

**ПОДГОТОВКА И ОФОРМЛЕНИЕ КУРСОВЫХ И ДИПЛОМНЫХ  
РАБОТ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ ПОДГОТОВКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Нижний Новгород  
2014

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВПО «Нижегородский государственный педагогический университет  
имени Козьмы Минина»

**ПОДГОТОВКА И ОФОРМЛЕНИЕ КУРСОВЫХ И ДИПЛОМНЫХ  
РАБОТ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ ПОДГОТОВКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

*Учебно-методическое пособие*

Нижний Новгород  
2014

УДК 7А (07)  
ББК 75.14р3  
П 441

Авторы: Д.И. Воронин, А.В. Стафеева, С.С. Иванова, Н.Б. Воробьев, Ю.С. Жемчуг

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор **В.Т. Чичикин**  
кандидат педагогических наук, доцент **В.А. Кузнецов**

**Подготовка и оформление курсовых и дипломных работ по направлениям подготовки в сфере физической культуры и спорта:** учебно-методическое пособие / [Д.И. Воронин и др.]. – Н.Новгород: НГПУ им.К.Минина, 2014. – 84 с.

В учебно-методическом пособии представлены основные этапы выполнения курсовых и дипломных работ (ВКР), требования, предъявляемые к структуре работ, их содержанию и оформлению. Изложен механизм защиты курсовой и дипломной работы и требования к отзыву и рецензии, задание и т.п.

Пособие предназначено для оказания методической помощи студентам выпускных курсов по направлениям подготовки в сфере физической культуры и спорта

УДК 7А (07)  
ББК 75.14р3

© Воронин Д.И. и др., 2014  
© НГПУ им.К.Минина, 2014

Учебное издание

**Воронин** Денис Иванович  
**Стафеева** Анастасия Владимировна  
**Иванова** Светлана Сергеевна  
**Воробьев** Николай Борисович  
**Жемчуг** Юрий Станиславович

**ПОДГОТОВКА И ОФОРМЛЕНИЕ КУРСОВЫХ И ДИПЛОМНЫХ  
РАБОТ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ ПОДГОТОВКИ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

*Учебно-методическое пособие*

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	6
Глава 1. ПОДГОТОВКА И НАПИСАНИЕ КУРСОВОЙ РАБОТЫ .....	7
1.1. Структура курсовой работы.....	7
1.2. Основные требования, предъявляемые к курсовым работам .....	9
1.3. Порядок и этапы выполнения курсовой работы .....	10
1.4. Защита курсовой работы .....	14
Глава 2. ПОДГОТОВКА И НАПИСАНИЕ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ (ВКР).....	17
2.1. Основные этапы выполнения дипломной работы .....	17
2.2. Обязанности научного руководителя.....	18
2.3. Выбор темы дипломной работы .....	19
2.4. Структура дипломной работы .....	21
2.4.1. Введение .....	22
2.4.2. Глава 1 .....	27
2.4.3. Глава 2.....	28
2.4.4. Глава 3.....	35
2.4.5. Выводы и практические рекомендации .....	36
2.4.6. Список литературы и приложения .....	36
ГЛАВА 3. ОФОРМЛЕНИЕ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ (ВКР) .....	38
3.1. Оформление текста работы.....	38
3.2. Оформление списка литературы .....	39
3.3. Оформление цифрового материала.....	41
3.4. Оформление графического материала .....	42
3.5. Работа над рукописью выпускной квалификационной работы .....	45
3.6. Язык и стиль выпускной дипломной работы .....	46
Глава 4. ЗАЩИТА ДИПЛОМНЫХ РАБОТ .....	49
4.1. Защита дипломной работы.....	49
4.2. Рецензия и отзыв .....	49
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	51
Приложение 1 .....	53
Приложение 2.....	55
Приложение 3 .....	56
Приложение 4.....	62
Приложение 5 .....	63
Приложение 6.....	64
Приложение 7 .....	76
Приложение 8.....	79
Приложение 9.....	82

## ВВЕДЕНИЕ

Наука в современном обществе является важнейшим фактором, обуславливающим прогрессивные изменения в образовании, физическом воспитании, физической культуре и спорте. Научно-исследовательская деятельность служит важнейшей составляющей профессионализма специалистов в области физической культуры и спорта, способствует улучшению теоретико-методической, развивает у будущих педагогов потребности к поисковой деятельности, творческому решению задач физической культуры, самостоятельному накоплению опыта исследовательской работы по профилирующим дисциплинам, умению применять преобразованные знания на практике.

Курсовая работа является самостоятельным *учебно-исследовательским*, или *учебно-практическим* проектом студента, основной задачей которой является: закрепление и углубление полученных студентами знаний по определенной дисциплине, а также развитие творческой инициативы студентов и учащихся при самостоятельном решении поставленных перед ними задач и стремление к поиску оригинальных решений. В соответствии с этим она должна соответствовать требованиям, предъявляемым к научному исследованию: содержать логично выстроенную обзорно-теоретическую и корректно проведенную эмпирическую части и быть оформленной в соответствии с установленными нормами

Выпускная квалификационная работа, выполняемая студентами на завершающей стадии освоения основной образовательной программы, относится к обязательным видам итоговых аттестационных испытаний студентов, обучающихся по всем формам получения высшего профессионального образования. При написании выпускной квалификационной работы студент должен показать умение выбирать тему, обосновывать ее актуальность, формулировать гипотезу, цель и задачи исследования, определять методику и организацию исследования, собирать первичный материал, анализировать полученные данные, аргументировать выводы, литературно и графически оформлять работу и защищать ее перед государственной аттестационной комиссией.

В связи с появлением новых информационных технологий, доступностью использования компьютерных программ для оформления рукописей выпускных квалификационных работ и курсовых работ с одной стороны, и, как показывает практика, отсутствием единообразия в их оформлении студентами с другой, возникает необходимость выработки единых требований к их оформлению.

В данном учебно-методическом пособии представлена краткая характеристика всех этапов написания курсовой и выпускной квалификационной работы: выбор направления исследования и темы работы, подготовки и написания ее, оформления и защиты перед Государственной аттестационной комиссией, а также проблематика научно-исследовательских работ в области физической культуры и спорта.

## Глава 1. ПОДГОТОВКА И НАПИСАНИЕ КУРСОВОЙ РАБОТЫ

Курсовая работа является самостоятельным *учебно-исследовательским*, или *учебно-практическим* проектом студента. В соответствии с этим она должна соответствовать требованиям, предъявляемым к научному исследованию: содержать логично выстроенную обзорно-теоретическую и корректно проведенную эмпирическую части и быть оформленной в соответствии с установленными нормами.

Качественно выполненная курсовая работа должна свидетельствовать об умении студента: четко формулировать проблему и оценивать степень ее актуальности; обосновать выбранные методы решения поставленных задач; самостоятельно работать с литературой и другими информационно-справочными материалами; отбирать нужные сведения, анализировать и интерпретировать их, а также представлять их в графической или иной иллюстративной форме; делать обоснованные выводы, давать практические рекомендации (в соответствующих случаях); излагать свои мысли грамотно, литературным языком, правильно оформлять работу.

*Курсовая работа*, выполняемая под руководством преподавателя по общенаучным и специальным предметам учебного плана, и является подготовительной основой для написания выпускной квалификационной (дипломной) работы.

При написании курсовой работы студентами достигаются следующие задачи:

- умение углубить и закрепить ранее изученный теоретический материал;
- развитие способности систематически и целенаправленно работать с разного рода источниками и информацией;
- овладение навыками исследовательской работы;
- развитие индивидуальных творческих способностей;
- умение обобщать материал и делать аргументированные выводы на основе практического материала;
- способность четко излагать свою точку зрения;
- на основе полученных результатов разрабатывать практические рекомендации и т.д.

Курсовая работа выполняется в соответствии с учебным планом по направлениям подготовки и является своеобразной формой отчета студентов перед кафедрой (факультетом).

### 1.1. Структура курсовой работы

Структура работы должна отражать логику, порядок исследования и

решение поставленных в работе задач.

Курсовая работа должна состоять из введения, оглавления, основного текста (двух или трех глав), заключения, списка литературы, приложений и последнего листа. Структура работы может быть изменена в ряде случаев в зависимости от темы и ее сложности.

Объем курсовой работы, как правило, составляет 30-40 страниц печатного текста.

Объем приложений не ограничивается.

*Во введении* дается общая характеристика курсовой работы: обоснование актуальности выбранной темы курсовой работы со ссылками на специальную литературу, (зарубежный и отечественный опыт), определяется цель работы и совокупность задач, которые следует решить для раскрытия выбранной темы, указываются объект предмет, методы исследования, анализируется состояние разработанности проблемы на современном этапе, формулируется гипотеза исследования, обозначаются методологические основы работы, раскрывается структура работы с кратким изложением ее основных положений рассматриваемых исследованием. Введение должно не превышать 2-3 страницы.

*Цель исследования* – это результат, которого вы хотите достигнуть в ходе изучения выбранной темы.

*Задачи исследования.* Определение задач – это выбор путей, средств достижения цели исследования. Они могут быть сформулированы как вопросы, ответы на которые позволяют прийти к цели исследования. Выделение задач должно быть обусловлено разбиванием цели исследования на подцели.

*Актуальность исследования.* При определении целей и задач исследования необходимо оценить его актуальность. Важное значение имеет правильное определение основных методологических характеристик исследования: цели, задачи, объект, предмет, гипотеза, методы исследования.

*Гипотеза* (от греч. *hypthesis* – основание, предположение) – форма знания, содержащая предположение, сформулированное на основе ряда фактов, истинное значение которого неопределенно и нуждается в доказательстве. Проведенная и доказанная гипотеза переходит в разряд достоверных истин, становится научной теорией. В качестве гипотезы вполне может быть достаточным предположение о существовании или отсутствии какого-либо феномена, взаимосвязи, свойства, степени его сопряженности, условиях возникновения и проявления.

*Объект исследования* — это процесс или явление, порождающее проблемную ситуацию и взятое исследователем для изучения.

*Предмет исследования* – это то, что находится в рамках, в границах объекта. Объект – это та часть научного знания, с которой исследователь имеет дело. Предмет исследования – это тот аспект проблемы, исследуя который, мы познаем целостный объект, выделяя его главные, наиболее существенные признаки.

*Первая глава* имеет теоретический характер. Здесь можно дать историю вопроса, показать степень его изученности на основе соответствующей



отечественной и зарубежной литературы, раскрыть понятия и сущность изучаемого явления или процесса, уточнить формулировки и т. д. По объему первая глава не должна превышать 30% всей работы (примерно 10-12 страниц).

Содержание *второй и третьей глав* имеет практический характер. Это самостоятельный анализ собранного материала. В данных главах излагается фактическое состояние изучаемой проблемы на примере конкретного объекта, глубоко и целенаправленно анализируется и оценивается современное состояние, выявляются закономерности и тенденции развития на основе использования собранных первичных документов, статистической информации за принятый в работе период, определяется методологическая база, программа исследования.

Материалы этих глав являются логическим продолжением теоретической главы и отражают взаимосвязь практики и теории. Их содержание обеспечивает разработку выводов и конкретных предложений по исследуемым вопросам. Здесь студенты должны показать умение самостоятельно анализировать материал, собранный для написания курсовой работы, обобщать его, формулировать выводы и предложения.

В целом содержание основного текста должно в обязательном порядке соответствовать выбранной теме работы. Студенту следует раскрыть суть проблемы, а не повторять в ней прописные истины, взятые из Интернета. Изложение каждого вопроса должно быть, с одной стороны, кратким, с другой, емким, раскрывающим его содержание.

Объем основной части – 50-60% общего объема (примерно 24-27 страниц).

*В заключении* формулируются выводы и возможные обоснованные предложения по результатам исследования. Заключение должно состоять из 2-3 страниц.

После заключения приводится *список литературы*, который включает в себя специальную научную и учебную литературу, публикации, монографии и др. Он должен быть составлен в соответствии с едиными требованиями библиографического описания произведений печати. Список начинается с нормативно-правовых актов, специальная научная и учебная литература оформляется в алфавитном порядке. Список литературы должен содержать не менее 20 источников, из них современных (не старше 5 лет) – 10 источников.

*Приложения* помещают после библиографического списка. Первый лист приложений оформляется следующим образом: на чистом листе по центру в середине пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ». Далее располагаются приложения в порядке их упоминания в тексте. Каждое приложение следует начинать с новой страницы, в правом верхнем углу которой пишется слово «Приложение» и номер, обозначенный арабской цифрой (без знака №). На усмотрение автора работы приложения могут быть с нумерацией или без нумерации страниц.

## **1.2. Основные требования, предъявляемые к курсовым работам**

Данные требования должны быть известны каждому студенту, выполняющему курсовую работу.

Прежде всего, важнейшее значение студент должен придать изучению выбранной темы исследования и только после этого теоретически осветить изучаемую проблему, как в целом, так и ее отдельные части.

Письменное оформление работы необходимо начать с постановки проблемы и изложения содержания основного вопроса каждого раздела.

Теоретические положения и выводы должны быть обоснованы, в том числе на материалах из периодической печати. Приводимые в работе цитаты, так же как и ссылки на различные статистические данные, в обязательном порядке должны иметь пояснительные подстрочные сноски с полным указанием источников и конкретной страницы.

С точки зрения выполнения представленных требований студенту следует:

1. Изучить теоретические работы отечественных и зарубежных авторов по данной теме.
2. Использовать публикации периодической печати.
3. Изучить статьи по избранной теме, публикуемые в различных газетах и журналах.

При освещении в курсовой работе теоретических и практических проблем по выбранной теме курсовой работы студент должен определить личную точку зрения по теме исследования, что, несомненно, придаст работе самостоятельный характер и, как следствие, повысит ее значимость.

Главным требованием, которое в настоящее время предъявляется к курсовым работам, непременно является самостоятельное и творческое их выполнение. Использование работ, «скачанных» из различных компьютерных баз данных можно применять только при условии их тщательной переработки. Работы, не носящие самостоятельного характера, как правило, оцениваются на *«неудовлетворительно»*.

Студенту при выполнении курсовой работы следует теоретически грамотно изложить накопленный материал. Текст должен быть связан с практической деятельностью, а не представлять собой набор отрывочных предложений, не связанных между собой логически. При написании работы необходимо соблюдать общепринятые требования в применении цитат, которыми не следует перегружать текст, терминов и различных условных обозначений. Для грамотного написания работы следует использовать энциклопедии и словари.

### **1.3. Порядок и этапы выполнения курсовой работы**

Написание и защита курсовой работы состоит из следующих этапов:

1. Выбор темы.
2. Изучение учебной и научной литературы, архивных материалов, комментариев и других источников.
3. Разработка плана курсовой работы.

4. Написание курсовой работы.
5. Оформление курсовой работы в соответствии с установленными требованиями.
6. Защита курсовой работы.

### ***Выбор и утверждение темы курсовой работы***

Тематика курсовых работ по той или иной дисциплине разрабатывается преподавателем и утверждается заведующим кафедрой. Выбор темы студентами осуществляется произвольно из общего списка тем. Также студент может предложить другую тему курсовой работы, обосновав свой выбор и согласовав ее с заведующим кафедрой.

Тему следует выбирать с учетом интереса студента к определенным вопросам курса, наличия литературы, доступа к дополнительным источникам, возможности использования личного опыта практической деятельности.

Выбор темы, не включенной в тематику курсовых работ, и не согласованной с заведующим кафедрой не допускается. Также не допускается выполнение одноименных работ несколькими студентами. Работы, выполненные с нарушением установленной тематики и вышеизложенных правил, будут возвращаться для повторного выполнения.

После выбора темы необходимо написать заявление установленного образца и передать его на выпускающую кафедру факультета. Научный руководитель назначается студенту из числа профессоров, доцентов, преподавателей факультета. Решение о назначении руководителей доводится до сведения студентов, после чего студент совместно с научным руководителем составляет план работы.

Затем выпускающей кафедрой готовится распоряжение об утверждении тем курсовых работ и научных руководителей, который после его подписания руководством кафедры доводится до сведения студентов.

После издания распоряжения темы курсовых работ изменению не подлежат.

### ***Изучение учебной и научной литературы, статей, комментариев и других источников***

Подбор литературы - дело ответственное и достаточно трудоемкое.

На этой стадии нужно:

- 1) ознакомиться с настоящим пособием и учебно-методическим комплексом по соответствующей дисциплине;
- 2) просмотреть систематический, предметный и алфавитный каталоги библиотеки университета и других библиотек. Одним из вариантов может быть приобретение базовых источников в книжных магазинах и в библиотечном коллекторе;
- 3) просмотреть названия опубликованных статей по выбранной теме в

научно-теоретических журналах за последние 5 лет, по последним номерам за каждый год и номера журналов за текущий год.

Кроме этого, данные о литературных источниках по исследуемой теме можно найти в изучаемых работах: в списках литературы, в сносках.

После подбора литературы и ее получения необходимо приступить к изучению, руководствуясь при этом рекомендуемым планом.

При чтении отобранной литературы рекомендуется делать краткие выписки, записи в виде цитат, характеризующие ту или иную проблему, раскрывающие содержание рассматриваемых вопросов.

Одновременно с изучением литературы следует подбирать и анализировать примеры из педагогической практики для иллюстрации и подтверждения основных положений работы. В качестве источников могут быть использованы журналы, газеты, публикуемая практика различных учреждений.

В ходе работы по изучению литературы, подбору примеров необходимо каждый раз делать для себя пометку о выходных данных источника (фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания, страницы), чтобы в будущем правильно оформить курсовую работу.

### ***Разработка плана курсовой работы***

Составление плана предшествует раскрытию выбранной темы. Ему следует уделить пристальное внимание, так как очерченные пунктами плана вопросы позволяют видеть общую картину структуры работы, оценить полноту ее содержания.

В ходе работы план может быть изменен: выбор иной последовательности изложения материала, дополнение другими вопросами и т.д. При этом такие изменения должны быть мотивированными, и студент, прибегший к ним, должен быть готов отстаивать свою концепцию работы на ее защите.

### ***Написание работы***

Курсовую работу студенту необходимо выполнить самостоятельно. В случае возникновения в ходе ее написания вопросов, проблем, необходимо обратиться к научному руководителю.

К написанию текста работы можно приступать лишь после того, как Вы тщательно изучили литературу и ясно представляете себе, что Вы хотите написать, какие проблемы хотите раскрыть и в какой последовательности.

Недопустимо механическое переписывание текста учебников и других источников. Подобные работы будут возвращаться на доработку. Ваша работа — это итог, результат изучения монографий, статей, тех или иных точек зрения, вашего понимания данной проблемы. В то же время, курсовая работа предполагает цитирование: классиков, современных ученых и политиков, с

последующим авторским анализом, комментариями к высказываниям, научным позициям. Цитирование должно использоваться как прием аргументации.

