

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Горно-Алтайский государственный университет»
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

Легкая атлетика

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности		
Учебный план	35.03.07_2020_940.plx 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции Технология производства, хранения и переработки продукции животноводства		
Квалификация	бакалавр		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	0 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	328	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:		зачеты 2, 3, 4, 5, 6	
аудиторные занятия	304		
самостоятельная работа	24		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Неделя	15	5/6	15	4/6	16	3/6	12		17			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Практические	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Итого ауд.	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Контактная работа	66	66	66	66	66	66	66	66	40	40	304	304
Сам. работа									24	24	24	24
Итого	66	66	66	66	66	66	66	66	64	64	328	328

Программу составил(и):

Ст. преподаватель, Лапин В.С.



Рабочая программа дисциплины

Легкая атлетика

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 17.07.2017г. №669)

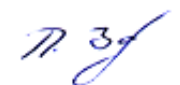
составлена на основании учебного плана:

35.03.07 Технология производства и переработки сельскохозяйственной продукции
утвержденного учёным советом вуза от 30.01.2020 протокол № 1.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 11.06.2020 протокол № 10
Зав. кафедрой Захаров Павел Яковлевич



Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 13 мая 2021 г. № 9
Зав. кафедрой Захаров Павел Яковлевич



Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 12 мая 2022 г. № 9
И.о. зав. кафедрой: Попова Елена Викторовна



Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2023 г. № _
Зав. кафедрой Захаров Павел Яковлевич

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры
кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности

Протокол от _____ 2024 г. № _
Зав. кафедрой Захаров Павел Яковлевич

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	<i>Цели:</i> формирование систематизированных знаний в области теории и методики легкой атлетики.
1.2	<i>Задачи:</i> - формирование у студентов специальных знаний в области лёгкой атлетики, обучения новым видам движений, совершенствование функций организма; - развитие психомоторных способностей, необходимых для успешного овладения упражнениями различной сложности, бытовыми, профессионально-прикладными двигательными умениями и навыками; - формирование организаторских и обогащение профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.06
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Зимние виды спорта

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	
ИД-1.УК-7: Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.	
Знать основы физической подготовки и медицины; Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдать нормы здорового образа жизни; Владеть знаниями в области физической культуры и спорта и медицины и применять их для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;	
ИД-2.УК-7: Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	
Знать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий; Уметь использовать основы физической культуры для реализации конкретной профессиональной деятельности; Владеть знаниями в области физической культуры и спорта и здоровьесберегающих технологий.	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Характеристика видов легкой атлетики, ее состояние на современном этапе						
1.1	Характеристика видов легкой атлетики, ее состояние на современном этапе /Пр/	2	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.2	Характеристика видов легкой атлетики, ее состояние на современном этапе /Ср/	6	8	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
1.3	Характеристика видов легкой атлетики, ее состояние на современном этапе /Пр/	6	10	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 2. Оборудование и инвентарь для легкой атлетики. Меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетики						
2.1	Оборудование и инвентарь для легкой атлетики. Меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетики /Пр/	3	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

2.2	Оборудование и инвентарь для легкой атлетики. Меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетики /Ср/	6	6	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
2.3	Оборудование и инвентарь для легкой атлетики. Меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетики /Пр/	6	10	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 3. Основы техники спортивной ходьбы и бега, легкоатлетических прыжков и метаний.						
3.1	Основы техники спортивной ходьбы и бега, легкоатлетических прыжков и метаний. /Пр/	4	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
3.2	Основы техники спортивной ходьбы и бега, легкоатлетических прыжков и метаний. /Ср/	6	6	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
3.3	Основы техники спортивной ходьбы и бега, легкоатлетических прыжков и метаний. /Пр/	6	10	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
	Раздел 4. Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений.						
4.1	Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений. /Пр/	5	66	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
4.2	Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений. /Ср/	6	4	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	
4.3	Применение упражнений из других видов спорта для обучения технике легкоатлетических упражнений. /Пр/	6	10	ИД-1.УК-7 ИД-2.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2	0	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Комплект тестовых испытаний по физической подготовленности

Мужчины

Тесты,

Результат 1 курс 2 курс 3 курс

1сем. 2сем. 3сем. 4сем. 5сем. 6сем.

