

ТРЕБОВАНИЯ К РЕФЕРАТАМ

К реферату предъявляются следующие требования:

- работа выполняется на основе просмотренного учебного материала лекционного курса с использованием рекомендованных первоисточников, содержание которых должно быть законспектировано, а основные положения проанализированы. Содержание положения излагается студентом авторской речью в произвольной форме (своими словами), но с обязательным соблюдением научного стиля изложения и употреблением общепринятой нормативной терминологии. Последовательность изложений должна соответствовать плану работы:

- план реферата включает в себя 3-5 основных вопросов;
- текст реферата должен начинаться с введения на 1-2 страницы и заканчиваться заключением (выводами) на последней странице;
- не допускается дословное переписывание фрагментов первоисточников без ссылок на издание и автора. При цитировании первоисточника текст цитаты заключается в кавычки, при этом после закрывающей кавычки и пробела в скобках указывают инициалы и фамилию автора, а также год издания. Допускается оформление ссылки на автора в виде сноски в конце страницы, где указывают автора цитаты, название публикации, год издания, издательство, страницу. Рекомендуется включение автора в список литературы источников;
- объем реферата составляет 15-20 страниц. Реферат должен быть оформлен разборчиво и аккуратно. Реферат выполняется печатным текстом.

Оформление реферата

Титульный лист (указывается тема реферата и вариант).

На следующем листе приводят план работы с указанием страниц, с которых начинаются разделы (основные вопросы).

Страницы реферата нумеруют, на первом (титульном) листе номер страницы не проставляют. В конце работы приводят список использованной литературы в алфавитном порядке с указанием фамилии и инициалов автора (авторов), названия работы, издательства, года издания и количества страниц.

ВЫБОР ВАРИАНТА

Тема реферата выбирается по последним двум цифрам зачетной книжки в соответствии с таблицей:

Последние две цифры зачетной книжки				Номер темы реферата
1	28	55	82	1
2	29	56	83	2
3	30	57	84	3
4	31	58	85	4
5	32	59	86	5
6	33	60	87	6
7	34	61	88	7

8	35	62	89	8
9	36	63	90	9
10	37	64	91	10
11	38	65	92	11
12	39	66	93	12
13	40	67	94	13
14	41	68	95	14
15	42	69	96	15
16	43	70	97	16
17	44	71	98	17
18	45	72	99	18
19	46	73		19
20	47	74		20
21	48	75		21
22	49	76		22
23	50	77		23
24	51	78		24
25	52	79		25
26	53	80		26
27	54	81		27

Темы рефератов

1) Понимание роли физической культуры и здорового образа жизни: компоненты физической культуры; организационно-правовые основы физической культуры; гуманитарная значимость физической культуры

2) Знание основ физической культуры и здорового образа жизни: самооценка физического здоровья; режимы труда и отдыха; личная гигиена и закаливание; профилактика вредных привычек; организация двигательной активности

3) Производственная физическая культура, ее цели и задачи: физкультурная пауза; физкультурная минутка; попутная тренировка; специально направленные физические упражнения; физкультурно-спортивные занятия для активного отдыха и повышения функциональных возможностей

4) Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом: виды диагностики, ее цели и задачи; врачебный контроль; дневник самоконтроля

5) Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий: оптимальная двигательная активность; формирование мотивов и организация занятий физическими упражнениями

6) Функциональные системы организма: костная система и ее функции; мышечная система и ее функции; физиологические системы организма

7) Физическая культура в структуре профессионального образования: физическая культура студента; физическая культура и спорт как средство

сохранения и укрепления здоровья студентов; профессиональная направленность физического воспитания

8) Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки: роль упражнений и функциональные показатели тренированности организма в покое, при выполнении стандартной и предельной напряженной работы; обмен веществ и энергии

9) Регуляция деятельности организма в различных условиях: особенности функционирования центральной нервной системы: двигательная функция и повышения уровня адаптации и устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды

10) Формы занятий физическими упражнениями: построение и структура учебных занятий; общая и моторная плотность занятий

11) Гигиена самостоятельных занятий; гигиена питания, питьевого режима, уход за кожей, гигиенические требования при проведении занятий физической культуры

12) Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры; роль личности руководителя во внедрении физической культуры в производственный коллектив

13) Планирование тренировки в системе физических упражнений: перспективное планирование; годичное, текущее и оперативное планирование

14) Физическая культура и спорт в свободное время: утренняя гимнастика: занятия физическими упражнениями для активного отдыха

15) Студенческий спорт: его организационные особенности; разновидности занятий и их организационная основа

16) Нетрадиционные системы физических упражнений: психофизическая характеристика основных видов спорта

17) Утомление при физической и умственной работе: биологические ритмы и работоспособность; гипокинез и гиподинамия

18) Физическая культура и спорт как социальные феномены: физическая культура – часть общечеловеческой культуры; спорт – явление культурной жизни

19) Организм как единая саморазвивающаяся и саморегулирующаяся биологическая адаптация к нарушению биологических ритмов

20) История развития олимпийского движения в России

21) История развития мирового олимпийского движения

22) Качество спортивного менеджмента и конкурентоспособность спорта

23) Влияние Российского спорта на формирование личности

24) Методические основы территориально-пространственного развития объектов олимпийских поселений (на примере инфраструктуры олимпийских объектов города Сочи)

25) О некоторых проблемах спортивной отрасли России

26) Спортивно-оздоровительная индустрия ее развитие в России

27) Психология спорта