Работу следует писать грамотно, аккуратно, с соблюдением правил литературного оформления. Текст должен делиться на абзацы, каждый из которых включает самостоятельную мысль. Писать нужно по возможности краткими предложениями. Следует соблюдать единство условных обозначений и принятых сокращений слов и др. Вопросы плана в работе необходимо выделить внутри текста в самостоятельные разделы и озаглавить.

### ***Оформление курсовой работы***

Курсовая работа должна быть оформлена в соответствии с предъявленными требованиями.

*Титульный лист* работы оформляется по прилагаемому образцу (приложение 1). На странице, следующей за титульным листом, располагают оглавление с выделением глав и параграфов (разделов и подразделов) по схеме, принятой в типографских изданиях.

Все страницы курсовой работы обязательно должны быть пронумерованы арабскими цифрами. На титульном листе номер не ставится. Нумерация страниц, таким образом, начинается со второго листа. Номера страниц ставятся сверху страницы по центру.

Текст следует печатать через 1,5 интервала (шрифт Times New Roman, кегль 14), соблюдая следующие параметры полей: левое – 3 см, правое – 1 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см. Текст оформляется без переносов. В тексте курсовой работы рекомендуется применять красную строку (1,25 см), выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.

Выделение полужирным шрифтом, а также использование курсива и подчеркивания в тексте курсовой работы не допускается.

*Заголовки* должны располагаться по центру строк без отступа. В конце заголовка отсутствует знак препинания (точка). Заголовки не могут располагаться внизу страницы без привязки к тексту. Каждая глава начинается с новой страницы, параграфы располагаются друг за другом. Перед каждым заголовком и после него должна быть одна пустая строка. Оглавление, введение, заключение, список литературы, названия глав печатаются ПРОПИСНЫМИ (БОЛЬШИМИ) буквами (приложение 2). Заголовки параграфов печатаются строчными буквами. Подчеркивание, курсив и выделение заголовков полужирным шрифтом не допускается.

### ***Оформление приложений***

*Приложения* помещаются после библиографического списка. Первый лист приложений оформляется следующим образом: на чистом листе по центру в середине пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ». Этот лист должен быть пронумерован. Остальные листы приложений в курсовой работе допускаются без нумерации страниц.

Приложения должны давать читателю работы возможность составить полное представление о проведенном исследовании - его методической базе, полученных результатах и способах их обработки, а также возможность проверить сделанные выкладки и выводы. Поэтому информация, содержащаяся в приложениях, должна быть точной и полной.

В приложения выносятся: тексты и ключи методик; таблицы первичных данных; результаты статистической обработки полученных данных; объемные графики, гистограммы, рисунки и схемы, которые выглядели бы громоздко в основном тексте работы.

Кроме того, в приложения включаются данные о пилотаже методик; индивидуальные данные (полностью, выборочно или единичные для примера) - протоколы заполнения методик, протоколы интервью, протоколы наблюдения и иные материалы.

#### **1.4. Защита курсовой работы**

День и время защиты курсовой работы определяет выпускающая кафедра согласно графику учебного процесса. На усмотрение деканата и кафедры факультета защита может проходить на научной студенческой конференции и т.п., в ходе которых студент выступает с кратким докладом по материалам своей работы и отвечает на вопросы участников мероприятия.

Студент, получив положительный отзыв о курсовой работе от научного руководителя, должен подготовить доклад (до 7 минут), в котором четко и кратко излагаются основные положения курсовой работы, при этом для большей наглядности целесообразно пользоваться проектирующим изображением аппаратом, подготовив заблаговременно необходимый для этого материал (таблицы, графики). Краткий доклад может быть подготовлен письменно, но выступать на защите следует свободно, не зачитывая текст.

Подготовка к защите курсовой работы представляет собой важную и ответственную работу. Требуется не только написать высококачественную работу, но и уметь квалифицированно ее защитить. Высокая предварительная оценка руководителя может быть снижена из-за плохой защиты.

В докладе следует объяснить, чем руководствовался студент при выборе темы, что является предметом изучения, какие методы использованы при изучении рассматриваемой проблемы, какие результаты достигнуты в ходе анализа и какие основные выводы для практики вытекают из него. Это общая схема доклада.

Задачей студента в ходе защиты курсовой работы является не пересказ литературных источников, а личный вклад в исследование проблемы, ее анализ. Доклад не должен быть перегружен цифровыми данными, которые могут приводиться только в том случае, если они необходимы для доказательства или иллюстрации того или иного вывода.

По окончании доклада студенту задаются вопросы. Вопросы могут относиться к теме курсовой работы и дисциплины в целом, поэтому перед защитой целесообразно восстановить в памяти весь курс и особенно те разделы,

которые имеют прямое отношение к теме курсовой работы. По докладу и ответам на вопросы можно судить о широте и глубине теоретических знаний студента, его умении аргументировано отстаивать свою точку зрения, способности студента теоретические знания применить на практике.

Окончательно курсовая работа студента оценивается на «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно». При этом принимаются во внимание качество выполнения и оформления работы, содержательность доклада и ответов на вопросы.

### ***Критерии оценки курсовой работы***

Оценка качества написания и защиты курсовой работы оценивается по следующим критериям:

- актуальность и новизна темы;
- достаточность использованной отечественной и зарубежной литературы по теме;
- полнота и качество собранных эмпирических данных;
- обоснованность привлечения тех или иных методов решения поставленных задач;
- глубина и обоснованность анализа и интерпретации полученных результатов;
- четкость и грамотность изложения материала, качество оформления работы;
- умение вести полемику по теоретическим и практическим вопросам работы, глубина и правильность ответов на вопросы членов комиссии;
- использование технических средств.

*Оценка за курсовую работу может быть снижена в следующих случаях:*

#### ***1. Оформление***

- наличие неисправленных опечаток и пропущенных строк;
- отсутствие названий таблиц, графиков, гистограмм;
- отсутствие пояснений и условных обозначений к таблицам и графикам;
- отсутствие авторской интерпретации содержания таблиц и графиков;
- отсутствие в работе "Введение" или "Выводы", или и того, и другого;
- наличие ошибок в оформлении библиографии: много "глухих" сносок (когда есть сноска на автора идеи, но нет ссылки на саму работу, где эта идея обсуждается);
- наличие ошибок в оформлении библиографии: список литературы выполнен не по ГОСТу;
- пропуск в оглавлении отдельных параграфов или даже целых глав.

#### ***2. Недостатки обзорно-теоретической главы работы***

- наличие фактических ошибок в изложении "чужих" экспериментальных результатов или теоретических позиций;
- отсутствие упоминаний важных литературных источников, имеющих прямое отношение к решаемой проблеме и опубликованных в доступной для студента литературе;
- использование больших кусков чужих текстов без указания их источника (в том числе – исследовательских работ других студентов);
- отсутствие анализа отечественных работ, посвященных проблеме исследования;
- теоретическая часть не завершается выводами и формулировкой предмета собственного эмпирического исследования;
- название работы не отражает её реальное содержание;
- работа распадается на две разные части: теоретическую и эмпирическую, которые плохо состыкуются друг с другом;
- имеет место совпадение формулировки проблемы, цели, задач работы.

### *3. Недостатки эмпирической главы работы*

- автор использует методики без ссылки на источник их получения и/или их автора;
- работа не содержит подробного описания процедуры проведения исследования: по приведенному описанию воспроизвести процедуру не представляется возможным;
- в работе отсутствует интерпретация полученных результатов, выводы построены как констатация первичных данных, отсутствует сопоставление между собой данных, полученных разными методами;
- полученные результаты автор не пытается соотнести с результатами других исследователей, чьи работы он обсуждал в теоретической части.



## Глава 2. ПОДГОТОВКА И НАПИСАНИЕ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ (ВКР)

### 2.1. Основные этапы выполнения дипломной работы

Написание и защита дипломной (выпускной квалификационной работы (ВКР)) являются обязательной завершающей частью государственной аттестации выпускников на предмет соответствия их подготовки Федеральному государственному образовательному стандарту. Дипломная работа ставит своей задачей выявить общенаучную, специальную подготовленность студента, исследовательские навыки, умение увязывать теоретические знания с практикой.

Тематика дипломной работы должна быть актуальной, соответствовать современному состоянию изучаемой проблемы.

Работа над дипломной работой состоит из четырех последовательных этапов:

1. Подготовка к исследованию (изучение литературы по данной проблеме, подбор групп обследуемых).
2. Проведение исследования (набор материала).
3. Работа над текстом дипломной работы.
4. Оформление дипломной работы и подготовка к ее защите.

Каждый из этапов включает ряд разделов работы, которые необходимо выполнить в оптимальные сроки.

Можно рекомендовать следующий вариант распределения работы по основным разделам:

- выбор и обсуждение темы;
- подбор, изучение и анализ литературы по проблеме исследования;
- обоснование актуальности исследования, формулировка гипотезы, цели, задач исследования, определение объекта, предмета;
- составление плана исследования;
- проведение исследования;
- анализ полученных результатов, сопоставление их с литературными данными;
- формулирование выводов;
- оформление работы;
- проверка дипломной работы научным руководителем;
- рецензирование дипломной работы внешним рецензентом;
- защита дипломной работы в ГАК.

При изучении литературы по теме исследования целесообразно брать за основу одну из сложившихся теоретических концепций. Вместе с научным руководителем студент может сформулировать свою собственную концепцию с последующей попыткой доказать ее истинность.

Проведя аналитический обзор литературы по проблеме исследования, студент обосновывает актуальность своего исследования, его научную новизну (если она есть), т.е. показывает, что нового вносит его исследование в теорию

вопроса (или какую известную в литературе гипотезу подтверждает его исследование), указывает практическую значимость выполненной работы. На этом этапе важно продумать возможные варианты решения поставленных в работе задач, отразить их в гипотезе исследования.

Планирование исследования включает:

1. Составление общего плана работы (задания) (приложение 7). Студент должен отразить «стратегию» предстоящей работы, продумать, как можно добыть необходимые факты и в какой последовательности, каким образом теоретические предпосылки можно воплотить в практической работе. Методика должна соответствовать теме и обязательно быть адекватной поставленным задачам.

2. Разработку календарного плана дипломной работы (план работы должен быть разработан совместно с научным руководителем). Составляется задание к дипломной работе с ориентировочными сроками сдачи разделов дипломной работы научному руководителю.

Затем студент проводит собственное исследование.

Подготовка к написанию дипломной работы должна начаться до прохождения студентом практики по специализации/профилю подготовки (производственной практики). До выхода на практику студент должен изучить литературу по проблеме исследования и определить методы оценки эффективности исследования. Практика по специализации является завершающим этапом обучения и имеет цель: сбор и систематизация материалов для написания третьей главы ВКР.

После получения результатов исследования, студент должен проанализировать их, обобщить, оценить (в том числе методами математической статистики) эффективность проведенного исследования и сформулировать выводы.

Следующий этап работы – оформление данных в дипломной работы и проверка работы научным руководителем.

После проверки дипломной работы научным руководителем, студент должен провести окончательную корректировку работы на основе полученных советов и замечаний.

## **2.2. Обязанности научного руководителя**

В целях оказания студенту теоретической и практической помощи в период подготовки дипломной работы ему назначается научный руководитель.

Студент регулярно информирует научного руководителя о ходе подготовки дипломной работы и консультируется по вызывающим затруднения вопросам.

На различных стадиях подготовки и выполнения дипломной работы задачи научного руководителя изменяются.

На первом этапе научный руководитель помогает сформулировать, уточнить название темы, рассматривает и корректирует план работы и дает рекомендации по списку литературы, представленному студентом.

В ходе выполнения работы научный руководитель является оппонентом, указывая студенту на недостатки аргументации, композиции, стиля и т. д. и рекомендует, как их лучше устранить.

Законченная дипломная работа, подписанная студентом, представляется руководителю, который подписывает ее и составляет *письменную рецензию* (приложение 8), в котором всесторонне характеризует качество дипломной работы, уровень рассмотрения вопросов в каждой главе, отмечает положительные стороны дипломной работы; обращает внимание на имеющиеся недостатки (отмеченные руководителем ранее, но не устраненные студентом в процессе доработки); оценивает уровень теоретических знаний студента, проявившийся в ходе подготовки курсовой работы, способность к анализу и т.д. Научный руководитель определяет предварительную оценку дипломной работы, принимает решение о рекомендации дипломной работы к защите.

### **2.3. Выбор темы дипломной работы**

Тема дипломной работы выбирается студентом совместно с научным руководителем из списка утвержденных тем дипломной работы. Студент имеет право предложить свою тему с обязательной аргументацией ее выбора. Название темы должно иметь очерченные границы, формулировка - содержать ключевые слова, отражать главную идею работы, быть немногословной и лаконичной.

При выборе темы надо ориентироваться на место проведения практики по специализации, т.к. результаты практики по профилю подготовки являются основой результатов проведенного исследования и должны быть отражены в дипломной работе.

Желательно выбор направления исследования дипломной работы сделать до начала выполнения курсовых работ по теории и методике физической культуры, чтобы результаты данных курсовых работ стали основой для написания дипломной работы.

Выбор темы и четкая формулировка цели исследования – факторы, определяющие успешность работы в целом. В начале, намечается направление исследования. Направление исследования – устойчиво сформировавшаяся сфера исследований, включающая определенное количество исследовательских проблем из одной научной дисциплины, включая область ее применения. Например, научной дисциплиной в области физической культуры и спорта является: 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной и адаптивной физической культуры. В рамках этой дисциплины имеется несколько основных научных направлений: обучение двигательным действиям, развитие физических качеств, тренировка, профессионально-прикладные формы физической культуры, адаптивное физическое воспитание и др.

После выбора направления определяется проблема исследования. Выявить проблемную ситуацию – значит обнаружить источник проблемы, подлежащей научному обоснованию, и осмыслить ее в первом приближении.

Проблемные ситуации в области теоретических исследований физической культуры возникают в связи с несоответствием между имеющимися обобщающими знаниями и объективными потребностями в новых более глубоких и полных знаниях, необходимых для рационализации физкультурной практики. Для выявления проблемной ситуации надо достаточно представлять себе как состояние теории, так и положение дел в соответствующей отрасли практики, в виде спорта и т.д. Только на основе сопоставления можно обнаружить несоответствие между имеющимися знаниями и практической потребностью в новых знаниях, что и является первой предпосылкой постановки реальной, а не надуманной исследовательской проблемы.

После определения проблемы можно подходить к выбору темы исследования. То, как автор умеет выбрать тему и насколько правильно он эту тему понимает с точки зрения современности и социальной значимости и характеризует его профессиональную подготовленность. Количество тем, требующих разработки, и теоретически, и практически неисчерпаемо. Однако, одним из важнейших критериев правильности ее выбора является актуальность. При выборе темы следует учитывать и свои личные склонности, способности, уровень теоретических знаний, а также четко представлять ее границы. Для правильно избранной темы характерна не обширность поставленных вопросов, а тщательность и глубина их разработки. Более обширная тема для студента может оказаться непосильной, так как требует определенного опыта ведения научно-исследовательской работы и времени.

В наименовании темы, обычно присутствует: «угол исследования», другими словами, направленность работы: решение задачи, разработка, обоснование, повышение эффективности, совершенствование, оптимизация, снижение затрат и т.п. Также в теме должен быть отражен объект и предмет исследования. Тема дипломной работы должна отвечать современным требованиям, быть социально значимой, учитывать потребности практики. Кроме этого, быть конкретной, с указанием направления исследования, изучаемого заболевания, нозологической группы, возраста исследуемых, условий проведения исследования (всего, в теме должно быть не более 12-13 слов без сокращений). Помощь в формулировке может оказать приведенная ниже обобщенная структура наименования выпускной квалификационной работы.

### НАПРАВЛЕННОСТЬ

*решение задачи..., разработка..., оптимизация..., обоснование..., улучшение..., повышение...*

ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ, *технологии....., теории....., модели....., содержание....., планирование..., способы....., методы....*

ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ *за счет (чего?)..... с использованием....., в условиях....., с учетом....*

Иногда удачная формулировка наименования работы может быть получена, если объект и предмет исследования в наименовании поменять местами. В некоторых случаях объект исследования как бы растворяется

в предмете исследования выпускной квалификационной работы, но при этом предмет исследования обязательно присутствует в формулировке наименования работы. **Нельзя** начинать наименование словами: «вопросы», «проблемы», «исследование», «изучение», «научные основы» и т.п. из-за неопределенности конечного результата. Неизвестно, в какой степени разрешены проблемы или чем закончилось изучение, исследование.

Необходимо, чтобы в процессе выбора темы дипломной работы присутствовала преемственность с содержанием ранее выполненной курсовой работы. Очевидно, что в этом случае вероятность ее качества во многом возрастает. Поэтому, уже на раннем этапе, выбирая тему курсовой работы, необходимо иметь ввиду перспективу ее доработки до уровня требований, предъявляемым к дипломным работам. Перечень тем, предлагаемый для написания курсовых и дипломных работ представлен в приложении 8.

Выбор темы студент должен сделать за 6 месяцев до предполагаемого срока защиты дипломной работы (перед прохождением производственной практики). Он должен подать на выпускающую кафедру до данного срока заявление установленного образца с указанием темы дипломной работы и подписью научного руководителя (приложение 7).

Далее студент должен получить от научного руководителя задание на выполнение ВКР:

- план исследования;
- план-график проведения экспериментальной части работы;
- методы оценки эффективности результатов исследования.

Также в задании на дипломной работу будут определены сроки выполнения отдельных направлений работы (написания отдельных глав), оформление дипломной работы и представление готового варианта дипломной работы на утверждение научному руководителю.

## **2.4. Структура дипломной работы**

Структура дипломной работы должна состоять из следующих разделов: оглавление работы (приложение 1, 2), введение, три главы заключение, выводы, список литературы, приложения. Примерная структура дипломной работы представлена ниже.

Тема дипломной работы

### **ОГЛАВЛЕНИЕ**

**ВВЕДЕНИЕ** (актуальность, объект и предмет исследования, гипотеза исследования, цель и задачи исследования, практическая значимость).

**ГЛАВА 1.** Обзор научно-методической литературы по теме исследования

1.1. ....

1.2. ....

1.3. ....

**ГЛАВА 2.** Методы и организация исследования

2.1. Методы исследования

2.2. Организация исследования

ГЛАВА 3. Результаты исследования и их обсуждение

3.1. ....

3.2. ....

3.3. ....

3.4. ....

ВЫВОДЫ

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (если имеются в работе)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ПРИЛОЖЕНИЯ

Примеры оформления структуры ВКР представлены в приложении 2.

### 2.4.1. Введение

Во *введении* дается обоснование актуальности выбранной темы, формулируются объект и предмет, гипотеза, определяются цель и задачи исследования, а также практическая значимость.

Актуальность темы определяется не ее формулировкой, а теоретической и практической значимостью. Признаками актуальности темы могут быть следующие:

- общий интерес со стороны ученых и педагогов;
- наличие потребности практики обучения, воспитания и тренировки в разработке вопроса на данном этапе;
- необходимость разработки темы в связи с местными климатическими и другими условиями.