1. Посещаемость (%) 100 100 100 100 100 100

2. Бег 100 м (сек) 14,6 14,4 14,4 14,2 14,4 14,4

3. Бег 3000 м (мин, сек) 15,00 14,30 14,30 14,00 без учета времени

4.Подтягивание на перекладине собств. вес до 80 кг

собств. вес св. 80 кг 8 10 10 12 10 12

4 6 8 10 8 10

5.Отжимание от пола 25 30 30 30 30 30

Женщины

Тесты,

результат 1 курс 2 курс 3 курс

1сем. 2сем. 3сем. 4сем. 5сем. 6сем.

1. Посещаемость (%) 100 100 100 100 100 100

2.Бег 100 м (сек) 19,0 18,5 18,5 18,0 19,0 19,0

3. Бег 2000 м (мин, сек) 12,00 11,40 11,30 11,20 без учета времени
4. Поднимание и опускание туловища из положения лежа, руки за головой (кол-во раз) 30 30 40 40 40 40
5. Отжимание от пола (сгибание-разгибание рук, в упоре лежа), (кол-во раз) 8 10 12 12 12 12
5.2. Темы письменных работ
<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка методики развития отдельных двигательных способностей в процессе обучения легкоатлетическим упражнениям. 2. Совершенствование методики проведения учебных занятий по лёгкой атлетике в общеобразовательной школе (с включением собственного педагогического опыта). 3. Особенности организации и проведения внеклассной работы по лёгкой атлетике в общеобразовательной школе. 4. Методика проведения занятий по лёгкой атлетике в дошкольных учреждениях. 5. Организация занятий по лёгкой атлетике в дошкольных учреждениях. 6. Характеристика спортивно-прикладных видов легкоатлетических упражнений и их влияние на подготовку спортсменов в различных видах спорта. 7. Современные тенденции развития лёгкой атлетики. 8. Влияние отдельных видов лёгкой атлетики на развитие профессиональных и двигательных способностей. 9. Предупреждение травматизма на занятиях по лёгкой атлетике. 10. Педагогический анализ программ по лёгкой атлетике. 11. Анализ материала по лёгкой атлетике в программах по физической культуре общеобразовательной школы. 12. Анализ современного состояния развития лёгкой атлетики (по материалам спортивных соревнований различного уровня). 13. Исследования взаимосвязи координации движения с отдельными показателями умственных способностей. 14. Лёгкой атлетике на Олимпийских играх, Чемпионатах мира и Европы, Играх доброй воли (исторический обзор). 15. Особенности физического развития юных легкоатлетов. 16. Возрастная динамика развития двигательных способностей у занимающихся лёгкой атлетикой. 17. Исследование работоспособности у юных легкоатлетов. 18. Методика ориентации и отбора детей в ДЮСШ на отделение лёгкой атлетики. 19. Особенности проведения уроков по лёгкой атлетике в различных классах общеобразовательной школы. 20. Методы повышения двигательной плотности занятий по лёгкой атлетике с учащимися различных возрастных групп. 21. Организация и проведение соревнований по лёгкой атлетике. 22. Лёгкая атлетика в системе подготовки учителя физической культуры. 23. Регуляция нагрузки и отдыха в процессе урока по лёгкой атлетике с учётом индивидуального предела допустимых нагрузок. 24. Управление вниманием, памятью на движения, эмоциями и волей в процессе обучения занимающихся новому упражнению и в течение всего урока. 25. Способы управления занимающимися в ходе урока и особенности их применения в различных ситуациях на уроке с различными категориями занимающихся. 26. Возможности введения в урок теоретического раздела лёгкой атлетики. 27. Система домашних заданий по лёгкой атлетике и их эффективность. 28. Взаимоотношения между учителем и учениками в процессе урока, дифференцированный, индивидуальный и личностный подход учителя к занимающимся. 29. Содержание урока лёгкой атлетики и его отдельных частей. 30. Планирование последовательности изучения легкоатлетических упражнений с учётом переноса эффекта (положительного, отрицательного) от овладения одним упражнением на другое – последующее.
Фонд оценочных средств
Формируется отдельным документом в соответствии с Положением о фонде оценочных средств ГАГУ

