**Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

Самостоятельная работа студентов осуществляется в следующих формах: подготовки реферативных работ, выполнение контрольных тестов для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, контрольных упражнений, контрольных нормативов, обязательных тестов для определения физической подготовленности, подготовка к семестровым зачётам по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина)».

Самостоятельная работа только для студентов, имеющих освобождение от занятий физическим воспитанием и относящихся к специальной медицинской группе.

Содержание самостоятельной работы студентов по практическому разделу программы в группах обучающихся с отклонениями состояния здоровья направлено на формирование зна-ний самостоятельного развития физических качеств, совершенствования двигательных навыковходьбе, беге, играх и т.д. В содержание самостоятельных практических занятий включаются специальные средства для устранения отклонений в физическом развитии и состоянии здоро-вья.

Изучение теоретического материала определяется рабочей учебной программой дисци-плины, включенными в нее календарным планом изучения дисциплины и перечнем литерату-ры; рекомендуется при подготовке к занятиям повторить материал предшествующих тем рабо-чего учебного плана, а также материал предшествующих учебных дисциплин, который служит базой изучаемого раздела данной дисциплины. При подготовке к практическому занятию необходимо изучить материалы лекции, рекомендованную литературу. Изученный материал следует проанализировать в соответствии с планом занятия, затем проверить степень усвоения содержания вопросов.

Практические занятия неразрывно связаны с домашними заданиями как основным видом текущей самостоятельной работы, являясь, в сочетании с систематическим изучением теорети ческого материала основой рейтинговой оценки знаний, фиксируемой в промежуточной атте-стации.

Самостоятельная работа проводится с целью углубления знаний по дисциплине и предусматривает:

повторение пройденного учебного материала, чтение рекомендованной литературы;

подготовку к практическим занятиям;

выполнение общих и индивидуальных домашних заданий;

работу с электронными источниками;

подготовку к сдаче формы промежуточной аттестации.

Планирование времени на самостоятельную работу важно осуществлять на весь семестр, предусматривая при этом повторение пройденного материала.

При подготовке к промежуточной аттестации по дисциплине следует руководствовать-ся перечнем вопросов для подготовки к итоговому контролю по курсу. При этом необходимо уяснить суть основных понятий дисциплины.

Самостоятельная работа студентов, прежде всего, заключатся в изучении литературы, до-полняющей материал, излагаемый в лекционной части курса. Необходимо овладеть навыками библиографического поиска, в том числе в сетевых Интернет-ресурсах, научиться сопоставлять различные точки зрения и определять методы исследований.

Предполагается, что, прослушав лекцию, студент должен ознакомиться с рекомендован-ной литературой из основного списка, затем обратится к источникам, указанным в библиогра-фических списках изученных книг, осуществит поиск и критическую оценку материала на сай-тах Интернет, соберет необходимую информацию.

Существует несколько методов работы с литературой.

Один из них – метод повторения: смысл прочитанного текста можно заучить наизусть. Простое повторение воздействует на память механически и поверхностно. Полученные таким путем сведения легко забываются.

Наиболее эффективный метод – метод осознанного запоминания: прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке. Чтобы основательно обрабо-тать информацию, важно произвести целый ряд мыслительных операций: прокомментировать новые данные; оценить их значение; поставить вопросы; сопоставить полученные сведения с ранее известными.

Для улучшения обработки информации очень важно устанавливать осмысленные связи, структурировать новые сведения. Изучение научной, учебной и иной литературы требует веде-ния рабочих записей. Форма записей может быть весьма разнообразной: простой или разверну-тый план, тезисы, цитаты, конспект.

Регламент подготовки реферата

Реферат - это краткое изложение информации, взятой из -одного или нескольких источ-ников, в письменном виде или в форме публичного доклада.

Написание реферата является;

одной из форм обучения студентов, направленной на организацию и повышение уровня самостоятельной работы студентов;

одной из форм научной работы студентов, целью которой является расширение науч-ного кругозора студентов, ознакомление с методологией научного поиска.

Реферат, как форма обучения студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных ма-териалов и с последующими выводами.

При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы.

Темы рефератов определяются содержанием программы курса. Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания реферата.