Актуальность темы исследования обосновывается в научном и в прикладном значениях. Актуальность в научном аспекте означает:

- задачи фундаментальных наук требуют разработки данной темы для объяснения новых фактов;
- уточнение, развитие и разрешение проблемы исследования возможны и остро необходимы в современных условиях;
- теоретические положения исследования позволят снять существующие разногласия в понимании процесса или явления;
- гипотезы и закономерности, выдвинутые в исследовании, позволяют обобщить известные ранее и полученные вами эмпирические данные.

Актуальность темы в прикладном аспекте означает:

- задачи прикладных исследований требуют разработки вопросов по данной теме;
- существует настоятельная потребность решения задач исследования для нужд общества, практики и производства;
- исследование по данной теме существенно повышает качество разработок творческих, научных коллективов в определенной отрасли знаний;

- новые знания, полученные в исследовании, способствуют повышению квалификации кадров или могут войти в учебные программы обучения студентов.

В качестве примера рассмотрим формулировку актуальности дипломной работы.

Тема: «Методика контроля над подготовленностью юных пловцов». Выдвижение проблемы и формулирование темы предполагает ответ на вопрос, ПОЧЕМУ определенную исследователем проблему нужно изучать именно в этом аспекте и в данное время. *Актуальность* заключается в следующем: «Неуклонный рост спортивных результатов в плавании, постоянно повышающаяся конкуренция среди пловцов – мужчин обуславливают необходимость совершенствования подготовки спортивного резерва. Одним из ведущих звеньев в системе подготовки спортсменов является педагогический контроль. Анализ доступной научно-методической литературы показал, что в настоящее время не разработаны те разделы педагогического контроля над подготовленностью пловцов, в которых использовались бы доступные для практики юношеского спорта методы. В связи с этим проблема контроля над подготовленностью юных пловцов является актуальной.

Освещение актуальности должно быть немногословным. Нет необходимости начинать ее описание издалека. Достаточно в пределах 1-2 страниц машинописного текста показать главное – актуальность выбранной ситуации, из чего и будет видна актуальность темы.

*Объект исследования* в изучаемой проблеме должен быть представлен какой-либо материальной или идеальной системой. Определяя объект исследования, необходимо дать ответ на вопрос: ЧТО рассматривается. Философское определение объекта исследования заключается в том, что объектом познания является та часть материи, которая входит в познавательную деятельность субъекта. Предмет исследования можно определить как новое научное знание об объекте исследования, получаемое в результате научных изысканий. В состав предмета исследования может войти и инструмент получения этого нового научного знания об объекте исследования, если он обладает существенными признаками новизны. В первом приближении, объект и предмет исследования соотносятся между собой как общее и частное. Предмет исследования, как правило, находится в границах объекта исследования. Основным объектом научно-педагогического исследования в области физической культуры и спорта и адаптивной физической культуры могут быть процессы: учебно-воспитательный, учебно-тренировочный, учебно-организационный, развивающиеся в детском саду, школе, ДЮСШ, вузе и т.д. Однако объект исследования должен формулироваться не безгранично широко, а так, чтобы можно было проследить круг объективной реальности. Этот круг должен включать в себя предмет – отдельные части объекта, какие либо свойства, процессы. У объекта существует множество сторон рассмотрения предметов исследования. Из сказанного выше следует, что объектом выступает то, что исследуется, а предметом то, что в этом объекте получает научное объяснение.

В адаптивной физической культуре объектом исследования могут быть: адаптивное физическое воспитание, адаптивная двигательная рекреация, адаптивный спорт, физическая реабилитация, физическая культура. В исследованиях, проводимых в лечебно-профилактических учреждениях, реабилитационных центрах, *объектом исследования* могут быть люди, имеющие временные или стойкие отклонения в состоянии здоровья.

*Предмет исследования* является частью объекта исследования. Предметом исследования могут быть: процесс, методика, программа, технология повышения двигательной активности, обучение движениям, коррекция вторичных нарушений, развитие физических способностей, диагностика психофизического развития, средства и методы педагогической деятельности, совершенствование учебно-воспитательного процесса, содержание и особенности коммуникативной деятельности, динамика психофизической нагрузки, коррекция психических функций, содержание и развитие познавательной деятельности в процессе занятий физическими упражнениями, содержание спортивной тренировки в адаптивном спорте, средства адаптивной физической культуры, средства лечебной физической культуры и т. п.

Пример № 1. *Объект исследования* – учебно-воспитательный процесс по физической культуре в начальной школе, *предмет исследования* – методика воспитания координационных способностей учащихся младших классов, *тема*: «Воспитание координационных способностей у учащихся младших классов на уроках физической культуры с помощью подвижных игр».

Пример № 2. *Объект исследования*: процесс адаптивного физического воспитания в специализированных дошкольных учреждениях детей с нарушением речи. *Предмет исследования*: средства и методика коррекции двигательных и психомоторных нарушений у детей 5-6 лет с заиканием.

Пример № 2. *Объект исследования*: физическая реабилитация детей школьного возраста, страдающих бронхиальной астмой. *Предмет исследования*: средства АФК (физические упражнения и природные факторы), направленные на коррекцию функциональных нарушений дыхательной системы у детей школьного возраста, страдающих бронхиальной астмой.

*Гипотеза* – научное предположение, выдвигаемое исследователем для объяснения каких-либо явлений. Гипотеза рассматривается как отправная точка исследования, которая может экспериментально подтвердиться, или быть опровергнута. Рабочая гипотеза строится на базе уже известных фундаментальных исследований и проверенных научных фактов. *Например*, известно, что младший школьный возраст благоприятен для развития координационных способностей. Педагогические воздействия, направленные на их развитие, дают наибольший эффект при целенаправленном применении, именно, в этом возрасте.

Такое предположение может служить гипотезой при проведении исследований с детьми, имеющими нарушения в развитии. *Например*: «Предполагается, что улучшение координационных способностей младших слабослышащих школьников возможно при условии включения в содержание



адаптивной физической рекреации целесообразно подобранных подвижных игр, предполагающих коррекцию двигательных и психомоторных нарушений».

В гипотезе заложены главная идея исследования и ожидаемый результат. В гипотезе исследования сначала отражаются формы и средства воздействия, а затем предполагаемый результат данного воздействия.

В научной работе гипотеза исследования должна быть сформулирована в предположительном виде и отображать предположительную зависимость (или независимость) двух и более фактов. Она может быть выражена в следующих формах: «Можно предположить, что.... будет способствовать...», «... повлияет на ...», «...позволит улучшить...», «Можно предположить что, не зависит от...».

*Например:* «Предполагается, что использование средств лечебной физической культуры у девушек 16-18 летнего возраста с продольным плоскостопием I-II степени способствует уменьшению выраженности боли после тестовых физических нагрузок, улучшению морфофункционального состояния сводов стопы и увеличению силы мышц стопы».

Гипотеза должна быть достаточно простой, проверяемой в процессе эксперимента, и опираться на веские аргументы. Как подтверждение гипотезы, так и ее обоснованное опровержение, являются научно значимыми результатами исследования.

*Целью исследования* в дипломных работах является подбор, апробация, составление, применение и обоснование, оценка эффективности методик, технологий обучения, воспитания, тренировки, форм и методов физического воспитания различных структурных подразделений, коррекции, развития физических качеств, отдельных функций или их комплексов у лиц различных возрастных групп, а также лиц с ограниченными возможностями в различных видах адаптивной физической культуры. Также целью исследований может выступать разработка модели учебно-воспитательного или учебно-тренировочного процесса, адаптированных программ в связи с климатическими, региональными и другими особенностями региона. Формулировка цели исследования должна быть краткой и точной. *Цель и предмет исследования должны соответствовать теме ВКР.*

Цель работы должна быть сформулирована, исходя из названия работ, и звучать также всеобъемлюще. Цель формулируется кратко и предельно точно, в смысловом отношении выражая то основное, что намеревается сделать исследователь и к какому результату он стремится. Для формулировки цели исследования необходимо использовать такие глаголы, как «изучить», «разработать», «исследовать» и др. Например, цель работы, связанная с методикой педагогического контроля за подготовленностью юных пловцов, может звучать следующим образом: «Разработка методики педагогического контроля за уровнем подготовленности начинающих пловцов». Цель работы, связанная с изучением влияния подготовки лыжного инвентаря на результаты в соревнованиях можно сформулировать следующим образом: «Изучить влияние качества подготовки лыжного инвентаря на результат в спортивных соревнованиях биатлонистов».

*Задачи исследования* представляют собой логически взаимосвязанные «шаги» достижения цели. Как правило, ставят не более трех задач, их формулирование начинается с глаголов в инфинитивной форме: «Определить...», «Выявить...», «Подобрать...», «Установить...», «Доказать...», «Проверить», «Выяснить...», «Обосновать...» и др.

В рамках дипломных работ, формулируется две или три задачи. Как правило, первая из них связана с изучением состояния вопроса, т.е. анализом литературных и методических источников по исследуемой проблеме, вторая – с разработкой проекта, модели, технологии или экспериментальной методики обучения, воспитания или тренировки, третья – с обоснованием и выявлением ее эффективности в результате проведенного эксперимента

Например, для достижения цели, связанной с методикой контроля за уровнем подготовленности пловцов, задачи исследования могут быть сформулированы следующим образом: 1. Проанализировать научно-методические источники о применяемых методах педагогического контроля за подготовленностью пловцов различной квалификации. 2. Разработать методику контроля за уровнем подготовленности начинающих пловцов. 3. Обосновать эффективность разработанной методики контроля и ее влияние на совершенствование физического и технического мастерства юных пловцов.

*Вариант 2.*

1. Выявить особенности развития динамического равновесия у младших школьников с нарушением слуха.

2. Разработать методику коррекции и развития динамического равновесия.

3. Проверить эффективность разработанной методики.

*Объем введения составляет 2-4 страницы.*

Показателем качества работы служат положения, выносимые на защиту, которые по отношению к гипотезе содержат преобразованный фрагмент того, что не очевидно и нуждается в защите [16,24]. Положения для защиты целесообразно формулировать по типу целей – укрупненными конструкциями. На защиту могут выноситься принципы, требования; обоснование чего-либо; условия, группы условий; содержание средств и методов; критерии эффективности; модель и т.д. Например, в диссертационном исследовании, в котором рассматриваются вопросы технологии комплексного подхода к воспитанию физических качеств юношей старших классов положения, выносимые на защиту, могут быть следующими:

2. Технология и модель образовательного процесса проведения уроков физической культуры на основе опережающего и сопряженного методов обучения и воспитания двигательных качеств.

3. Педагогическое обоснование эффективности применения модели воспитания двигательных качеств.

4. Медико- биологическое обоснование эффективности применяемой технологии, направленной на повышение адаптации организма юношей старших классов к учебной деятельности.

Не менее важным критерием качества исследования является критерий полезности или его **теоретическая и практическая значимость**.

В оценке теоретической значимости исследования авторы выделяют три уровня:

- общепедагогический, его имеют фундаментальные исследования, они приводят к переоценке важнейших концепций, фундаментальных понятий, изменению точек зрения на кардинальные вопросы педагогики;

- общепроблемный уровень, его имеют исследования, результаты которых изменяют существующие теоретические представления по отдельным проблемам или по ряду проблем в рамках конкретных областей педагогики;

- частнопроблемный уровень, его имеют исследования, результаты которых изменяют существующие теоретические представления по отдельным частным вопросам в общей проблеме.

Практическая значимость исследования также в обязательном порядке устанавливается и обосновывается. К наиболее часто используемым аргументам при обосновании практической значимости относят:

- положительные результаты использования разработок исследования в обществе, отдельном коллективе, производстве, отрасли науки, какой-либо практике;

- практические рекомендации для построения некоторой системы, сценария для достижения результата;

- рекомендации, содержащиеся в исследовании;

- предложения, позволяющих совершенствовать методику исследования;

- знания, полезные для использования в учебном процессе средней или высшей школы.

## 2.4.2.Глава 1

*В главе 1* анализируются источники литературы по выбранной теме. Главное - показать современные представления авторов о состоянии проблемы. Студент должен уметь не только анализировать мнения разных авторов, сопоставлять их, но дать им собственную интерпретацию. Необходимо четко разделять собственные мысли и суждения цитируемых авторов. При использовании заимствованных фактов, мыслей, суждений необходимо делать ссылки на авторов и год издания источника.

Поиск источников литературы по выбранной теме осуществляется студентом самостоятельно. При написании дипломной работы необходимо изучить соответствующие главы базовых учебников и методических пособий по теории и методике физической культуры и спорта, спортивно-педагогических дисциплин, физиологических основ физической культуры и спорта, теории и организации адаптивной физической культуры, физической реабилитации, лечебной физической культуре. Необходимо использовать в работе методические рекомендации и пособия, справочную литературу, материалы конференций, авторефераты диссертаций, публикации специализированных журналов и авторефератов диссертаций, которые

отражают современное состояние исследований на области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры.

Для написания дипломной работы рекомендуется использование баз данных и справочной информации из сети Интернет с внесением их в список использованной в работе литературы.

В работе необходимо использовать не менее 40 источников научной и методической литературы. Обязательным является использование источников современной литературы, изданных не позднее 5 лет. Количество таких источников должно составлять не менее 50% от общего числа источников, используемых в работе. Возможно также использование ретроспективных литературных источников с обязательным описанием необходимости или актуальности использования данных источников. Библиографические ссылки выполняются в соответствии с ГОСТ 7.1.-2003.

Раздел работы «Обзор литературы» должен заканчиваться кратким заключением (резюме) о наиболее спорных и мало освещенных сторонах изучаемой проблемы. *Рекомендуемый объем 1 главы - 15-20 страниц.*

### 2.4.3.Глава 2

Во второй главе описываются методы и организация исследования. При использовании широко известных методов и методических приемов, следует сделать ссылку на источник, где они подробно описаны. Модифицированные и оригинальные методы детально описываются в работе.

В процессе написания дипломной работы для решения поставленных задач студент может использовать следующие группы методов исследования:

1. *Теоретические методы:*

- научно-теоретический анализ источников литературы, архивных материалов;

- анализ документов (учебных планов, программ, стандартов и т.п.);

- анализ и обобщение опыта работы ведущих специалистов.

2. *Практические методы:*

- анализ медицинских карт, карт медико-психолого-педагогического контроля, индивидуальных карт психофизического развития;

- антропометрические измерения;

- регистрация техники двигательных действий (биомеханический анализ, экспертная оценка, анализ кино-, фото-, видеоматериалов);

- тестирование физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, выносливости, гибкости, координационных способностей);

- тестирование психических функций (восприятия, мышления, внимания, памяти, эмоций и др.);

- медико-биологическое тестирование (биологических функций): сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной и др. систем организма (функциональные пробы Генчи, Штанге, Ромберга, Гарвардский степ-тест, пульсометрия, тонометрия, измерение артериального давления и др.);

- анкетирование, опрос, беседа;

- педагогические наблюдения;
- педагогический эксперимент.

*Педагогические наблюдения* проводятся для получения первичной информации об интересующих сторонах педагогического процесса, для уточнения рабочей гипотезы или на завершающем этапе исследования для проверки эффективности рекомендаций, полученных в эксперименте и др. Объектом наблюдения могут быть: хронометрирование занятий, содержание учебного процесса, средства, методы, методические приемы коррекции и развития нарушенных функций, динамика физической и психоэмоциональной нагрузки, поведение, коммуникативная деятельность педагога и занимающихся и др.

Организация проведения наблюдения предполагает: определение цели (задач), объекта, способов наблюдения и методов анализа его результатов. Для регистрации результатов наблюдений могут использоваться самые разнообразные способы и приемы, как с применением технических средств, так и без них. Техника записи при этом тоже может быть различной- словесное описание наблюдаемого явления, графическое описание, протоколирование, стенографирование, фотографирование, видеосъемка.

*Беседа, интервью, анкетирование.*

Беседа применяется как самостоятельный метод или как дополнительный в целях получения необходимой информации или разъяснений, по поводу того, что не было достаточно ясным во время наблюдения. Беседа проводится по намеченному плану, в свободной форме, без записи ответов собеседника.

*Интервью* предусматривает получение информации путем устных ответов респондентов. В отличие от беседы, вопросы, построенные в определенной последовательности, здесь задает только исследователь, а респондент отвечает на них. В данном случае ответы могут записываться открыто по мере их получения.

*Анкетирование* предусматривает получение информации от респондентов путем письменного ответа на систему стандартизированных вопросов.

В спортивной практике анкетирование используется для изучения опыта учебно-воспитательной работы учителей физической культуры и тренеров, инструкторов по физической культуре, а также для анализа содержания и методов проведения занятий и др.

Для проведения анкетирования необязателен личный контакт исследователя с респондентами. Структура и характер анкет определяются содержанием и формой вопросов, которые задаются опрашиваемыми. По содержанию вопросы анкеты могут быть прямыми, которые предусматривают получение от респондента информации, непосредственно отвечающей задачам исследования и косвенными, когда получение необходимой информации осуществляется через серию косвенных побочных вопросов. По форме представления ответов вопросы анкеты подразделяются на открытые и закрытые. В методике анкетирования могут использоваться также и комбинированные анкеты, в которых часть вопросов может быть открытого типа, часть – закрытого.

### *Контрольные испытания (тестирование)*

Измерение или испытание, проводимое для определения состояния или способности человека, называется тестом. Процесс проведения контрольных испытаний называется тестированием. Следует различать лабораторное и педагогическое тестирование. С помощью контрольных нормативов и тестов в области физического воспитания и спорта можно решить следующие задачи:

- выявить общую тренированность, которая включает оценку функционального состояния внутренних органов, антропометрические измерения, уровень развития двигательных качеств;
- выявить специальную тренированность, с помощью комплексных методов тестирования, определить степень овладения техническими и тактическими навыками;
- выявить динамику развития спортивных результатов в процессе тренировки;
- разработать методику отбора талантливых спортсменов в различных видах спорта.

В качестве тестов могут быть использованы лишь те из них, которые удовлетворяют следующим метрологическим требованиям:

- должна быть определена цель применения того или иного теста;
- следует использовать стандартизованную методику тестирования;
- необходимо, чтобы применяемые тесты отвечали требованиям надежности и информативности;
- должна быть разработана система оценок результатов в тестах;
- необходимо указать вид контроля - оперативный, текущий, этапный, итоговый.

Тесты должны быть представлены с описанием процедуры проведения и ссылкой на автора(ов), которые обосновали его. Качество тестов определяется информативностью и надежностью (валидностью).

*Информативность теста* - это объективная мера отражения в показателе примененного контрольного упражнения (теста) уровня развития той стороны физической подготовленности, которая интересует исследователя. Другими словами, информативность показывает, действительно ли данным тестом измеряется то, что надо измерить, а не то, что может сопутствовать измеряемому (например, действительно ли подтягивание измеряет уровень развития силы, а не, предположим, выносливость).