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Караван А.В., Маскаленко И.С., Сафонова [и др.] О.А.	Легкая атлетика: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно- строительный университет; ЭБС АСВ, 2015	http://www.iprbookshop.ru/49959.html

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.2	Врублевкий Е.П.	Легкая атлетика. Основы знаний (в вопросах и ответах): учебное пособие	Москва: Издательство "Спорт", 2016	http://www.iprbookshop.ru/55556.html
6.1.2. Дополнительная литература				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Токарева А. В., Ефимова-Комарова Л. Б., Ярчиковская [и др.] Л. В.	Физическая культура для студентов специальной медицинской группы.: учебное пособие	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016	http://www.iprbookshop.ru/63647.html
Л2.2	Князев В.М., Прокопчук С.С.	Физическая культура в высших учебных заведениях России.: учебное пособие	Санкт-Петербург: Университет ИТМО, 2013	http://www.iprbookshop.ru/68724.html
6.3.1 Перечень программного обеспечения				
6.3.1.1	MS Office			
6.3.1.2	MS WINDOWS			
6.3.1.3	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ			
6.3.1.4	Moodle			
6.3.1.5	NVDA			
6.3.1.6	MS Windows			
6.3.2 Перечень информационных справочных систем				
6.3.2.1	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»			
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks			
6.3.2.3	Межвузовская электронная библиотека			

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)		
Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
007 А1	Зал для занятий специальной медицинской группы, Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной	Рабочее место преподавателя. Фитболы, степ-доска, бодибар
318 А1	Спортивный зал. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Бревно гимнастическое высокое 5м., брусья гимнастические женские со стеклопластиковыми жердями, брусья спортивные, кольца гимнастические (на блоч. подвеске), конь с ручками (спортивный маховый), конь для прыжков, маты гимнастические, перекладина универсальная, сетка волейбольная, стойка волейбольная, табло электронное, шест гимнастический, щит баскетбольный, канат, сетка баскетбольная, измеритель высоты сетки, кассы для замены игроков, табло электронное, антенны для сетки, защита стоек волейбольная, карманы для антенн, волейбольная форма, монометр мяч волейбольный, футбольный, баскетбольный
Пом Театр7/1	Лыжная база. Учебная аудитория для проведения занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Лыжи, ботинки лыжные, лыжные палки, снегоход, теннисный стол, теннисные ракетки, сетки для настольного тенниса, рафты, весла, каски, спасательные жилеты, спальники, рюкзаки, комплект горнолыжный, лыжи горные

Спортивная площадка	Спортивная площадка	Информационный щит, турник разноуровневый, шведская стенка, снаряд для прыжков в длину с места, рукоход, скамья для измерения уровня гибкости, скамья для прессы, упор для отжима, тренажер восемь перекладин
201 В1	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы	Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся). Компьютеры с доступом в Интернет

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ОСНОВНОЙ ГРУППЫ

Учебный материал раздела направлен на повышение функциональных и двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, на овладение методами и средствами физкультурно-спортивной деятельности, на приобретение личного опыта направленного использования средств физической культуры и спорта.

Практический раздел программы реализуется на методико-практических занятиях в учебных группах.

Методико-практические занятия предусматривают освоение основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков средствами физической культуры и спорта. Каждое методико-практическое занятие согласуется с соответствующей темой. При проведении методико-практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания по ее освоению;

- преподаватель кратко объясняет методы обучения и при необходимости показывает соответствующие приемы, способы выполнения физических упражнений, двигательных действий для достижения необходимых результатов по изучаемой методике;

- студенты практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;

- студентам выдаются индивидуальные рекомендации по практическому самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов. Под руководством преподавателя обсуждаются и анализируются итоги выполнения задания.

Контрольные тесты и зачетные нормативы студенты сдают с учетом особенностей обучения в учебном отделении (основное, специальное отделение).

В каждом семестре студентам планируется не более пяти контрольных тестов, которые выполняются в соответствии с правилами данного вида спорта.

