженной работе.
- 13. Физическая подготовленность студентов. Основные критерии.
- 14. Самооценка и анализ результатов тестирования по физической подготовке за период обучения в вузе.
- 15. Определение уровня физического состояния через нагрузочные тесты.
- 16. Характеристика и воспитание физических качеств.
- 17. Методика формирования силы.
- 18. Методика формирования ловкости.
- 19. Развитие координационных способностей.
- 20. Методика формирования выносливости.
- 21. Методика формирования скоростных качеств.
- 22. Взаимосвязь силовой и общей выносливости.
- 23. Двигательная активность и физическое развитие человека.
- 24. Нетрадиционные методики развития двигательных качеств.



Содержание

- 25. Двигательный режим в период экзаменационной сессии и напряженных умственных нагрузок студентов.
- 26. Методика составления индивидуальных оздоровительных и тренировочных программ по избранному виду физической активности.
- 27. Формы организации занятий легкой атлетикой в средней общеобразовательной школе, сузах, вузах.
- 28. Типы учебно-тренировочных занятий в легкой атлетике и их характеристика.
- 29. Виды контроля в легкой атлетике и их характеристика.