*Надежностью теста* называется свойство теста давать идентичные результаты при:

- многократных исследованиях одним и тем же экспериментатором на одних и тех же занимающихся;
- проведении исследований одним и тем же экспериментатором на разных (аналогичных) группах занимающихся;
- проведении исследований разными экспериментаторами в одной и той же группе;
- проведении исследований разными экспериментаторами в разных (аналогичных) группах

*Педагогический эксперимент* обеспечивает опытную проверку гипотезы, предполагает запланированное вмешательство исследователя в педагогический процесс. Явление считается научным фактом только в том случае, когда оно способно неоднократно воспроизводиться в экспериментальной обстановке. При помощи педагогического эксперимента создается возможность проверки воспроизводимости изучаемого явления.

Педагогический эксперимент – основа теории и методики физического воспитания. Имеется несколько определений педагогического эксперимента как метода исследования: «Эксперимент педагогический – научно поставленный опыт или наблюдение явлений воспитания в точно учитываемых условиях». При этом устанавливается зависимость между тем или иным педагогическим воздействием или условием воспитания и обучения и его результатом» (Педагогический словарь,....). «Педагогический эксперимент – это специально организуемое исследование, проводимое с целью выяснения эффективности применения тех или иных методов, средств, форм, видов, приемов и нового содержания обучения и тренировки». «Педагогический эксперимент – это также наблюдение, но экспериментатор наблюдает тот процесс, который им самим вызван и организован, вмешивается в него, создает определенные условия, повторяет его». Все эти определения характеризуют педагогический эксперимент как запланированное и организованное вмешательство в изучаемый педагогический процесс.

При проведении эксперимента необходимо придерживаться некоторых принципов. Во-первых, из целостного педагогического процесса для экспериментального изучения могут быть выделены только такие его составляющие, которые реально существуют в практике физического воспитания и спорта как относительно самостоятельные. Во-вторых, факторы, взятые в эксперименте для сравнительного анализа, должны обладать существенной разницей в плане воздействия на них. Например, этим требованиям не соответствует сравнение двух методов ОФП начинающих легкоатлетов, когда в опытной группе соотношение времени выполнения упражнений на быстроту, ловкость и выносливость будет 20%,30%, 50%, а в контрольной – 25%, 35% и 40%, соответственно, так как резкого различия в применяемых средствах не наблюдается. Основное требование обусловлено одним условием: сопоставляемые факты должны быть направлены на решение одной и той же исследовательской задачи. В этой связи многие исследования сравнительную эффективность того или иного подхода решают примитивно – в опытных группах используют те или иные средства физического воспитания, а в контрольных не используют. В результате следует вывод, что применение каких-либо средств приводит к достоверным положительным результатам в соответствующих показателях. В-третьих, полученные в ходе эксперимента данные должны обладать практической значимостью.

Педагогические эксперименты различаются по нескольким признакам. В соответствии с целью различают преобразующий или констатирующий эксперимент.

*Преобразующий* (созидательный, формирующий) эксперимент предусматривает разработку принципиально нового для практики педагогического положения, разработанного в соответствии с рабочей гипотезой. Его продолжительность зависит от поставленных задач и сложности проблемы.

*Констатирующий* (контролирующий, практический) эксперимент предполагает проверку уже имеющихся знаний о том или ином факте или явлении. Эти исследования в момент их проведения, протекают без непосредственного вмешательства в ход учебно-воспитательного или учебно-тренировочного процесса, они лишь констатируют то, что есть.

По своей направленности эксперименты могут быть абсолютными (независимыми) и сравнительными. *Абсолютный* эксперимент направлен на изучение состояния того или иного явления в данный момент без учета его динамики. Проводится такой эксперимент на основе изучения линейной цепи ряда экспериментальных групп без сравнения их с контрольными путем накопления и сопоставления данных в области проверки поставленной гипотезы.

*Сравнительный* эксперимент – проводится в случае, когда ставится задача о выявлении наибольшей эффективности различных методик. Такой эксперимент всегда проводится на основе сравнения двух сходных групп, классов – экспериментальных и контрольных. В зависимости от условий проведения экспериментов они делятся на естественные, модельные и лабораторные. *Естественные* эксперименты представляют собой реальную практическую деятельность. При этом участники эксперимента могут знать о целях исследования (открытый эксперимент) и не знать (закрытый эксперимент). *Модельные* эксперименты предполагают проведение исследования в относительно строго контролируемых условиях, например, на учебно-тренировочных сборах, где все спортсмены имеют одинаковые условия - питание, режим тренировок и др. *Лабораторный* эксперимент предполагает проведение исследования в строгих условиях, когда контролируется влияние управляемого фактора (независимая переменная) на контролируемый фактор (зависимая переменная).

В зависимости от схемы построения эксперименты могут быть прямыми, перекрестными, многофакторными. При проведении *прямого* эксперимента занятия в контрольной и экспериментальной группах идут параллельно. Подбираются две однородные группы испытуемых. Одна из них контрольная (в которой применяется обычная педагогическая методика), другая экспериментальная, в которой используется новая методика. По окончании эксперимента регистрируется его результат – изучаемые показатели экспериментальной и контрольной групп. Если математически доказано, что различия между результатами экспериментальной и контрольной групп статистически достоверны, то можно полагать, что экспериментальная методика оказалась более эффективной (или наоборот).

При проведении *перекрестного* эксперимента контрольная и экспериментальная группы поочередно меняются местами, что, во-первых,



позволяет обходиться без контрольных групп, а также снижает возможность влияния случайных факторов. Для более точного исследования в последние годы широко применяются многофакторные эксперименты, когда необходимо проверить сложные гипотезы о взаимосвязях между переменными.

Для получения достоверных фактов в ходе эксперимента необходимо соблюдать ряд условий, таких как оценка и отбор уравниваемых и варьируемых условий.

*Уравниваемыми условиями* проведения эксперимента называются условия, обеспечивающие сходство и изменчивость протекания эксперимента в контрольных и экспериментальных группах. Во-первых, это полное равенство начальных данных (количество испытуемых в контрольной и экспериментальной группах должно быть примерно одинаковым, уровень физической подготовленности, возраст, пол). Во-вторых, иметь равенство условий проведения эксперимента (использование одного и того же стандартного инвентаря, и т.д.).

*Варьируемыми условиями* – называют точно определяемые и сопоставимые условия, подлежащие изменению с целью экспериментального сравнения с аналогичными условиями в контрольных группах, например, набор упражнений для воспитания того или иного физического качества, интенсивность и объем их на занятиях.

*Планирование и методика проведения эксперимента.*

В большинстве исследований на основе исходных экспериментальных данных предлагается теория, далее выдвигается гипотеза, которая, в конечном счете проверяется в эксперименте. Для проведения эксперимента требуются необходимые ресурсы для проведения эксперимента.

Выделяют четыре основных вида конструирования экспериментальных групп:

1. Формируются две группы - экспериментальная и контрольная, которые ставятся в разные условия.

2. В случае невозможности формирования контрольной группы предполагается исследование одной группы, как в экспериментальных, так и в контрольных условиях.

3. Для формирования схожих по составу испытуемых используется вариант, при котором для каждого субъекта группы подбирается эквивалентный ему, и они распределяются по разным группам.

4. Формирование нескольких групп, которые в ходе эксперимента ставятся в разные условия. Этот способ применяется при факторном планировании эксперимента.

В спортивной практике возможен эксперимент с одним испытуемым, когда индивидуальными различиями можно пренебречь, т.е. все испытуемые признаются эквивалентными, а также, в случае если испытуемый уникален и проблема переноса данных неактуальна. Простейшая схема проведения такого эксперимента заключается в том, что сначала испытуемый находится в условиях А, затем, в условиях В, а на третьем этапе вновь в условиях А.

Организация педагогического эксперимента связана с планированием его проведения, которое определяет последовательность всех этапов работы. Соблюдение последовательности в проведении эксперимента способствует достоверности полученных результатов и практической значимости. Итак, после того как решен вопрос о необходимости проведения исследования, необходимо сформулировать рабочую гипотезу, которая должна быть положена в основу эксперимента. О том, как правильно выдвинуть научную гипотезу, подробно рассказано в предыдущем параграфе. Следующим шагом будет решение вопроса о видах и типах эксперимента, которые зависят от цели и задач исследования, средств используемых для проведения эксперимента и т.п. Затем необходимо определиться с варьируемыми и уравниваемыми условиями, к которым, прежде всего, будет относиться: место проведения, контингент испытуемых, средства для проведения эксперимента и др. В зависимости от общей цели и частных задач эксперимента можно приступить к составлению программы эксперимента, в которой указываются содержание и последовательность действий: определение целей и задач исследования; формулировка научной гипотезы; выбор типа эксперимента; выбор и оценка общих условий проведения эксперимента; оценка и отбор уравниваемых данных, их показателей в методике сбора этих данных; составление общей программы эксперимента.

Заключительной задачей проведения эксперимента, является подведение итогов и формулировка выводов. Необходимо учесть, чтобы итоги не были глобальными, выходящими за пределы поставленных задач и были ориентированы на выдвинутую гипотезу исследования. Допускается высказывание предположений автором о возможности распространения выводов на пограничные области и указание основных направлений исследований в этой области, а также практические предложения о внедрении в практику результатов проведенного исследования.

В исследованиях, проводимых в лечебно-профилактических учреждениях, реабилитационных центрах педагогический эксперимент может быть исключен.

*Методы математической обработки и анализа результатов исследования.* Для обобщения и объяснения установленных фактов и их связей используются методы интерпретации информации, предполагающие два вида анализа: количественный и качественный. Для оценки результатов педагогического воздействия широко используются математико-статистические методы, использование которых позволяет сформулировать правильные выводы, выявить достоверность полученных результатов исследования. Кроме того, при помощи статистических методов сравнения выборок можно решать проблемы контроля за ходом тренировочного процесса, сравнивая этапные состояния подготовленности с исходным уровнем, изучать динамику показателей спортивной деятельности или оценивать изменения показателей физического развития с возрастом занимающихся.

*Количественный анализ* с помощью математической статистики позволяет наиболее полно охарактеризовать изучаемое явление. При

статистической обработке материалов используются *корреляционный, факторный и регрессионный анализы*. Для установления достоверности сдвигов (например, между результатами в начале и в конце эксперимента) используются параметрические и непараметрические критерии различия. Статистические методы в педагогическом исследовании служат средством анализа групповых данных и не являются точным отображением индивидуальных показателей.

Методы математической статистики, применяемые при обработке экспериментальных данных (формулы можно не указывать, достаточно сделать ссылку на источник литературы, где представлен данный метод).

В параграфе *организация исследования* подробно излагаются:

- организация исследования (контингент и количество участников исследования, их характеристика - пол, возраст, двигательные и психические возможности, состояние и группа здоровья и т. п.);
- продолжительность исследования (минимальный срок должен составлять 6 недель);
- время, место и условия проведения педагогического эксперимента, с описанием его содержания, этапов проведения, методов оценки результатов исследования (тестирования, функциональных проб и т.д.).

***Объем главы 2 составляет 7-10 страниц.***

#### **2.4.4.Глава 3**

В третьей главе, посвященной результатам исследования и их обсуждению, приводится экспериментальный материал. Его целесообразнее представлять в логической последовательности в отдельных параграфах. В этой главе студент полученными результатами исследования решает поставленные задачи.

Результаты измерений оформляются в виде протоколов, которые выносятся в приложение, в тексте автор оперирует лишь средними показателями, полученными в результате статистической обработки экспериментальных данных. Результаты статистической обработки данных оформляют как приложение (таблицы), в текст помещают построенные на их основе графики, рисунки, схемы, диаграммы. Обязательно указание достоверности полученных результатов исследования. После описания полученного материала следуют его анализ и обсуждение - сопоставление с данными других исследований, высказывается собственное суждение по существу полученных результатов.

Анализ, обобщение, интерпретация результатов исследования - наиболее ответственный этап научной работы, характеризующий творческие способности студента, его самостоятельность, знание проблемы. Данный этап работы предусматривает обсуждение результатов экспериментального исследования. Для этого необходимо:

- выделить основные положения для анализа;
- определить логическую последовательность обсуждаемых вопросов;

- сопоставить полученные в эксперименте факты с результатами других авторов (они могут совпадать, не совпадать, противоречить);
- дать оценку причин, вызывающих расхождение результатов (разные условия, другой возраст, неоднородный контингент, недостаточно продолжительный эксперимент и др.);
- определить с позиции, какой научной теории или концепции можно объяснить полученные результаты;
- дать заключение о подтверждении (или опровержении) рабочей гипотезы.

***Ориентировочный объем третьей главы - 18-25 страниц.***

#### **2.4.5. Выводы и практические рекомендации**

После третьей главы следуют *выводы*, которые должны соответствовать поставленным в работе задачам. Выводы должны быть краткими, конкретными и вытекать из результатов фактического материала исследования. В выводах указываются основные результаты, полученные в ходе исследования, которые подтверждают выдвинутую гипотезу или опровергают ее и достоверность полученных результатов.

Выводы должны отражать суть работы в соответствии с выбранной темой, актуальностью проблемы, рабочей гипотезой, целью и задачами исследования. Они излагаются в лаконичной форме и отвечают на задачи, поставленные в исследовании. Выводы распространяются лишь на сферы деятельности, контингент и возрастные группы, рассмотренные в исследовании.

Количество выводов может превышать количество поставленных задач, если для достижения одной поставленной использовались несколько показателей или методов оценки.

После выводов оформляются *практические рекомендации* по результатам проведенного исследования. В практических рекомендациях указывается практическая значимость результатов исследования, конкретизируются эффективность и результативность проведенных занятий, а также указывается возможность применения предложенной методики, комплекса упражнений, применяемых в исследовании, на практике.

#### **2.4.6. Список литературы и приложения**

*Список литературы* составляется согласно правилам библиографического описания источника в соответствии с ГОСТом. В список включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в основном тексте. Вначале размещаются литературные источники отечественных авторов, далее зарубежных авторов и затем Интернет-источники. В основном тексте ссылка на источник дается в виде порядкового номера в квадратных скобках.

*Приложения* представляют собой часть текста, имеющую дополнительное значение, но необходимую для более полного освещения темы

и размещаются в конце ВКР. В приложения включаются карты обследования, протоколы педагогических наблюдений, тестирования, функциональных проб, образцы анкет и т.п. Также в приложении размещаются комплексы упражнений, конспекты занятий, уроков, проводимых во время исследования. В качестве приложения могут быть представлены сценарии проведенных мероприятий, фотоальбомы, видеозаписи, нормативные документы, инструкции и правила, анкеты и др.

Форма приложений может быть следующая: текст, таблицы, чертежи, схемы и др. В приложения не следует включать материалы, не имеющие прямого отношения к содержанию работы. Каждому документу присваивается порядковый номер (арабскими, реже римскими цифрами). Номер приложения (без знака №) помещают в верхнем правом углу над заголовком. В тексте дипломной работы обязательно должны быть ссылки на материал, представленный в приложении.

## ГЛАВА 3. ОФОРМЛЕНИЕ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ (ВКР)

### 3.1. Оформление текста работы

Дипломная работа должна иметь титульный лист, оглавление, введение, главы текста с иллюстративным материалом, заключение, выводы, практические рекомендации (если имеются), список литературы, приложения. Дипломная работа сдается в сброшюрованном виде. Правила оформления титульного листа представлены в приложении 1.

Текст ВКР должен соответствовать следующим требованиям:

- соответствие изучаемой проблеме, полнота изложения экспериментального материала, точность словоупотребления;
- логичность и четкое построение частей работы, подчиненность каждой части изложения основной цели работы, развернутость подтем, логичный переход от одного положения к другому;
- соблюдение основных норм русского языка (орфографических, пунктуационных, лексических, грамматических, стилистических), правильный порядок слов в предложении, выделение абзацев;
- соответствие научному стилю изложения.

Ответственность за качество письменного текста несет студент, поэтому перед сдачей работы научному руководителю, необходимо внимательно вычитать текст, используя компьютерные программы; проверить фамилии, инициалы, год публикации цитируемых авторов. Работы, не соответствующие указанным требованиям, возвращаются автору на доработку и исправление замечаний.

Дипломная работа должна быть выполнена в печатном виде на одной стороне белого стандартного листа А4 (210x297 мм). Параметры страниц устанавливаются следующим образом. Поля: верхнее и нижнее – 20 мм; правое 10 мм; левое – 30 мм; нижнее 20 мм. Текст дипломной работы набирается через 1,5 интервал.

*Переносы в тексте не допускаются.*

Каждая строка должна содержать не более 60-65 знаков, включая интервалы между словами.

Шрифт – *Обычный Times New Roman*. Размер шрифта – 14. Интервал шрифта – обычный, без смещения.

Выравнивание основного текста по ширине.

Рубрикация – система взаимосвязанных заголовков, включающая названия глав, параграфов и подпараграфов. Каждый раздел дипломной работы начинается с новой страницы (Оглавление, Введение, Глава I, Глава II, Глава III, Заключение, Выводы, Практические рекомендации, Список литературы, Приложения).

Ступени рубрикации обозначают шрифтом; главы, параграфы и подпараграфы нумеруются арабскими цифрами, соответственно: 1., 1.1., 1.1.1. Название главы печатается прописными (заглавными) буквами прямым 14 шрифтом, параграфов – прямыми строчными буквами 14 жирным шрифтом,

подпараграфов – 14 жирным курсивом. Подчеркивание не рекомендуется. Каждая глава, введение, список литературы начинается с новой страницы, параграфы и подпараграфы – на той же странице, где заканчивается предыдущий. Введение, список литературы, выводы, практические рекомендации и приложения цифрами не обозначаются.

Заголовки разделов и подразделов пишутся по центру, отделяя их от основного текста двумя интервалами (1,0 x 2). Точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся.

Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Каждый абзац начинается с красной строки, отступ – 125 мм (табуляция - 125 мм).

Каждая страница дипломной работы должна быть пронумерована за исключением титульного листа и содержания.

Нумерация страниц проставляется вверху по центру. Первой считается титульный лист, второй - оглавление, без цифрового обозначения. Далее с третьей, все страницы, включая иллюстрации и приложения, нумеруются по порядку от титульного листа без пропусков и повторений.

В научной и методической литературе часто употребляются такие сокращенные слова, как ЧСС, ОФП, АФК, ДОУ, ДЦП и др., которые называются аббревиатурой. Ссылки на предыдущие страницы текста пишутся сокращенно, в скобках. Например ...(с. 8).

### **3.2. Оформление списка литературы**

Связь списка литературы с текстом осуществляется с помощью ссылок, для нумерации которых используются арабские цифры в квадратных скобках.

Например, «Использование показателя плотности тренировки очень важно для качества подготовки спортсмена [11, 24].».