Студенты, пропустившие учебные занятия (и не прошедшие необходимую подготовку) допускаются к тестированию только после соответствующей подготовки. В случае пропуска занятий по уважительной причине студенты могут быть освобождены от выполнения отдельных тестов. Студенты, освобожденные на длительный срок, сдают зачет по теоретическому и методическому разделам программы и готовят реферат.

Для студентов всех учебных отделений 1-3 курсов основным критерием положительной оценки при получении зачета должно быть улучшение показателей тестов в процессе всего периода обучения с учетом индивидуальных особенностей каждого студента.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Специальная медицинская группа «А»: в специальную группу зачисляются студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья на основании соответствующих рекомендации медицинских учреждений. Студенты обучающиеся в специальной медицинской группе «А» выполняют практические задания в форме которая доступна по состоянию здоровья. Контрольные тесты и зачетные нормативы студенты сдают с учетом особенностей обучения в специальной группе.

Специальная медицинская группа «Б»: в специальную группу зачисляются студенты, имеющие отклонения в состоянии здоровья на основании соответствующих рекомендации медицинских учреждений. Критерием успешности освоения учебного материала на очной форме обучения является экспертная оценка преподавателя, учитывающая регулярность посещения учебных занятий, знания теоретического раздела программы, выполнение установленных на данный семестр тестов.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ И НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТА

Реферат одна из основных научно-исследовательских работ студентов.

Тематика рефератов обычно определяется преподавателем, но студент может проявлять и свою инициативу.

Различают несколько видов рефератов по их тематике и целевому назначению: литературный (обзорный), методический, информационный, библиографический, полемический и др.

При написании реферата от студента требуется умение выделить главное в научном тексте, видеть проблемы, которым посвящена работа, а также пути и способы их решения, используемые автором (или авторами).

Структура реферата должна включать следующие составные части и разделы:

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение.
4. Основное содержание.
5. Заключение (выводы).
6. Список литературы.
7. Приложения (если имеются).

1. Титульный лист.

Работа начинается с титульного листа, на котором указываются название вуза, факультета и кафедры, на которой выполнена работа, фамилия, имя и отчество студента (полностью), курс и группа, название и вид работы (реферат), данные о научном руководителе, город и год выполнения работы.

2. Содержание (оглавление) - это наглядная схема, перечень всех без исключения заголовков работы с указанием страниц. Заголовки должны быть написаны так, чтобы по расположению можно было судить об их соотношении между собой по значимости (главы, разделы, параграфы и т.п.).

3. Введение. Обоснование выбора темы:

- актуальность, связь с настоящим, значимость в будущем;
- новые, современные подходы к решению проблемы;
- наличие противоречивых точек зрения на проблему в науке и желание в них разобраться;
- противоположность бытовых представлений и научных данных о заинтересованном факте;
- личные мотивы и обстоятельства возникновения интереса к данной теме;
- цель и значимость темы.

4. Основное содержание

- сущность проблемы или изложение объективных научных сведений по теме реферата;
- критический обзор источников;
- собственные версии, сведения, оценки

5. Заключение:

- основные выводы;
- результаты и личная значимость проделанной работы; перспективы продолжения работы над темой.

6. Список использованной литературы:

В списке литературы дается перечень использованной литературы в алфавитном порядке с полным библиографическим описанием источников и нумерацией по порядку. При этом в него включается только та литература, на которую были сделаны ссылки в тексте или выдержки, из которой они цитировались. Вначале перечисляется литература на русском языке, затем на иностранном.

7. Приложения.

В приложения включается второстепенный материал, например анкеты, первичные результаты измерений, схемы приборов и т. п.

Требования к оформлению текстового материала

Реферат должен быть отпечатан на пишущей машинке через два или принтере через 1,5 интервала на одной стороне стандартного листа А4 210x297 мм с соблюдением следующих размеров полей: верхнее и нижнее - 20, правое - 10, левое - 30 мм. Каждая строка должна содержать не более 60-65 знаков, включая межсловные интервалы, шрифт – 14. Объем реферата не должен превышать 30 и быть не менее 12 страниц машинописного текста.

Номера страниц указываются на середине верхней части листа без точек и литерных знаков. Каждая страница нумеруется.