Целью написания рефератов является:

привитие студентам навыков библиографического поиска необходимой литературы (на бумажных носителях, в электронном виде);

привитие студентам навыков компактного изложения мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу в письменной форме, научно грамотным языком и в хорошем стиле;

приобретение навыка грамотного оформления ссылок на используемые источники, пра-вильного цитирования авторского текста;

выявление и развитие у студента интереса к определенной научной и практической про-блематике с тем, чтобы исследование ее в дальнейшем продолжалось в подготовке и написании дипломной работы и дальнейших научных трудах.

Основные задачи студента при написании реферата:

- с максимальной полнотой использовать литературу по выбранной теме (как рекомен-дуемую, так и самостоятельно подобранную) для правильного понимания авторской позиции;

верно (без искажения смысла) передать авторскую позицию в своей работе;

уяснить для себя и изложить причины своего согласия (несогласия) с тем или иным ав-

тором по данной проблеме.

Требования к содержанию:

материал, использованный в реферате, должен относится строго к выбранной теме;

необходимо изложить основные аспекты проблемы не только грамотно, но и в соответ-ствии с той или иной логикой (хронологической, тематической, событийной и др.)

при изложении следует сгруппировать идеи разных авторов по общности точек зрения или по научным школам;

реферат должен заканчиваться подведением итогов проведенной исследовательской работы: содержать краткий анализ-обоснование преимуществ той точки зрения по рассматрива-

емому вопросу, с которой Вы солидарны.

Структура реферата.

Начинается реферат с титульного листа.

За титульным листом следует Оглавление. Оглавление - это план реферата, в котором каждому разделу должен соответствовать номер страницы, на которой он находится.

Текст реферата. Он делится на три части: введение, основная часть и заключение.

а) Введение - раздел реферата, посвященный постановке проблемы, которая будет рас-сматриваться и обоснованию выбора темы.

б) Основная часть - это звено работы, в котором последовательно раскрывается выбран-ная тема. Основная часть может быть представлена как цельным текстом, так и разделена на главы. При необходимости текст реферата может дополняться иллюстрациями, таблицами, графиками.

в) Заключение - данный раздел реферата должен быть представлен в виде выводов, кото-рые готовятся на основе подготовленного текста. Выводы должны быть краткими и четкими. Также в заключении можно обозначить проблемы, которые выявлялись в ходе работы над ре-фератом, но не были раскрыты в работе.

Список источников и литературы. В данном списке называются как те источники, на которые ссылается студент при подготовке реферата, так и все иные, изученные им в связи с его подготовкой. В работе должно быть использовано не менее 5 разных источников. Работа, выполненная с использованием материала, содержащегося в одном научном источнике, являет-ся явным плагиатом и не принимается. Оформление Списка источников и литературы должносоответствовать требованиям библиографических стандартов.

Объем и технические требования, предъявляемые к выполнению реферата.

Объем работы должен быть, как правило, не менее 12 и не более 20 страниц. Работа должна выполняться через одинарный интервал 12 шрифтом, размеры оставляемых полей: ле-вое - 25 мм, правое - 15 мм, нижнее - 20 мм, верхнее - 20 мм. Страницы должны быть пронуме-рованы.

Расстояние между названием части реферата или главы и последующим текстом должно быть равно трем интервалам. Фразы, начинающиеся с «красной» строки, печатаются с абзац-ным отступом от начала строки, равным 1 см.

При цитировании необходимо соблюдать следующие правила:

текст цитаты заключается в кавычки и приводится без изменений, без произвольного со-кращения цитируемого фрагмента (пропуск слов, предложений или абзацев допускается, если не влечет искажения всего фрагмента, и обозначается многоточием, которое ставится на месте пропуска) и без искажения смысла;

каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник, библиографическое описа-ние которого должно приводиться в соответствии с требованиями библиографических стандар-тов.

Оценивая реферат, преподаватель обращает внимание на:

соответствие содержания выбранной теме;

отсутствие в тексте отступлений от темы;

соблюдение структуры работы, четка ли она и обоснованна;

умение работать с научной литературой - вычленять проблему из контекста;

умение логически мыслить;

культуру письменной речи;

умение оформлять научный текст (правильное применение и оформление ссылок, со-ставление библиографии);

умение правильно понять позицию авторов, работы которых использовались при напи-сании реферата;

способность верно, без искажения передать используемый авторский материал;

соблюдение объема работы;

аккуратность и правильность оформления, а также технического выполнения работы.

Реферат должен быть сдан для проверки в установленный срок.