*Порядок оформления библиографии* осуществляется в соответствии с ГОСТом 7.1-2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Внимание! *ISBN* с указанием его номера (например, 5-7749-0235-8) располагается на второй странице книги в нижнем левом углу.

#### *1. Оформление книги*

– *Описание книги одного автора:*

Фатхутдинов Р.А. Стратегический менеджмент: учебник для вузов.-6-е изд., испр. и доп.- М.: ДЕЛЮ, 2004.- 448 с.- ISBN 5-7749-0235-8.

– *Описание книги двух, трех авторов:*

Мунчаев Ш.М. История России: учебник для вузов / Ш.М. Мунчаев, В.М. Устинов.- 3-е изд., изм. и доп.- М.-: изд-во «Норма» (издательская группа НОРМА-ИНФРА-М), 2002.- 768 с. - ISBN 5-85009-608-6.

Евсеев С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: учебное пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суслиев.- М.: Советский спорт,

2000.- 152 с.- (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья). - ISBN 5-85009-608-6.

– *Описание книги четырех и более авторов:*

История России с древнейших времен до наших дней : учебник / А.С. Орлов [и др.]; МГУ им. М.В.Ломоносова. Исторический ф-т.- М.: Проспект, 2000.- 544 с. - ISBN 5-9278-0006-8.

Философия. Учение о бытии, познании и ценностях человеческого существования: учебник для вузов / В.Г. Кузнецов [и др.]- М.-: ИНФРА-М, 2005.- 519 с. – (Высшее образование).- ISBN 5-86225-919-8.

## 2. Оформление электронных ресурсов

– *Описание электронных ресурсов:*

Электронный каталог ГПНТР России : база данных содержит сведения о всех видах лит., поступающих в фонд ГПНТБ России.- Электронные данные (5 файлов, 178 тыс. записей).- М., [199.-].- Режим доступа: <http://www.gpntb.ru>....- Загл. с экрана.

Художественная энциклопедия зарубежного классического искусства.- Электрон. текстовые, граф., зв. дан. и прикладная прогр. (546Мб).- М.: Большая Рос.энцикл. [и др.], 1996.- 1 электрон. опт. диск (CD-ROM): за., цв.; 12 см + рук. Пользователя (1 л.) + открытка (1 л.).- (Интерактивный мир).- Систем. Требования: ПК 486 или выше; 8 Мб ОЗУ; Windows-3.1 или Windows-95; SVGA32768 и более цв.; 640X480; 4x CD-ROM дисковод; 16-бит, зв.карта; мышь.- Загл.с экрана.- Диск и сопровод. материал помещены в контейнер 20x14 см.

Прогноз социально-экономического развития города Нижнего Новгорода.- Режим доступа: <http://www.admgor/nnov.ru>.- Загл. с экрана.

## 3. Оформление статьи

– *Статья одного автора:*

Чернова Е. Придорожники: [перспективы российского рынка придорожных отелей] // Гостиничное дело.- 2005.- №10.- С.44-48.

Соколова Г. Как собрать миллион? На Заволжском моторном заводе выпущен юбилейный двигатель // Нижегородские новости.- 2005.- 12 ноября.- С.2.

– *Статья двух, трех авторов:*

Дегтярев А. Инструментальный анализ деловой коррупции в России /А. Дегтярев, Р. Маликов// Вопросы экономики.- 2005.- №10.- С. 103-118.

– *Статья четырех и более авторов:*

Организация дистанционного обучения в условиях интеграции вузов / А.В. Кобзев [и др.]// Высшее образование сегодня.- 2005.- №3.- С.24-29.

## 4. Оформление еженедельных изданий

Семенчук Е. Курс молодого бойца: [тем, кто ищет работу впервые]// Биржа плюс Карьера.- 2005.- 9 ноября (№45).- С. 6.

*Если журнал выходит с периодичностью один раз в два месяца - записываем месяцы (первый с заглавной, второй со строчной буквы) и номер выпуска.*



Соколов А.В. Методология назначения индивидуального санаторно-курортного лечения // Курортные ведомости.- 2005.- Июль-авг. (№4).- С.23-26.

#### 5. Оформление законодательных материалов

Первым элементом в заголовке приводится название страны, затем - наименование органа власти. Сведения, относящиеся к заглавию, записываются через двоеточие со строчной буквы.

Российская Федерация. Законы. О внесении изменений в Федеральный закон «О федеральном бюджете на 2005 год»: федер.закон: [принят Гос. Думой 19 окт. 2005 г.: одобр. Советом Федерации 26 окт. 2005 г.]// Российская газета.- 2005.- 10 ноября.- С. 9-32.

### 3.3. Оформление цифрового материала

Наряду с текстовой информацией в ВКР значительное место занимает цифровая информация. Цифровая информация чаще всего оформляемая в виде *таблиц*, которые должны отличаться компактностью и иметь единообразие в построении. Каждая таблица нумеруется и имеет название. Слово «Таблица» (сокращать нельзя) и порядковая цифра (без знака №) пишутся в правом верхнем углу, после чего точка не ставится (пример: Таблица 1). При оформлении ВКР целесообразно использовать сквозную нумерацию таблиц, т.е. единую нумерацию с первой до последней глав.

Ниже размещается тематический заголовок (название) таблицы - строчными буквами 14 шрифтом *Обычный Times New Roman*, интервал – одинарный, выравнивание – по центру, точка в конце заголовка не ставится, переносы не допускаются. В таблице выделяют элементы и части:

а) *подлежащее* – это те явления, предметы которые в таблице характеризуются;

б) *сказуемое* – их характеристика.

Текст внутри таблицы оформляется следующим образом: шрифт 12 или 14 *Обычный Times New Roman*, междустрочный интервал – одинарный.

Перед сокращенным обозначением единицы измерения величины, приводимой в таблице, ставится запятая.

Если в работе приводится всего одна таблица, в правом верхнем углу пишется слово «Таблица» без номера. Заголовок над таблицей в этом случае не ставится.

Пример оформления таблицы:

Таблица 1 – **Возрастная динамика спортивных результатов сильнейших бегунов мира на дистанциях 100 и 200 м, сек.**

Квалификация	Мужчины			Женщины		
	Возраст, М±σ	Результат		Возраст, М±σ	Результат	
		100 м	200 м		100 м	200 м
I	16,3±1,0	10,84	22,04	15,3±1,0	12,22	25,24
КМС	17,6±1,0	10,51	21,35	16,56±1,0	11,81	24,37
МС	18,5±1,0	10,23	20,87	18,5±1,0	11,36	23,30
МСМК	20,4±1,5	10,13	20,50	20,2±1,5	11,17	22,42

Если таблица занимает не одну страницу, то на следующей странице в верхнем правом углу над таблицей пишется: Продолжение таблицы 1, на последней странице – Окончание таблицы 1.

Заголовки должны быть над каждой графой; не нужны они над продолжением таблицы.

Нумерация граф применяется, когда нужны ссылки на них в тексте. Графа «номер по порядку» обязательна только при необходимости ссылок в тексте на строки таблицы, обозначается - № п/п.

В тексте на все таблицы должны быть ссылки. Когда в работе всего одна таблица, то слово «Таблица» пишется полностью.

В остальных случаях - сокращенно. Например: «Материалы представлены в табл.2».

Материалы, приведенные в таблице, необходимо обязательно сопровождать пояснением, обсуждением и т.д. Например:

«Как следует из таблицы 2...»

«Из приведенной таблицы 2 видно, что...»

«Материал, приведенный в таблице 2, свидетельствует о...» и т.д.

Если после приведенной таблицы и обсуждения ее материалов приводится следующая таблица, но она не вмещается на оставшейся части листа, то обсуждение ее материалов (с обязательной ссылкой на номер таблицы) может предшествовать самой таблице, которая размещается на следующем листе.

Таблицу можно сопровождать рисунком, если надо наглядно продемонстрировать характер протекания изучаемого процесса, выявить соотношение частей и т.п.

### **3.4. Оформление графического материала**

Ценным дополнением к цифровой информации, статистическому анализу и обобщению результатов в ВКР являются *рисунки*. Они могут быть в виде графиков, схем, диаграмм, фотографий.

*Рисунки* имеют отдельную нумерацию. Подпись к рисунку делается 12 шрифтом, *Обычный Times New Roman* внизу, выравнивание – по ширине, в следующем порядке: сокращенное слово Рис., порядковый номер (без знака №), точка. Название рисунка приводится с заглавной буквы, в конце названия точка не ставится. Рисунок должен занимать не более 1/3 страницы. Рисунки ВКР могут быть выполнены в цвете или быть черно-белыми. Секторы диаграммы и столбцы должны быть различимы, т.е. иметь разную заливку (цвет, текстуру, узор).

Располагать иллюстрации в ВКР необходимо непосредственно после ссылки на нее в тексте, например: «На рис.1 представлен...».

Наиболее часто результаты исследований представляются в виде диаграмм и графиков.

*Диаграммы* – могут иметь вид столбцов или секторов.

Секторная диаграмма (рис. 1) и круговая диаграмма (рис. 2) может быть использована в случаях, когда результаты представлены в процентном отношении. При этом площадь круга принимается за 100%. Каждый сектор диаграммы должен иметь название и значение.

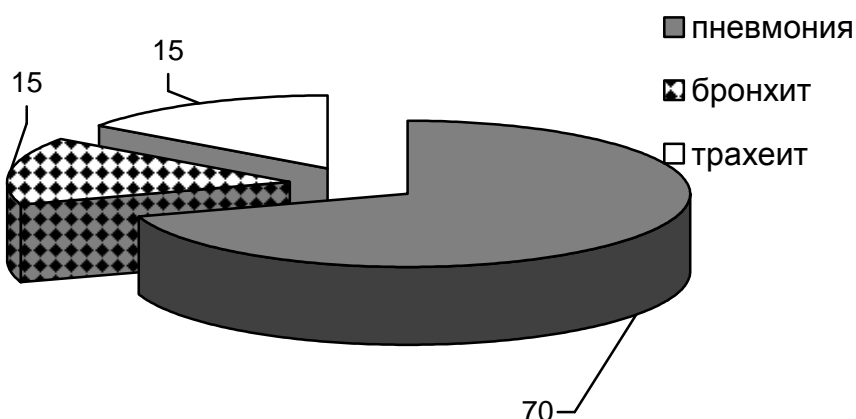


Рисунок 1 – Структура заболеваемости участников исследования

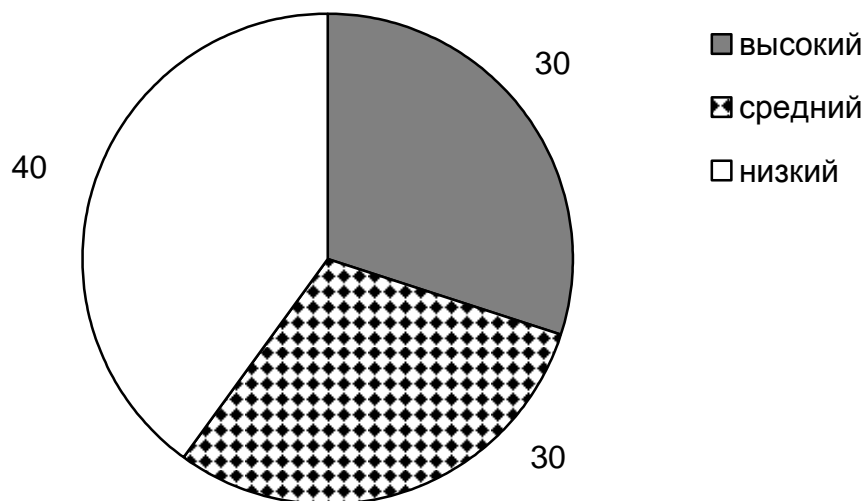


Рисунок. 2 – Уровень физического развития участников исследования

Столбиковая диаграмма (рис. 3) – это последовательность столбцов, каждый из которых опирается на один разрядный интервал, а высота его отражает число случаев или частоту в этом разряде. Каждая ось должна быть обозначена.

Для сравнения двух или нескольких рядов измерений можно построить график (рис. 4).

*График* – чертеж, применяемый для наглядного геометрического изображения количественной зависимости явлений. В этом случае значения измерений наносятся на одни и те же оси ординат ломаными линиями. Каждая ось должна быть обозначена.

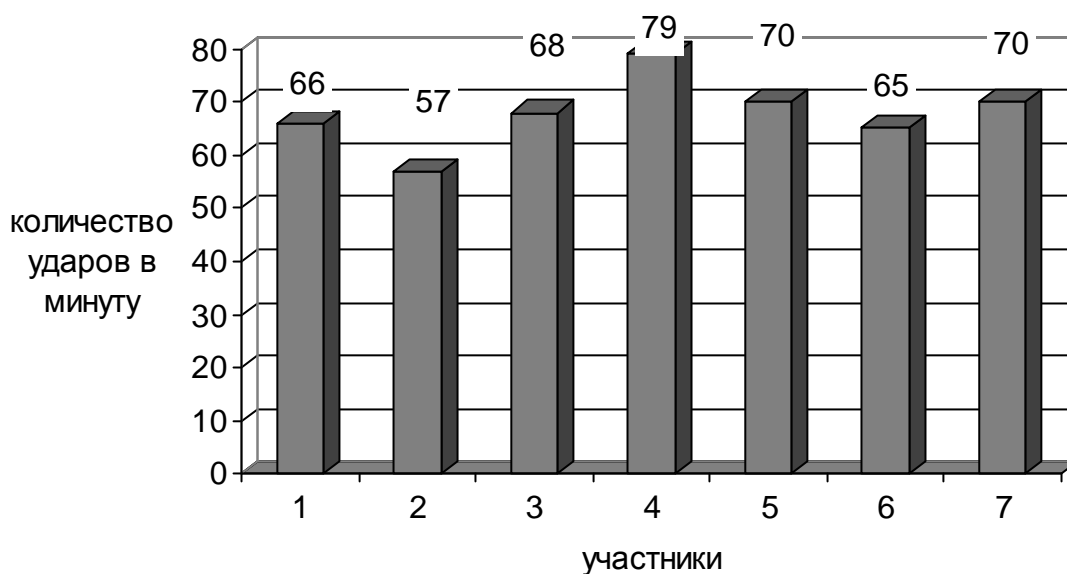


Рисунок. 3 – Индивидуальные данные пульса при занятиях физическими упражнениями

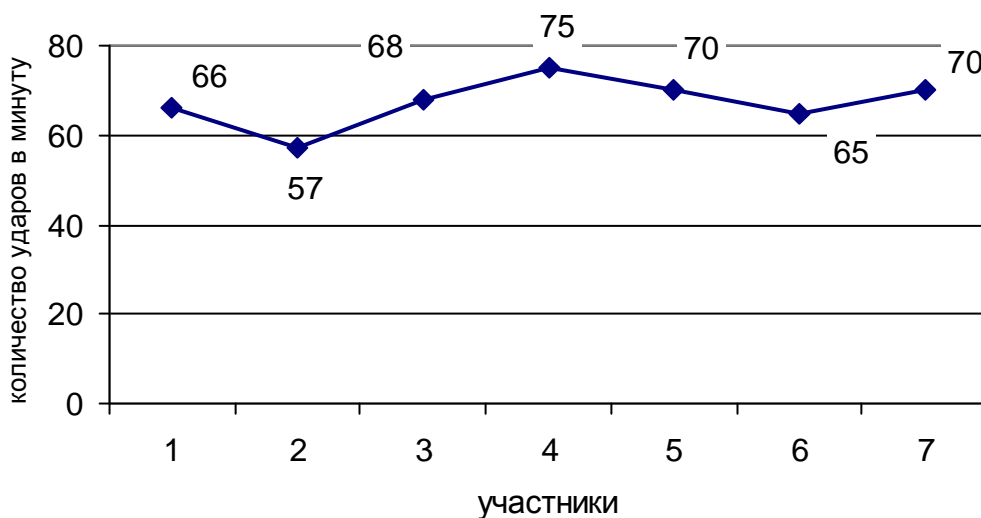


Рисунок. 4 – Частота сердечных сокращений у учащихся 1 класса на уроке физической культуры

### 3.5. Работа над рукописью выпускной квалификационной работы

Черновую рукопись дипломной работы желательно выполнять на стандартных листах писчей бумаги. Такие листы надо заполнять только на одной стороне, чтобы в случае необходимости можно было делать различные текстовые вставки или, наоборот, выкидки, не переписывая страницу заново.

Страницу не заполняют, оставляют место для последующих дополнений и изменений. Записи на странице располагают так, чтобы с одного взгляда было ясно какие идеи или понятия являются основными. Целесообразно выделять важную часть текста, используя цвет, обвод, маркер и другие известные способы.

В процессе работы необходимо постоянно следить за тем, чтобы не отклоняться от заданной темы. Можно увлечься какими-либо одним- двумя аспектами и получить в результате текст, в котором не затронут целый ряд ключевых моментов. Не следует начинать с введения. Введение лучше написать позднее, когда будет точно известно, что получилось в процессе работы и подготовлена заключительная часть. После формулировки выводов и заключения излагается введение, которое должно указывать на то, что уже написано, тогда оно автоматически будет соответствовать содержанию.

После написания чернового текста дипломной работы приступают к редактированию написанного, стремясь к тому, чтобы каждый абзац содержал самостоятельную мысль. Лучше всего, если по первой фразе абзаца уже будет видно, о чем идет речь. Обычно руководители, желающие получить представление о содержании работы, читают лишь первые фразы каждого абзаца.

Если работа выполняется по заранее подготовленному плану, то необходимо выделить время для того, чтобы работа «отлежалась». Отвлечение весьма полезно при выполнении любых больших письменных работ. Вернувшись к ней спустя несколько дней, можно взглянуть объективно на уже написанный текст примерно так, как проверяющий, и, вполне возможно, увидеть немало путей улучшения его содержания. Отдаление на некоторое время от выполняемой работы позволяет выявить необходимость многих изменений.

Перед тем как переходить к окончательной обработке черновой рукописи, полезно обсудить основные положения ее содержания со своим научным руководителем. Работа над белой рукописью начинается, когда макет черновой рукописи готов. Все нужные материалы собраны, сделаны необходимые обобщения, которые получили одобрение научного руководителя. Теперь начинается детальная шлифовка текста рукописи. Проверяются и критически оцениваются каждый вывод, формула, таблица, каждое предложение, каждое отдельное слово. Студент еще раз проверяет, насколько заглавие его работы и название параграфов соответствует их содержанию, уточняет композицию научного произведения, расположение

материалов и их рубрикацию. Желательно также еще раз проверить убедительность аргументов в защиту своих научных положений. Здесь, как уже говорилось, целесообразно посмотреть на свое произведение как бы "чужими глазами", строго критически, требовательно и без каких-либо послаблений.