Первой страницей считается титульный лист (нумерация на ней не ставится), второй – оглавление. Названия основных разделов пишутся прописными буквами, а подразделов – строчными. Заголовки даются по центру и сверху и снизу отделяются от основного текста тремя интервалами; точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся и переносы в них не рекомендуются.

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

Оформление ссылок на источники.

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

Постраничный вариант: в нижней части страницы (под основным текстом) под соответствующим номером сноски указываются выходные данные источника.

Внутристраничный вариант: в тексте работы после приведенной цитаты в скобках указывается номер источника по общему библиографическому списку и номер (а) использованной (ых) страниц.

Работа по библиографическому поиску.

Как правило, при подготовке реферата используются следующие группы источников: словари, справочники; монографии, сборники, научные доклады на конференциях, симпозиумах, энциклопедии и т. д.; газетные и журнальные статьи, в которых приводятся новые данные науки и фактологический материал. В них - расшифровка терминов, понятий, история вопроса, анализируются различные точки зрения на проблему и т. д.

По мере изучения литературы на отдельных листах делаются краткие выписки наиболее важных положений, затем они распределяются по вопросам плана. Очень важно, чтобы было раскрыто основное содержание каждого подвопроса и всего вопроса в целом.

После того, как реферат готов, необходимо внимательно его прочитать, сделав необходимые дополнения и поправки, устранить повторение мыслей, выправить текст.

Оформление реферата целесообразнее выполнять на компьютере с использованием современных текстовых и графических редакторов, электронных таблиц.

Библиографическое описание научно-методической литературы в списке

В список литературы входят различные источники, описание которых имеет свою специфику. Ниже приведены некоторые примеры.

1) Описание книг, монографий, учебников и учебных пособий:

1. Веретенникова, Л.К. Подготовка будущего учителя к формированию творческого потенциала школьника: Монография / Л.К. Веретенникова. – Ижевск: Изд-во Удм. ун-та, 1996. – 134 с.
2. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. – М., 1982. – 280 с.
3. Крутецкий, В.А. Психология подростка / В.А. Крутецкий, Н.С.Лукин. – М.: Прсвещение, 1995. – 316 .
4. Петров, П.К. Гимнастика в школе: Учеб. пособие / П.К. Петров. – Ижевск, 1996. – 460с.

2) Описание статей из журналов:

1. Столяров, В.И. Актуальные проблемы теории и практики олимпийского образования детей и молодежи / В.И.Столяров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998. – №4. – С. 13-20.
2. Столяров, В.И. философско-культурологический анализ физической культуры / В.И. Столяров // Вопросы философии. – 1988. - № 4. – С. 78-91.

3) Описание статей из сборников научных трудов и тезисов докладов:

1. Иванов, И.И. Педагогическая деятельность и контроль за физическим состоянием / И.И. Иванов // Программированное обучение и компьютеризация в учебно-тренировочном процессе: Межвуз. сб. науч. трудов. – Ижевск, 1996. – С. 23-39.
2. Жданов, Ю. Д. Требования к специалистам физической культуры и спорта / Ю.Д. Жданов // Новые направления в системе подготовки специалистов физической культуры и спорта и оздоровительной работе с населением: Тезисы докладов Международной научно-практической конференции, посвященной 50-летию образования факультета физической культуры (ФФК). – Ижевск, 1999. – С. 13-46.

4) Описание авторефератов диссертаций:

1. Холодов, Ж. К. Технология теоретической профессиональной подготовки в системе специального физкультурного образования: Автореф. дисс. ... докт. пед. наук / Ж.К.Холодов; Моск.гос.ун-т – М., 1996. – 40 с.
2. Райзих, А.А. Средства и методы физической культуры в социальном воспитании подростков 14-15 лет, проживающих в сельской местности: Автореф. дисс... канд. пед. наук / А.А.Райзих; Омск.гос.ун-т ФК – Омск., 1997. – 24 с.

Не позже чем за две недели до намеченного срока, реферат представляется на рецензию научному руководителю.

В целом работа над рефератом позволяет студентам овладеть очень важными для исследователя умениями, а именно: научиться работать с научным текстом, выделять в нем главное, существенное, формулировать как свои, так и чужие высказывания, логично выстраивать и систематизировать изученный материал.