### **3.6. Язык и стиль выпускной дипломной работы**

Основное место в научной прозе занимают формы несовершенного вида глагола и формы настоящего времени, так как они не выражают отношение описываемого действия к моменту высказывания. Часто употребляется изъявительное наклонение глагола, редко — сослагательное наклонение, и почти совсем не употребляется повелительное наклонение. Широко используются возвратные глаголы, пассивные конструкции, что обусловлено необходимостью подчеркнуть объект действия, предмет исследования [16,25,34] (например: "В данной статье рассматриваются..."). В научной речи очень распространены указательные местоимения "этот", "тот", "такой". Они не только конкретизируют предмет, но и выражают логические связи между частями высказывания (например: "Эти данные служат достаточным основанием для вывода..."). Местоимения "что-то", "кое-что", "что-нибудь" из — за неопределенности их значений в тексте исследовательских работ не используются.

Научная речь (синтаксис) характеризуется строгой логической последовательностью, здесь отдельные предложения и части сложного синтаксического целого, все компоненты (простые и сложные), как правило, очень тесно связаны друг с другом, каждый последующий вытекает из предыдущего или является следующим звеном в повествовании или рассуждении. В тексте преобладают сложные союзные предложения. Отсюда богатство составных подчинительных союзов "благодаря тому, что", "между тем как", "так как", "вместо того, чтобы", "ввиду того, что", "оттого, что", "вследствие того, что", "после того как", "в то время как" и др. Особенно употребительны производные отыменные предлоги "в течение", "в соответствии с...", "в результате", "в отличие от...", "наряду с...", "в связи с..." и т.п. В научном тексте чаще встречаются сложноподчиненные, а не сложносочиненные предложения. Это объясняется тем, что подчинительные конструкции выражают причинные, временные, условные, следственные и тому подобные отношения, а также тем, что отдельные части в сложноподчиненном предложении более тесно связаны между собой, чем в сложносочиненном. Части же сложносочиненного предложения как бы нанизываются друг на друга, образуя своеобразную цепочку, отдельные звенья которой сохраняют известную независимость и легко поддаются перегруппировке.

У письменной научной речи имеются и чисто стилистические особенности. Объективность изложения — основная стилевая черта такой речи, которая вытекает из специфики научного познания, стремящегося установить научную истину. Отсюда наличие в тексте научных работ вводных слов и

словосочетаний, указывающих на степень достоверности сообщения. Благодаря таким словам тот или иной факт можно представить как вполне достоверный (конечно, разумеется, действительно), как предполагаемый (видимо, надо полагать), как возможный (возможно, вероятно).

Обязательным условием объективности изложения материала является также указание на то, каков источник сообщения, кем высказана та или иная мысль, кому конкретно принадлежит то или иное выражение. В тексте это условие можно реализовать, используя специальные вводные слова и словосочетания (по сообщению, по сведениям, по мнению, по данным, по нашему мнению и др.).

Стиль письменной научной речи — это безличный монолог. Поэтому изложение обычно ведется *от третьего лица*, так как внимание сосредоточено на содержании и логической последовательности сообщения, а не на субъекте. Сравнительно редко употребляется форма первого и совершенно не употребляется форма второго лица местоимений единственного числа. Авторское "я" как бы отступает на второй план.

Действительно, выражение авторства через "мы" позволяет отразить свое мнение как мнение определенной группы людей, научной школы или научного направления. И это вполне объяснимо, поскольку современную науку характеризуют такие тенденции, как интеграция, коллективность творчества, комплексный подход к решению проблем. Местоимение "мы" и его производные как нельзя лучше передают и оттеняют эти тенденции. Став фактом научной речи, местоимение "мы" обусловило целый ряд новых значений и производных от них оборотов, в частности, с притяжательным местоимением типа "по нашему мнению".

Качествами, определяющими культуру научной речи, являются *точность, ясность и краткость*. Смысловая *точность* — одно из главных условий, обеспечивающих научную и практическую ценность заключенной в тексте ВКР информации. Действительно, неправильно выбранное слово может существенно исказить смысл написанного, дать возможность двоякого толкования той или иной фразы, придать всему тексту нежелательную тональность.

Между тем авторы исследовательских работ не всегда добиваются точности словоупотребления, небрежно отбирая слова, которые часто искажают высказанную мысль. Отсюда различного рода лексические ошибки, лишаящие научную речь точности и ясности.

Точность научной речи обусловлена не только целенаправленным выбором слов и выражений — не менее важен выбор грамматических конструкций, предполагающий точное следование нормам связи во фразе. Возможность по-разному объяснять слова в словосочетаниях порождает двусмысленность.

Другое необходимое качество научной речи — ее *ясность*. Ясность — это умение писать доступно и доходчиво.

Практика показывает, что особенно много неясностей возникает там, где авторы вместо точных количественных значений употребляют слова и

словосочетания с неопределенным или слишком обобщенным значением. Очень часто авторы пишут "и т.д." в тех случаях, когда не знают, как продолжить перечисление, или вводят в текст фразу "вполне очевидно", когда не могут изложить доводы. Обороты "известным образом" или "специальным устройством" нередко указывают, что автор в первом случае не знает, каким образом, а во втором – какое именно устройство.

Во многих случаях нарушение ясности изложения вызывается стремлением отдельных студентов придать своему труду видимость научности. Отсюда и совершенно ненужное наукообразие, когда простым, всем хорошо знакомым предметам дают усложненные названия. Самое обычное понятие, обозначаемое общеизвестным словом, у таких авторов вдруг выступает под сугубо научно-техническим наименованием. Нередко доступность и доходчивость называют простотой. Простота изложения способствует тому, что текст выпускной работы читается легко, т.е. когда мысли ее автора воспринимаются без затруднений. Однако нельзя отождествлять простоту и примитивность. Нельзя также путать простоту с общедоступностью научного языка. Популяризация здесь оправдана лишь в тех случаях, когда научная работа предназначена для массового читателя. Главное при языково-стилистическом оформлении текста исследовательских работ в том, чтобы его содержание по форме своего изложения было доступно тому кругу ученых, на которых такие работы рассчитаны.

*Краткость* – третье необходимое и обязательное качество научной речи, более всего определяющее ее культуру. Реализация этого качества означает умение избежать ненужных повторов, излишней детализации и словесного мусора. Каждое слово и выражение служит здесь той цели, которую можно сформулировать следующим образом: как можно не только точнее, но и короче донести суть дела. Поэтому слова и словосочетания, не несущие никакой смысловой нагрузки, должны быть полностью исключены из текста дипломной работы.

К речевой избыточности следует отнести и употребление без надобности иностранных слов, которые дублируют русские слова и тем самым неоправданно усложняют высказывание. Зачем, например, говорить "ничего экстраординарного", когда можно сказать "ничего особенного"; вместо ординарный – обыкновенный, вместо, игнорировать — не замечать, вместо лимитировать – ограничивать, вместо ориентировочно — примерно, вместо функционировать – действовать, вместо детерминировать — определять, вместо апробировать – проверять и т.д. Другая разновидность многословия — тавтология, т.е. повторение того же самого другими словами.

Для языково-стилистического оформления дипломной работы очень важно уметь организовывать накопленную научную информацию в связный текст, для чего надо хорошо разбираться в его речевых функциях и лексических средствах их реализации. Для облегчения работы студентов в этом отношении ниже в форме таблицы приводятся речевые клише, выполняющие различные речевые функции, которые в научных произведениях используются как средства связи между предложениями.



## Глава 4. ЗАЩИТА ДИПЛОМНЫХ РАБОТ

### 4.1. Защита дипломной работы

Материалы дипломной работы предварительно защищаются на заседании выпускающей кафедры (предзащита), а также проверяются программой «Антиплагиат» на уникальность (необходимый уровень уникальности (авторской части) работы - 60% и более). После этого выносится решение кафедры о допуске к официальной защите перед ГАК. Для допуска к предзащите дипломной работы необходимо сдать в печатном виде научному руководителю в срок не менее, чем за 10 дней до проведения предзащиты.

Защита *дипломной работы* проводится на выпускных Государственных экзаменах на открытом заседании Государственной аттестационной комиссии (ГАК). К защите дипломной работы допускаются студенты, выполнившие все требованиями учебного плана и программы в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта.

Процедура защиты дипломной работы имеет следующую схему:

- студенту предоставляется 8-10 минут для доклада, отражающего главные положения исследования: актуальность проблемы, рабочую гипотезу, предмет, объект исследования, цель, задачи, методы, организацию, полученные результаты и их обсуждение. Доклад (приложение 5, 6) иллюстрируется презентацией, содержащей основные направления работы, а также таблицы, графики, фотографии, видеofilмы и др.;

- ответы студента на вопросы членов ГАК и присутствующих по содержанию доклада и теоретическим взглядам студента по теме исследования;

- обсуждение дипломной работы: выступление научного руководителя, рецензента (или рецензия зачитывается) и членов ГАК.

Решение о дифференцированной оценке дипломной работы выносится по результатам защиты на закрытом заседании ГАК, оценка объявляется в тот же день после оформления протокола. Защищенные дипломные работы составляют интеллектуальную собственность кафедры и хранятся в выпускающей кафедре факультета. Их накопление формирует фонд студенческих научно-методических работ по проблемам физической культуры, спортивной тренировки, адаптивной физической культуры.

### 4.2. Рецензия и отзыв

Рецензия и отзыв являются обязательным условием допуска студента к официальной защите дипломной работы перед ГАК. Они отражают разные стороны профессиональной подготовки выпускника, не дублируя друг друга.

Дипломная работа, допущенная к защите, направляется на рецензию. В качестве рецензентов могут быть квалифицированные педагоги других кафедр университета, а также преподаватели других вузов, ведущие специалисты образовательных учреждений и реабилитационных центров, не работающие на

выпускающей кафедре. Состав рецензентов утверждается заведующим выпускающей кафедрой.

*В рецензии* должны быть отражены: актуальность темы, ее практическая значимость; конкретность и четкость формулирования задач исследования; научно-методический уровень работы (качество педагогических наблюдений, эксперимента, диагностики и т. п.); полнота выводов; оформление работы (объем, внешний вид, грамотность, правильность ссылок), качество иллюстративного материала, соблюдение правил ГОСТа в списке литературы и др.; достоинства и недостатки работы. В рецензии указываются критические замечания и вопросы к работе.

В заключительной части рецензии высказывается мнение о работе в целом, и определяется допуск к защите.

*Отзыв* научного руководителя отражает в большей мере не содержание научной работы, а проявленную способность студента к научной работе: его эрудицию, грамотность, умение анализировать и интерпретировать источники литературы и материалы исследования, формулировать собственные суждения и выводы, использовать междисциплинарные знания и др. Научный руководитель дает характеристику личностных качеств студента в период проведения исследования: отношение и степень заинтересованности, проявления творчества, инициативы, самостоятельности, ответственности, потенциальных способностей к продолжению данного вида деятельности, в том числе к обучению в аспирантуре. Оценка работы в рецензии и отзыве не выставляется.

Образцы рецензии и отзыва представлены в приложении 8 и 9.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры /Б.А.Ашмарин. - М: ФиС, 1978. - 223 с.
2. Ашмарин Б.А. О тестах и тестировании /Б.А. Ашмарин //Физическая культура в школе.- 1985. - №3. - с. 60-62; №4. - с.58-61; №6. -с.61-64.
3. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. - 5-е изд. стер. - М.: Академия, 2009. - 272 с.
4. Загвязинский В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования /В.И. Загвязинский, Р. Атарханов. М.: Академия, 2001.- 208 с.
5. Курдыбайло С.Ф. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / С.Ф. Курдыбайло, СП. Евсеев, Г.В. Герасимова - М.: Советский спорт, 2003. - 184 с.
6. Лях В. И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. / А.М. Лях. - М.: "Просвещение", 1998 - 186 с.
7. Митин Е.А. Научно-педагогические исследования в физической культуре дошкольников: Теория и методика физической культуры дошкольников: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений /Е.А. Митин, СО. Филиппова. - СПб.: ВВМ, 2004, гл.7, С. 188-248.
8. Основы математической статистики: Учебное пособие для институтов физической культуры / Под ред. В.С.Иванова. - М: ФиС, 1990.
9. Педагогика физической культуры и спорта : учебник для студ. высш. учеб. заведений / [С.Д. Неверкович, Т. В.Аронова, А. Р. Баймурзин и др.]; под ред. С.Д. Неверковича. — М.: Издательский центр «Академия», 2010. — 336 с.
10. Петров П.К. Современные информационные технологии в научно-исследовательской работе студентов факультетов физической культуры: Учебное пособие / П.К. Петров. - М.: Ижевск, 2000.
11. Положение об итоговой государственной аттестации выпускников высшего профессионального образования Нижегородского государственного педагогического университета им. К. Минина. 26.12. 2012 г.
12. Правила оформления курсовых и выпускных квалификационных работ: учебно-методическое пособие / Н.А. Пилосян, И.Л. Удовенко, А.В. Добежин, Л.Д. Попов;/ ФГБОУ ВПО «Сочинский государственный университет». – Редакция учебно-методических изданий РИЦ Сочинского государственного университета, 2012 - 37 с.
13. Роберт И. В. Современные информационные технологии в образовании: Дидактические проблемы; перспективы исследования./И.В. Роберт.-М.: 1994.

14. Селуянов В.Н. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: Учебное пособие./В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: РГАФК, 1997. - 102 с.
15. Смирнов Ю.И., Полевщиков М.М. Спортивная метрология: Учебник для студентов пед. вузов. - М., 2000.
16. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. - 2-е изд., испр. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 368 с.
17. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник в 2-х томах./ Под общей ред. С.П. Евсеева - М.: Советский спорт, 2005, Т.1 276с.; Т.2 -448с.
18. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Текст]: учебное пособие / Авторы-составители О.Э.Аксенова, С.П. Евсеев / Под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
19. Холодов Ж.К.. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- 4-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 480с.
20. Чичикин В.Т. Организационно-методическое обеспечение физического воспитания учащихся в общеобразовательном учреждении: методическое пособие / В.Т. Чичикин. – Н. Новгород: Нижегородский институт образования. – 2010. – 311 с.
21. Шапкова Л.В. Методика написания контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ по адаптивной физической культуре: Учебное пособие. - СПб.: ИСПиП, 2006. - 52 с.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ КОЗЬМЫ МИНИНА»

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теоретических основ физической культуры  
Специальность 050720.65 Физическая культура

## **ДИПЛОМНАЯ РАБОТА**

на тему: **Формирование у школьников интереса к самостоятельному использованию средств физической культуры**

СТУДЕНТКА \_\_\_\_\_ Гусарова А.П.

РУКОВОДИТЕЛЬ \_\_\_\_\_ канд. пед. наук Д.И. Воронин

**Допустить к защите**

**ЗАВЕДУЮЩИЙ КАФЕДРОЙ** \_\_\_\_\_ канд. пед. наук, Д.И. Воронин

“27” января 2014 г.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ КОЗЬМЫ МИНИНА»

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теоретических основ физической культуры  
Специальность 050720.65 Физическая культура

## КУРСОВАЯ РАБОТА

на тему: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

СТУДЕНТ(КА) \_\_\_\_\_  
(личная подпись) (инициалы, фамилия)

РУКОВОДИТЕЛЬ \_\_\_\_\_  
(личная подпись) (ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

Нижний Новгород – 20\_\_ г.

*Пример структуры дипломной работы***Тема работы: «ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИ ПЛОСКОСТОПИИ У СТУДЕНТОВ 16-18 ЛЕТ»****ОГЛАВЛЕНИЕ**

<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	3
<b>ГЛАВА 1. ОБЗОР НАУЧНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ</b>	7
1.1. Морфофункциональные особенности ступни и причины возникновения плоскостопия	7
1.2. Диагностика, клиническая картина и патогенез плоскостопия	17
1.3. Применение лечебной физической культуры при плоскостопии	29
<b>Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ</b>	30
2.1. Методы исследования	30
2.1.1. Оценка функционального состояния 16-18-х летних девушек с плоскостопием	31
2.1.2. Статистическая обработка результатов исследования	34
2.1.3. Педагогическое наблюдение	35
2.1.4. Педагогический эксперимент	37
2.2. Организация исследования	39
<b>Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ</b>	40
3.1. Оценка развития быстроты и координации движений в процессе занятий лечебной гимнастикой у девушек 16-18 лет с плоскостопием	41
3.2. Определение воздействия занятий лечебной гимнастикой на развитие скоростно-силовых способностей в ходе исследования	43
3.3. Влияние средств лечебной физической культуры на изменение интенсивности боли после тестовой физической нагрузки	45
3.4. Обсуждение результатов исследования	47
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b>	50
<b>ВЫВОДЫ</b>	51
<b>ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ</b>	52
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	53
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	54

*Пример научного аппарата дипломной работы*

**Тема работы: «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛАВАНИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ГРУДНЫМ СКОЛИОЗОМ»**

**Объект исследования:** процесс физической реабилитации детей младшего школьного возраста с грудным сколиозом.

**Предмет исследования:** процесс влияния оздоровительного плавания в сочетании с лечебной гимнастикой на реабилитацию детей младшего школьного возраста с грудным сколиозом.

**Цель исследования:** составление методики физкультурно-оздоровительных занятий на основе плавания в сочетании с лечебной гимнастикой и оценка эффективности ее применения в реабилитации детей младшего школьного возраста с грудным сколиозом.

**Гипотеза исследования:** Предполагается, что использование оздоровительного плавания в сочетании с лечебной гимнастикой будет способствовать эффективной реабилитации детей младшего школьного возраста со сколиозом: улучшению силовой выносливости мышц спины и брюшного пресса, гибкости позвоночника, функционального состояния сердечно-сосудистой системы.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

1. Изучить особенности физического и функционального развития детей младшего школьного возраста со сколиозом.

2. Разработать методику физкультурно-оздоровительных занятий для реабилитации детей с грудным сколиозом на основе плавания в сочетании с лечебной гимнастикой.

3. Оценить эффективность составленной методики физкультурно-оздоровительных занятий на основе плавания в сочетании с лечебной гимнастики в реабилитации детей младшего школьного возраста с грудным сколиозом.



**Тема работы: ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ НА  
УРОКАХ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА ИГРОВЫМ МЕТОДОМ**

**Объект исследования:** учебно-воспитательного процесс по физической культуре детей младшего школьного возраста.

**Предмет исследования:** содержание учебно-воспитательного процесса, направленного на обучение двигательным действиям игровым методом на уроках легкой атлетики детей младшего школьного возраста.

**Цель исследования:** разработка и обоснование эффективности экспериментального содержания учебно-воспитательного процесса на уроках легкой атлетики, направленного на формирование двигательных действий у детей младшего школьного возраста игровым методом.

**Гипотеза исследования:** предполагалось, что разработанное экспериментальное содержание учебно-воспитательного процесса по физической культуре в разделе «легкая атлетика», направленно на формирование двигательных действий на основе игрового метода, будет способствовать повышению уровня сформированности и обученности двигательных действий учащихся начальной школы и тем самым повысит эффективность учебно-воспитательного процесса.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать научные и методические источники о возрастных особенностях учащихся младших классов и формировании двигательных действий на уроках легкой атлетики в начальной школе.
2. Разработать экспериментальное содержание учебно-воспитательного процесса на уроках легкой атлетики, направленного на обучение двигательным действиям детей младшего школьного возраста игровым методом.
3. Экспериментально обосновать эффективность использования игрового метода на уроках легкой атлетики в младших классах в обучении и совершенствовании двигательных действий.

*Пример научного аппарата дипломной работы*

**Тема работы: «ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ ОСАНКИ СРЕДСТВАМИ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

**Гипотеза исследования:** предполагается, что физическая реабилитация оказывает положительное влияние на силовую выносливость мышц, формирующих «мышечный корсет» позвоночника, силу мышц рук и плечевого пояса и гибкость позвоночника детей младшего школьного возраста с сутулой спиной.

**Объект исследования:** дети младшего школьного возраста (9-10 лет), имеющие нарушение осанки «сутулая спина».

**Предмет исследования:** средства физической реабилитации детей младшего школьного возраста с сутулой спиной в условиях физкультурно-оздоровительного комплекса.

**Цель исследования:** оценка эффективности применения средств физической реабилитации для коррекции осанки у детей 9-10 лет с сутулой спиной.

**Задачи исследования:**

1. Выявить исходный уровень показателей статической силовой выносливости мышц, формирующих «мышечный корсет» позвоночника, гибкости позвоночника и силы мышц рук и плечевого пояса у детей 9-10 лет с сутулой спиной.
2. Оценить изменение показателей статической силовой выносливости мышц, формирующих «мышечный корсет» позвоночника, гибкости позвоночника и показателя силы мышц рук и плечевого пояса в ходе применения комплекса средств физической реабилитации у детей 9-10 лет с сутулой спиной.
3. Выявить эффективность предложенного комплекса средств физической реабилитации у детей 9-10 лет с сутулой спиной.

*Пример научного аппарата дипломной работы*

**Тема работы: «ПЛАНИРОВАНИЕ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА ФУТБОЛИСТОВ ГРУПП СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НА ОСНОВЕ КОМПЛЕКСНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК»**

**Рабочая гипотеза.** Предполагалось, что планирование подготовительного периода с учетом интегрального показателя величины воздействия тренировочных нагрузок позволит повысить уровень развития физических качеств и технико-тактического мастерства футболистов групп спортивного совершенствования.

**Объект исследования.** Тренировочный процесс подготовительного периода футболистов групп спортивного совершенствования.

**Предмет исследования.** Методика планирования подготовительного периода футболистов групп спортивного совершенствования с учетом комплексного воздействия тренировочных нагрузок.

**Цель исследования.** Совершенствование процесса подготовки футболистов групп спортивного совершенствования.

**Задачи исследования:**

1. Выявить особенности планирования основных компонентов тренировочного процесса подготовительного периода футболистов групп спортивного совершенствования.
2. Выявить динамику интегрального показателя величины тренировочных нагрузок подготовительного периода как одного из базовых показателей тренировочного процесса футболистов групп спортивного совершенствования.
3. Разработать и экспериментально обосновать методику планирования подготовительного периода футболистов групп спортивного совершенствования с учетом интегрального показателя величины тренировочных нагрузок.

*Пример научного аппарата дипломной работы*

**Тема работы: СООТНОШЕНИЕ НАГРУЗОК, НАПРАВЛЕННЫХ НА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ ГАНДБОЛИСТОВ**

**Гипотеза:** если рассматривать специальную выносливость в гандболе как комплекс качеств, соответствующих соревновательной деятельности гандболистов в современных условиях, установить рациональное соотношение и обосновать приемы регулирования нагрузок, направленных на развитие этих качеств, то это позволит повысить уровень специальной выносливости квалифицированных гандболистов и эффективность их соревновательной деятельности.

**Объект исследования:** процесс физической подготовки квалифицированных гандболистов.

**Предмет исследования:** соотношение нагрузок, направленных на развитие специальной выносливости квалифицированных гандболистов в подготовительном периоде тренировки, с учетом требований соревновательной деятельности в современных условиях.

**Цель исследования:** теоретическое обоснование и экспериментальная проверка оптимального соотношения нагрузок, направленных на развитие специальной выносливости квалифицированных гандболистов в подготовительном периоде тренировки.

**Задачи исследования:**

1. Установить особенности соревновательной деятельности квалифицированных гандболистов в современных условиях.
2. Выявить динамику показателей специальной выносливости квалифицированных гандболистов в годичном цикле подготовки.
3. Определить взаимосвязь показателей эффективности соревновательной деятельности, специальной выносливости и физической работоспособности квалифицированных гандболистов.
4. Разработать и экспериментально обосновать соотношение нагрузок при развитии специальной выносливости квалифицированных гандболистов в подготовительном периоде тренировки.

*Пример научного аппарата дипломной работы*

**Тема работы: КОМБИНИРОВАННЫЕ ТУРИСТКИХ ПЕШЕХОДНЫХ ПОХОДОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

**Гипотеза исследования.** Определение особенностей изменения показателей физической подготовленности и функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, нервномышечной и центральной нервной систем организма студентов на разных этапах прохождения дистанции маршрута позволит выявить специфику воздействия разных по параметрам нагрузки туристских пешеходных походов. В свою очередь, знание данной специфики позволит дифференцировать пешеходные маршруты по показателям нагрузки, составить алгоритм наращивания развивающе-тренирующих воздействий и разработать методику комбинирования туристских походов, позволяющую на основе их целесообразного сочетания повысить объем двигательной активности, уровень физической подготовленности и улучшить функциональное состояние студентов.

**Объект исследования.** Процесс физического воспитания студентов.

**Предмет исследования.** Методика комбинирования туристских пешеходных походов.

**Цель исследования.** Разработать и обосновать методику комбинирования туристских пешеходных походов, обеспечивающую увеличение объема двигательной активности, повышение уровня физической подготовленности и улучшение функционального состояния студентов вузов.

**Задачи исследования.**

1. Определить особенности воздействия разных по внешним показателям нагрузки туристских пешеходных походов на физическую подготовленность и функциональное состояние студентов вузов.

2. Дифференцировать варианты равнинных и горно-равнинных туристских пешеходных походов по внешним показателям нагрузки.

3. Разработать алгоритм постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий равнинных и горно-равнинных туристских пешеходных походов.

4. Разработать и экспериментально проверить эффективность методики комбинирования разных по показателям нагрузки туристских пешеходных походов.

## Тема работы: «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ С КИФОТИЧЕСКОЙ ОСАНКОЙ»

**Цель исследования** - изучение влияния лечебной гимнастики, лечебно-оздоровительного плавания на процесс физической реабилитации детей 6-7 лет с кифотической осанкой.

<b>Задачи</b>	<b>Выводы</b>
1. Подобрать на основе изученной научно-методической литературы наиболее эффективные средства лечебной физической культуры для реабилитации детей 6-7 лет с кифотической осанкой	1. В ходе исследования были подобраны наиболее эффективные средства лечебной физической культуры в реабилитации детей 6-7 лет с кифотической осанкой: лечебная гимнастика, лечебное плавание и упражнения в воде.
2. Проверить эффективность лечебной гимнастики и плавания в реабилитации детей с кифотической осанкой	2. За период исследования была доказана эффективность проведенных занятий, направленных на увеличение показателей плечевого индекса и уменьшение глубины поясничного лордоза: произошло достоверное увеличение показателей плечевого индекса с 85,9% до 88,6%, динамика показателей увеличилась на 1,3%, $t_{расч} = 9,0$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; поясничного лордоза на 9,2% (с 28,3 миллиметра до 30,9 миллиметров) $t_{расч} = 8,66$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; $p < 0,05$
3. Выявить целесообразность применения лечебной гимнастики и плавания: их влияние на силовую выносливость мышц спины и брюшного пресса, ловкость и функциональное состояние кардиореспираторной системы у детей с кифотической осанкой.	3. В ходе исследования было определено положительное влияние занятий на силу мышц спины и брюшного пресса: сила мышц спины достоверно увеличилась на 11,8 % (с 56,7 секунд до 63,4 секунды), $t_{расч} = 6,80$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; $p < 0,05$ .; сила мышц брюшного пресса достоверно увеличилась на 15,8% (с 52,6 секунд до 60,9 секунд), $t_{расч} = 13,83$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; $p < 0,05$ . Произошло достоверное улучшение показателей координационных способностей: результаты челночного бега улучшились на 4,8% (с 14,5 секунд до 13,8 секунд), $t_{расч} = 8,25$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; $p < 0,05$ . Показатели функции кардиореспираторной системы (по пробе Штанге) достоверно увеличились на 15,8% (с 11,4 до 13,2 секунд), $t_{расч} = 4,50$ ; $t_{табл} = 2,36$ ; $p < 0,05$ .

### **Структура доклада на защите ВКР**

1. Название темы работы, ФИО автора и научного руководителя.
2. Краткая актуальность выбранной темы ВКР.
3. Рабочая гипотеза, объект и предмет исследования.
4. Цель и задачи исследования.
5. Методы исследования.
6. Организация исследования (условия проведения, характеристика участников, содержание экспериментальной части исследования).
7. Результаты исследования. Среднегрупповые показатели оценки эффективности исследования (тесты, функциональные пробы и т.д.) в начале и конце исследования. Анализ показателей и их изменений.
8. Заключение и выводы.

### **Структура презентации на защите ВКР**

1. Название темы работы, ФИО автора и научного руководителя.
2. Краткая актуальность выбранной темы ВКР.
3. Рабочая гипотеза, объект и предмет исследования.
4. Цель и задачи исследования.
5. Методы исследования.
6. Организация исследования: условия проведения, характеристика участников, содержание экспериментальной части исследования (кратко).
7. Результаты исследования. Среднегрупповые показатели оценки эффективности исследования: тесты, функциональные пробы и т.д. в начале и конце исследования (таблицы, диаграммы). Анализ показателей и их изменений с указанием достоверности.
8. Выводы.

## ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

1. Формирование здорового образа жизни учащихся общеобразовательной школы в процессе физического воспитания.
2. Проектирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре у учащихся начальной (основной, средней) школы.
3. Использование различных методов организации урока (игрового, соревновательного, круговой тренировки и пр.) для повышения уровня развития физических качеств учащихся.
4. Развитие физических способностей младших школьников на внеклассных занятиях по физическому воспитанию.
5. Развитие скоростно-силовых качеств на уроках легкой атлетики (баскетбола, волейбола) у учащихся основной (средней) школы.
6. Особенности обучения гимнастическим упражнениям на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.
7. Повышение эффективности занятий физической культурой в дошкольных образовательных учреждениях.
8. Использование новых физкультурно-оздоровительных технологий в сохранении здоровья и повышении уровня физической подготовленности учащейся молодежи.
9. Методика тренировочных занятий лиц взрослого населения.
10. Повышение мотивации к занятиям физической культурой у учащихся общеобразовательной школы.
11. Методика развития координационных (скоростно-силовых) способностей волейболистов (баскетболистов) на различных этапах тренировочного процесса.
12. Повышение эффективности тренировочного процесса футболистов различной квалификации.
13. Развитие скоростно-силовых способностей в процессе тренировочных занятий по баскетболу в группе начальной подготовки.
14. Совершенствование общей и специальной технической подготовки в различных периодах годичного цикла.
15. Методика дифференцированного подхода в подготовке школьников на занятиях физической культурой.
16. Технология проектирования полос препятствий для занятий ФК.
17. Технология проектирования круговой тренировки.
18. Система оценивания уровня подготовленности учащихся на занятиях ФК.
19. Мониторинг состояния здоровья занимающихся ФК.
20. Технологии коррекции телосложения с помощью средств ФК.
21. Эффективность закаливания в системе физического воспитания.
22. Особенности совершенствования функциональных систем организма в связи с занятиями ФК.



23. Характеристика методик формирования осанки в процессе занятий физическими упражнениями.
24. Система проектирования учебного процесса по физической культуре в образовательном учреждении.
25. Анализ показателей физических нагрузок на занятиях физической культурой.
26. Проект обучения технике двигательных действий из раздела «гимнастика» («легкая атлетика») образовательной программы по ФК.
27. Методика силовой подготовки школьников.
28. Методика скоростной подготовки школьников.
29. Методика ловкостной подготовки школьников.
30. Методика воспитания выносливости школьников.
31. Методика воспитания гибкости школьников.
32. Содержательное обеспечение физической подготовки школьников
33. Научно-методические основы занятий физической культурой людей зрелого возраста.
34. Содержательное обеспечение занятий «фитнес»-направленности
35. Содержание и организация занятий спортом в школе.
36. Система работы по физической культуре в школе с «отстающими».
37. Технология индивидуализации физической подготовки школьников.

## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДИПЛОМНЫХ РАБОТ**

### **Направление 1. Теория и методика физической культуры**

1. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.
2. Современные подходы к обучению двигательным действиям.
3. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
4. Основы формирования двигательного навыка.
5. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
6. Формы построения занятий в физическом воспитании.
7. Организация и содержание неурочных форм занятий по физической культуре в учебных заведениях.
8. Урок как основная форма занятий физическими упражнениями.
9. Исследование нетрадиционных форм и методов физического воспитания в общеобразовательной школе.
10. . Содержание основных форм занятий физическими упражнениями.
11. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста.
12. Возрастные особенности физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста.
13. Динамика показателей физического развития и физической подготовленности у дошкольников под влиянием специально организованных занятий в годичном цикле.
14. Научно-методические основы физического воспитания детей в дошкольных учреждениях.
15. Педагогические основы физического воспитания дошкольников в семье.
16. Подвижные игры как средство воспитания двигательных способностей дошкольников.
17. Повышение творческих способностей и интереса к физической культуре у дошкольников под влиянием сюжетных игр.
18. Физкультурные праздники в системе физического воспитания детей дошкольного возраста.
19. Нетрадиционные подходы в физическом воспитании детей дошкольного возраста.
20. Методические особенности воспитания двигательных способностей у детей дошкольного возраста.
21. Методические особенности формирования двигательных умений и навыков у детей дошкольного возраста.
22. Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста

23. Методические особенности физического воспитания школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
24. Исследование двигательной активности у школьников в недельном бюджете времени.
25. Место физической культуры в структуре свободного времени школьников различного возраста.
26. Методические особенности воспитания двигательных способностей у детей различного школьного возраста.
27. Научно-методические основы самостоятельных занятий у школьников различного возраста.
28. Физическая культура в системе знаний школьников.
29. Современные проблемы и перспективы физического воспитания школьников.
30. Исследование отношения школьников к физической культуре.
31. Организация и содержание работы по физическому воспитанию детей в малокомплектной сельской школе (на примере конкретной школы).
32. Возрастные особенности развития двигательных способностей у школьников.
33. Динамика показателей физического развития и двигательных способностей у школьников (исследуемого возраста) в течение учебного года.
34. Физическая культура в системе средних специальных и высших учебных заведений.
35. Содержание и функции физической культуры в структуре профессионального образования студентов.
36. Исследование состояния здоровья (физического развития, физической подготовленности) студентов различного типа учебных заведений.
37. Особенности развития двигательных способностей у студентов средних (высших) учебных заведений.
38. Характеристика и анализ учебных программ по физической культуре в средних специальных и высших учебных заведениях.
39. Место физической культуры в структуре занятий студентов в свободное время.
40. Исследование характера и особенностей заболеваемости студентов в процессе обучения.
41. Индивидуальный подход в процессе организованных занятий по физическому воспитанию студентов.
42. Исследование структуры и содержания здорового образа жизни студенческой молодежи.
43. Особенности методики физического воспитания студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
44. Организация и содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов.
45. Исследование функциональной деятельности преподавателя физического воспитания студентов.
46. Физическая культура взрослого населения.

47. Физическая культура как компонент здорового образа жизни людей различных социально-демографических групп.

48. Исследование уровня физического состояния людей различного возраста.

49. Исследование заболеваемости работников различных профессиональных групп.

50. Исследование факторов активизации занятий физической культурой взрослого населения.

51. Методика составления индивидуальных программ занятий физической культурой в зрелом возрасте.

52. Место физической культуры в структуре свободного времени взрослого населения.

53. Характеристика современных направлений оздоровительной физической культурой.

## **Направление 2. Теория и методика спортивной тренировки**

1. Проблемы государственной и муниципальной поддержки физического воспитания и спортивной подготовки дошкольников и учащейся молодежи.

2. Развитие инфраструктуры материально-технического и информационного обеспечения учебно-тренировочного процесса в образовательных учреждениях.

3. Методология адаптирования методов и форм подготовки в высших достижениях в связи с целями и задачами физического воспитания учащейся молодежи.

4. Разработка подходов к созданию массового детского и юношеского физкультурно-спортивного движения в России.

5. Методология развития программного обеспечения физического воспитания и спортивной подготовки детей и юношества.

6. Теория и методика реализации деятельностного подхода в физическом воспитании учащейся молодежи.

7. Исследование структуры потребностей детей и юношества в сфере физического воспитания и обоснование методов их формирования, развития и деятельностной реализации.

8. Оздоровительные ресурсы физического воспитания и спортивной подготовки детей и учащейся молодежи.

9. Проблемы развития детско-юношеского олимпийского и параолимпийского движения.

10. Проблемы физического воспитания детей-инвалидов и детей с ослабленным здоровьем.

11. Физическое воспитание детей и учащейся молодежи, проживающих в экологически неблагоприятных регионах.

12. Проблемы физкультурно-спортивной реабилитации детей из неблагоприятных семей и регионов.

13. Разработка перспективной модели специалиста по физическому воспитанию и спортивной подготовке детей и юношества.
14. Проблемы организации процесса многолетней спортивной подготовки в детском и юношеском возрасте.
15. Методология оценки здоровья детей.
16. Развитие эмоционально-волевой и познавательной сферы личности средствами и методами физического воспитания и спорта.
17. Развитие двигательных способностей и моторной одаренности и их диагностика.
18. Тенденции развития школьной физической культуры в современном мире.
19. Физическая культура и спорт как фактор социальной адаптации детей и юношества.
20. Критерии эффективности физического воспитания и спортивной подготовки дошкольников и школьников.
21. Совершенствование системы подготовки резервов для спорта высших достижений.
22. Разработка системы спортивных соревнований среди детей дошкольного и школьного возраста: от соревнований «всем классом» до детских олимпийских игр.
23. Место и значение вида спорта в системе мирового спорта.
24. Тенденции развития вида спорта в мире, историческая динамика спортивных достижений, основные факторы их развития.
25. Российский вид спорта в системе мирового спорта, перспективы развития.
26. Вид спорта в системе российского спорта высших достижений: анализ состояния по основным компонентам системы подготовки спортсменов.
27. Факторы, обуславливающие совершенствование системы подготовки спортсменов (в конкретном виде).
28. Построение, содержание и технология тренировки квалифицированных спортсменов (волейболистов, гимнастов и т.д.).
29. Современные подходы к построению спортивно-соревновательной деятельности в виде спорта, совершенствование системы соревнований.
30. Конструктивные подходы в обеспечении единства тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов.
31. Технология управления процессом развития спортивной формы (состояния оптимальной готовности спортсмена к достижению).
32. Проблемы спортивной ориентации и отбора спортсменов (в виде спорта).
33. Этапы многолетней подготовки резервов квалифицированных спортсменов (цели, задачи, формы организации, содержание и технология).
34. Программирование и контроль в процессе подготовки спортсменов (в виде спорта).
35. Средства восстановления в подготовке спортсменов.

36. Вид спорта в занятиях специально-оздоровительной направленности («физкультурная рекреация», «физкультурная реабилитация»).
37. Роль вида спорта в формировании здорового стиля жизни Людей.
38. Вид спорта в массовом физкультурно-спортивном движении для детей школьного возраста.
39. Адаптирование средств и методов подготовки спортсменов высокой квалификации применительно к задачам подготовки спортивных резервов (на модели конкретного вида спорта).
40. Вид спорта в системе профессионального спорта: проблемы и решения.
41. Занятия по виду спорта в физическом воспитании детей с девиантным поведением.
42. Методология программно-методического обеспечения подготовки спортсменов по виду спорта на уровне высших достижений, подготовки резервов, массового спорта.

### **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ РЕКРЕАЦИИ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА И ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

1. Влияние занятий туристско-краеведческой деятельностью на коррекцию девиантного поведения детей.
2. Организация и проведение спортивных, рекреационных (и т.д. указать каких) туров с использованием анимационно-игровых форм (на примере разработки конкретного тура).
3. Разработка туристских программ с использованием развлекательного туризма в Нижегородской области.
4. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в фитнес центрах.
5. Маркетинг физкультурно-оздоровительных услуг в сети клубов.
6. Методика и организация проведения туристских слетов и соревнований для учащихся образовательного учреждения.
7. Организационно-методические особенности обеспечения безопасности туристских мероприятий.
8. Особенности организации туристско-краеведческой работы в городе, области.
9. Основы специальной подготовки организаторов анимационной работы в туризме с детьми и подростками.
10. Особенности использования видео и фото материалов в рекламе турпродукта.
11. Особенности организации и проведения соревнований (указать тактико-техническую дистанцию в районных, городских, областных и т.д. туристских соревнованиях учащихся, студентов, взрослых).
12. Разработка водного тура с использованием игровых и соревновательных форм.

13. Содержание и методика обучения туристов массовых разрядов.
14. Содержание и методика туристских походов со школьниками на основе краеведения.
15. Социально-педагогические аспекты работы детского фитнес клуба.
16. Технология проведения физкультурно-оздоровительных анимационных программ в некатегорийных походах.
17. Технология разработки рекреативно-оздоровительного содержания бизнес-плана развития туристской организации.
18. Физическая рекреация в досуговой деятельности.
19. Технология (организация и содержание) рекреативно-оздоровительной деятельности населения.
20. Методические разработки организации секционной работы в общеобразовательной школе по спортивно-оздоровительному туризму;
21. Методическое сопровождение соревнований по спортивно-оздоровительному туризму.
22. Развитие туризма в Нижегородской области и в Приволжском федеральном округе.
23. Технологии обучения различных возрастных категорий рекреации и спортивно-оздоровительному туризму.
24. Секционная работа по спортивному туризму.
25. Туристические слеты школьников как средства развития двигательных качеств.
26. Методы тренировки в спортивном и оздоровительном туризме.

## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ В ОБЛАСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ВЫПУСКНЫХ КВАЛИФИКАЦИОННЫХ РАБОТ**

### **Направление 1. Теория и организация адаптивной физической культуры**

1. Применение адаптивной физической культуры у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (дети, учащиеся, студенты, лица среднего, зрелого возраста и т.п.).
2. Развитие физической подготовленности детей (дети, учащиеся, студенты) с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивного физического воспитания).
3. Развитие силовых способностей лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта).
4. Развитие скоростных способностей лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивного спорта, адаптивного физического воспитания).

5. Развитие выносливости лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивного спорта, адаптивной двигательной рекреации).

6. Развитие гибкости лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивной двигательной рекреации, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта).

7. Развитие координационных способностей лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры (адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта, адаптивной двигательной рекреации).

8. Развитие и коррекция психических функций и состояний (внимание, саморегуляция, общение, гипервозбудимость) у детей дошкольного (младшего школьного возраста) различных нозологических групп.

## **Направление 2. Физическая реабилитация при различных заболеваниях**

1. Применение средств физической реабилитации для профилактики и коррекции вторичных нарушений опорно-двигательного аппарата больных разных нозологических групп (по выбору).

2. Нормирование (индивидуализация) психофизической нагрузки в ходе физической реабилитации больных разных нозологических и возрастных групп (по выбору).

3. Использование средств физической реабилитации для восстановления профессиональных навыков и трудоспособности больных (нозология по выбору).

4. Применение физической реабилитации для восстановления двигательных функций (двигательных качеств, ортостатики, функции ходьбы, мелкой моторики, функционального состояния и т.п. по выбору) постинсультных больных (на этапе по выбору).

5. Физическая реабилитация больных, перенесших инфаркт миокарда, (на этапе по выбору).

6. Физическая реабилитация больных гипертонической болезнью (стадия и этап реабилитации по выбору).

7. Применение средств физической реабилитации у больных ишемической болезнью сердца (возрастно-половая группа, функциональный класс и этап реабилитации по выбору).

8. Методика увеличения толерантности к физической нагрузке у больных ишемической болезнью сердца (функциональный класс по выбору).

9. Коррекция функционального состояния лиц с врожденными или приобретенными пороками сердца средствами физической реабилитации.

10. Применение средств физической реабилитации у лиц с хроническим заболеванием органов дыхания (нозология, возрастно-половая группа и этап реабилитации по выбору).



11. Физическая реабилитация лиц с заболеванием пищеварительной системы (нозология, возрастно-половая группа и этап реабилитации по выбору).
12. Восстановление двигательной активности больных пояснично-крестцовым (шейным) остеохондрозом позвоночника средствами физической реабилитации (на этапе по выбору).
13. Методика физической реабилитации пожилых больных с межпозвоночной грыжей в поясничном отделе позвоночника.
14. Физическая реабилитация лиц (возрастно-половая группа по выбору) после перелома костей (повреждения сустава).
15. Эффективность применения физической реабилитации при дегенеративно-воспалительных заболеваниях суставов (деформирующий артроз, артрит, контрактуры суставов).
16. Методика физической реабилитации после хирургического вмешательства (нозология по выбору).
17. Использование физической реабилитации для повышения двигательной активности детей с церебральным параличом.
18. Коррекция физического развития и здоровья, часто болеющих дошкольников средствами физической реабилитации.
19. Особенности физической реабилитации пожилых людей с заболеванием опорно-двигательного аппарата или нервной системы (нозология по выбору).
20. Профилактика (коррекция) нарушений зрения и улучшение психофизического состояния детей школьного возраста средствами физической реабилитации.
21. Особенности применения средств физической реабилитации для коррекции дистресса и его последствий (у лиц определённой возрастно-половой и профессиональной группы, по выбору).
22. Физическая реабилитация лиц с неврозами (возрастно-половая группа по выбору).
23. Методика физической реабилитации лиц с ожирением (возрастно-половая группа, степень и форма ожирения по выбору).
24. Физическая реабилитация спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата (вид спорта и нозология по выбору).
25. Особенности применения средств физической реабилитации для восстановления физической работоспособности спортсменов (вид спорта по выбору).
26. Оздоровительные технологии в период беременности и после родов.
27. Физическая реабилитация лиц зрелого возраста после эндопротезирования сустава (по выбору).
28. Физическая реабилитация лиц с нарушением осанки (нозология и возрастно-половая группа по выбору).

29. Восстановление двигательных функций у лиц с заболеванием или травмой периферической нервной системы средствами физической реабилитации (нозология и возрастно-половая группа по выбору).

30. Применение средств физической реабилитации на разных этапах комплексного восстановительного лечения после ампутации конечности.

31. Восстановление двигательной активности людей с ограниченными возможностями средствами эрготерапии (нозология по выбору).

32. Методика физической реабилитации инвалидов с нарушением интеллекта.

33. Применение средств физической реабилитации для коррекции функционального состояния и двигательных функций у детей с сенсорными нарушениями (нозология по выбору).

34. Физическая реабилитация лиц с последствиями повреждения спинного мозга.

### **Направление 3. Адаптивный спорт**

1. Методика спортивной тренировки лиц с отклонениями в состоянии здоровья (возраст, этап спортивной подготовки по выбору) в индивидуальных видах спорта (вид спорта по выбору)

2. Методика спортивной тренировки лиц с отклонениями в состоянии здоровья (возраст, этап спортивной подготовки по выбору) в командных видах спорта (вид спорта по выбору).

3. Развитие физических качеств (качество по выбору) у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (возраст по выбору) в процессе спортивной тренировки в избранном виде спорта (вид спорта по выбору).

4. Особенности спортивной подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья в подготовительном (соревновательном) периоде в избранном виде спорта (вид спорта по выбору. Нозологическая категория лиц – по выбору студента.

### **Направление 4. Адаптивная двигательная рекреация**

1. Использование средств и методов адаптивной двигательной рекреации для улучшения функциональных резервов систем организма в условиях работы клуба (кружка) по интересам.

2. Психолого-педагогические особенности развития личности в условиях рекреационной деятельности школы I - VIII вида.

3. Функциональные резервы организма и возможности их использования в различных рекреационных зонах.

4. Технология профилактики и коррекции девиантного поведения подростков средствами рекреационной деятельности.

5. Применение средств и методов адаптивной двигательной рекреации в ходе обретения бытовой самостоятельности и активности инвалидов.

6. Использование средств и методов адаптивной двигательной рекреации в домашних условиях для совершенствования профессиональной деятельности индивида.

7. Результаты культурно-досуговой деятельности пожилого контингента при занятиях религиозным туризмом (паломничеством).

8. Соревновательная деятельность среди групп населения в ходе осуществления народных (традиционных) праздников.

9. Влияние рекреативно-оздоровительных однодневных поездок на физическую работоспособность и психическую активность контингента работающих в организации.

10. Влияние ритмичности культурно-досуговых занятий на психологическое и физическое состояние студенческой молодежи.

### **Направление 5. Лечебная физическая культура**

1. Применение средств лечебной физической культуры у больных стенокардией различных функциональных классов и возрастных групп.

2. Применение средств лечебной физической культуры у больных инфарктом миокарда на различных этапах реабилитации.

3. Применение средств лечебной физической культуры при гипертонической болезни различных стадий.

4. Применение средств лечебной физической культуры у больных бронхиальной астмой различных возрастных групп.

5. Применение средств лечебной физической культуры после перенесённой пневмонии у больных различных возрастных групп.

6. Применение средств лечебной физической культуры у больных ожирением в зависимости от пола, возраста и степени ожирения.

7. Применение средств лечебной физической культуры после переломов позвоночника различной локализации.

8. Применение средств лечебной физической культуры у больных ревматоидным артритом в зависимости от пола и возраста.

9. Применение средств лечебной физической культуры при остеохондрозе позвоночника различной локализации.

10. Применение средств лечебной физической культуры при плоскостопии у лиц различного возраста.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующему кафедрой \_\_\_\_\_

от студента (ки) \_\_\_\_\_  
(имя, отчество, фамилия)

Направление подготовки (специальность)

\_\_\_\_\_  
(код и полное название)

Профиль (специализация) \_\_\_\_\_

форма обучения \_\_\_\_\_

курс \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_

### ЗАЯВЛЕНИЕ

Прошу утвердить мне тему курсовой работы

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(наименование темы)

\_\_\_\_\_  
И  
утвердить руководителем (должность, место работы, ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

консультантами

\_\_\_\_\_  
(должность, место работы, ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

С о г л а с е н

Руководитель \_\_\_\_\_  
(должность, место работы,

\_\_\_\_\_  
ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Консультанты \_\_\_\_\_  
(должность, место работы,

\_\_\_\_\_  
ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

Продолжение приложения 7

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующему кафедрой \_\_\_\_\_

от студента (ки) \_\_\_\_\_  
(имя, отчество, фамилия)

Направление подготовки (специальность)

\_\_\_\_\_  
(код и полное название)

Профиль (специализация) \_\_\_\_\_

форма обучения \_\_\_\_\_

курс \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_

**З А Я В Л Е Н И Е**

Прошу утвердить мне тему выпускной квалификационной работы

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
(наименование темы)

\_\_\_\_\_  
и утвердить руководителем (должность, место работы, ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

консультантами

\_\_\_\_\_  
(должность, место работы, ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

С о г л а с е н

Руководитель \_\_\_\_\_  
(должность, место работы,

\_\_\_\_\_  
ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Консультанты \_\_\_\_\_  
(должность, место работы,

\_\_\_\_\_  
ученая степень, звание, инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

\_\_\_\_\_  
(личная подпись)

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ КОЗЬМЫ МИНИНА»

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теоретических основ физической культуры  
Специальность 032101.65 Физическая культура и спорт

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_  
“25” октября 2013 г.

**З А Д А Н И Е**

**по дипломной работе студента**

Жирякова Олега Евгеньевича

1. Тема работы. Повышение физической подготовленности учащихся на основе использования игрового и соревновательного методов утверждена приказом ректора от “27” декабря 2013 г. № 3783/01.2.2
2. Срок сдачи студентом законченной работы 27 января 2014 г.
3. Исходные данные к работе  
Предполагалось, что проектирование учебно-воспитательного процесса по физической культуре на основе игрового и соревновательного методов позволит повысить уровень физической подготовленности учащихся основной школы, тем самым повысит эффективность учебного процесса.
4. Содержание расчетно-пояснительной записки.
  1. Проанализировать научные и методические источники по проблеме возрастных особенностей воспитания двигательных способностей и методических основах применения игрового и соревновательного методов в физическом воспитании школьников.
  2. Разработать проект учебно-воспитательного процесса по физической культуре, направленный на повышение уровня физической подготовленности у учащихся основной школы на основе игрового и соревновательного методов.
5. Перечень графического материала. В дипломной работе представлено 8 таблиц с результатами экспериментальных данных
6. Дата выдачи задания “27 ” октября 2013 г.

Руководитель дипломной работы \_\_\_\_\_  
(личная подпись) (инициалы, фамилия)

Задание принял к исполнению \_\_\_\_\_  
(личная подпись) (инициалы, фамилия)

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ КОЗЬМЫ МИНИНА»

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра спортивно-педагогических дисциплин

**О Т З Ы В**  
**руководителя на дипломную работу**

Студентки Жирякова Олега Евгеньевича

Специальность 032101.65 Физическая культура и спорт

Форма обучения: заочная, курс 6, группа ФКСЗ -08

**Тема:** Повышение физической подготовленности учащихся на основе использования игрового и соревновательного методов

**Актуальность** исследования обусловлена необходимостью проектирования учебно-воспитательного процесса для учащихся основной школы на основе игрового и соревновательного методов с целью повышения уровня физической подготовленности и недостатком теоретико-методических разработок по данной проблеме.

**Степень самостоятельности проведенного исследования.** Работа выполнена самостоятельно. Студент проявил самостоятельность при анализе научно-методической литературы

**Практическая значимость.** Разработанный проект учебно-воспитательного процесса по физической культуре на основе игрового и соревновательного методов у учащихся основной школы может применяться в специальных общеобразовательных учреждениях на уроках физической культуры, а также в учебно-тренировочных занятиях по различным видам спорта на этапе начальной подготовки.

**Недостатки:** в работе имеются небольшие редакционные неточности.

**Общий вывод:** Указанное замечание в целом, не снижает качества результатов исследования и являются перспективными с точки зрения их дальнейшей проработки.

Рекомендуемая оценка: дипломная работа Жирякова О.Е. отвечает всем предъявленным требованиям к выполнению дипломной работы и заслуживает положительной оценки.

Руководитель \_\_\_\_\_  
(личная подпись) (инициалы, фамилия)

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.



## АННОТАЦИЯ

на дипломную работу Жирякова О.Е.

Тема: Повышение физической подготовленности учащихся на основе использования игрового и соревновательного методов

Объем проекта: 53 с.

Количество разделов: 3 гл.

Количество таблиц: 8 ед.

Количество источников литературы: 34 ед.

**Цель** исследования: Разработать и экспериментально обосновать проект учебно-воспитательного процесса по физической культуре, направленный на повышение уровня физической подготовленности у учащихся основной школы на основе игрового и соревновательного методов.

**Объект** исследования: Учебно-воспитательный процесс по физической культуре у учащихся основной школы.

### **Основные результаты исследования:**

#### **Научные:**

В результате анализа научно–методической литературы по исследуемой проблеме выявлено, что одним из эффективных методов в повышении уровня физической подготовленности является использование игрового и соревновательного методов на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

2. Разработана модель учебно-воспитательного процесса по физической культуре учащихся основной школы, направленная на повышение уровня физической подготовленности на основе игрового и соревновательного метода.

#### **Практические:**

В результате проведения педагогического эксперимента обоснована эффективность разработанной модели учебно-воспитательного процесса при помощи игрового и соревновательного методов

Автор дипломной работы

Жиряков О.Е.

Руководитель дипломной работы

канд. пед. наук, доцент А.В. Стафеева

## РЕЦЕНЗИЯ

на дипломную работу студентки Жирыкова Олега Евгеньевича  
факультета физической культуры и спорта  
ФГБОУ ВПО «НГПУ им. К. Минина»

Тема работы. Повышение физической подготовленности учащихся на основе использования игрового и соревновательного методов

Актуальность исследования Жирыкова О.Е. обусловлена необходимостью проектирования учебно-воспитательного процесса для учащихся основной школы на основе игрового и соревновательного методов с целью повышения уровня физической подготовленности и недостатком теоретико-методических разработок по данной проблеме.

Для достижения поставленной цели, автором сформулированы задачи исследования и подобраны для их решения адекватные методы исследования, такие как антропометрия, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент и математико-статистические методы. Для решения поставленных задач Жирыковым О.Е. был проведен педагогический эксперимент, для определения эффективности учебно-воспитательного процесса по физической культуре на основе игрового и соревновательного метода у учащихся 7-х классов.

В результате проведения исследования была обоснована эффективность модели учебно-воспитательного процесса по физической культуре на основе игрового и соревновательного метода и выявлено ее положительное влияние на уровень физической подготовленности у учащихся основной школы. Дипломная работа выполнена в соответствии с требованиями, предъявляемыми к такому виду работы и может быть допущена к защите.

Рецензент. Д.И. Воронин, к.пед.наук, доцент кафедры теоретических основ физической культуры НГПУ им. Козьмы Минина.

29 января 2014 г