

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА И ТУРИЗМА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Спортивно-педагогический факультет массовых видов спорта

Кафедра водных видов спорта

**ПОДГОТОВКА КУРСОВОЙ РАБОТЫ**  
**по учебной дисциплине «Теория и методика спортивной**  
**подготовки в избранном виде спорта»**

Методическое пособие

Минск  
2019

# 1. Требования к структуре и содержанию курсовой работы

Курсовая работа студентов должна:

- быть актуальной, имеющей практическое значение для решения конкретных вопросов и проблем;

- основываться на новейших теоретических разработках исследуемого вопроса, что предполагает изучение нормативных правовых актов, научных, учебно-методических и иных материалов и выработку на этой основе собственной позиции;

- содержать конкретные предложения по решению изучаемой проблемы;

- отвечать требованиям по ее оформлению.

**Курсовая работа должна включать следующие элементы:**

- задание на курсовую работу;

- титульный лист;

- оглавление;

- перечень условных обозначений и сокращений (при необходимости);

- введение;

- общую характеристику работы;

- основная часть, представленная главами (2-3 главы);

- выводы (по 1 и 3 главы);

- заключение;

- список использованных источников (не менее 15);

- приложения (при необходимости).

**Титульный лист** оформляется в соответствии с общими требованиями.

**Оглавление** включает названия структурных элементов с указанием точных названий глав (параграфов), номеров соответствующих им страниц курсовой работы и оформляется в соответствии с общими требованиями.

**Введение** - вступительная часть курсовой работы; в ней даются обоснование выбора темы, ее актуальность, степень научной разработанности, общая оценка состояния исследуемой проблемы, цели и задачи исследования, методы исследования; объем - до 2-3 страниц.

**Актуальность темы** курсовой работы. Следует указать важность и значимость проблемы в рамках дисциплины и практики.

**Цель и задачи исследования.** Обычно формулируется одна цель работы и несколько задач, которые необходимо решить для достижения поставленной цели.

**Методы исследования.** Приводятся названия использованных научных методов и их описание.

**Структура и объем курсовой работы.** Указывается структура курсовой работы, наличие введения, количество глав, наличие заключения, списка использованных источников, приложения. Затем приводится полный объем курсовой работы в страницах, а также количество рисунков, таблиц, приложений и количество использованных источников.

**Основная часть** курсовой работы раскрывает сущность проблемы, ее место в современной теории и практике изучаемой учебной дисциплины, тенденции развития проблемы, содержит предложения и практические рекомендации по решению исследуемой проблемы. Основная часть излагается в главах и не должна превышать объем в 20-25 страниц машинописного текста. Дробление материала курсовой работы на главы, разделы, подразделы, а также их последовательность должны быть логически оправданными.

Каждую главу курсовой работы следует завершать краткими выводами, которые подводят итоги изучения конкретного вопроса или проблемы исследования и на которых базируется формулировка основных выводов исследования в целом, приводимых в разделе «Заключение».

**Заключение** содержит основные результаты исследования и выводы. Раздел должен иметь объем не более 2 страниц.

**Список использованных источников** включает перечень источников информации, на которые в работе приводятся ссылки.

При необходимости для более полного раскрытия темы в курсовую работу могут быть включены **приложения**. В приложениях размещается дополнительный материал, например, копии документов, таблицы вспомогательных (исходных) цифровых данных, рисунки, схемы, диаграммы и т. д.

Объем курсовой работе - около 25 страниц машинописного (2-3 тыс. знаков на странице) или 30 страниц рукописного текста; количество фактически использованных источников - не менее 15.

Курсовая работа представляется в отпечатанном виде. Текст размещается на одной стороне листа белой бумаги формата А4 (210x297 мм).

Количество знаков в строке должно составлять 60-70, а количество строк - 40±5 на странице. Печать производится с использованием текстового редактора Word шрифтом Times New Roman, размером 13-14 пунктов. Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определениях, терминах, важных особенностях, применяя шрифты разной гарнитуры, выделение с помощью рамок, подчеркивания и пр.

Текст курсовой работы необходимо печатать, соблюдая следующие размеры полей: левое - 30 мм, правое - 10 мм, верхнее и нижнее - 20 мм.

Опечатки, опiski и графические неточности, обнаруженные в процессе оформления курсовой работы, допускается исправлять подчисткой или закрашиванием белой краской и нанесением на том же месте исправленного текста (графиков).

Заголовки структурных частей печатают прописными буквами в середине строк. Так же печатают заголовки глав. Заголовки разделов печатают строчными буквами (кроме первой прописной), располагая их в середине строк. Заголовки подразделов печатают строчными буквами (кроме первой прописной) с абзаца. Точку в конце заголовка не ставят.

Если заголовок состоит из двух или более предложений, их разделяют точкой.

Каждую структурную часть курсовой работы следует начинать с нового листа.

Нумерация страниц, глав, разделов, подразделов, рисунков, таблиц, приложений дается арабскими цифрами без знака №.

Первой страницей курсовой работы является титульный лист, который включают в общую нумерацию страниц. На титульном листе номер страницы не ставят, на последующих листах номер проставляют на нижнем поле в центре нижней части листа без точки в конце.

Разделы нумеруют в пределах каждой главы.

Номер раздела состоит из номера главы и порядкового номера раздела, разделенных точкой, например: «2.3» (третий раздел второй главы). Затем идет текст заголовка раздела.

Подразделы нумеруют в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из порядковых номеров главы, раздела, подраздела, разделенных точками, например: «1.3.2» (второй подраздел третьего раздела первой главы). Затем располагают текст заголовка подраздела.

Таблицы следует располагать непосредственно на странице с текстом после абзаца, в котором они упоминаются впервые, или отдельно на следующей странице. Иллюстрации и таблицы, которые расположены на отдельных листах курсовой работы, включают в общую нумерацию страниц.

Таблицы нумеруют последовательно (за исключением таблиц, приведенных в приложении) в пределах главы. В левом верхнем углу над соответствующим заголовком таблицы помещают надпись «Таблица» с указанием ее номера. Номер таблицы должен состоять из номера главы и порядкового номера таблицы, разделенных точкой, например: «Таблица 1.2» (вторая таблица первой главы).

Если в курсовой работе одна таблица, ее не нумеруют и слово «Таблица» не пишут.

Каждая таблица должна иметь заголовок, который располагают над таблицей и печатают без абзацного отступа. Заголовок и слово «Таблица» начинают с прописной буквы. Заголовок не подчеркивают.

Таблицу размещают после первого упоминания о ней в тексте таким образом, чтобы ее можно было читать без поворота курсовой работы или с поворотом по часовой стрелке.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другой лист. При переносе части таблицы на другой лист (страницу) слово «Таблица» и ее номер указывают один раз слева над первой частью таблицы, над другими частями слева пишут слово «Продолжение таблицы».

Иллюстрации обозначают словом «Рисунок» и нумеруют последовательно в пределах главы. Номер иллюстрации должен состоять из номера главы и порядкового номера иллюстрации, разделенных точкой.

Например: Рисунок 1.2 (второй рисунок первой главы). Номер иллюстрации, ее название и поясняющие подписи помещают последовательно под иллюстрацией. Если в курсовой работе приведена одна иллюстрация, то ее не нумеруют и слово «Рисунок» не пишут.

Иллюстрации должны иметь наименование, которое дается после номера рисунка. При необходимости иллюстрации снабжают поясняющими подписями (подрисуночный текст).

При написании курсовой работы необходимо давать ссылки на источники, материалы или отдельные результаты, которые в ней приводятся. В том месте курсовой работы, где дается ссылка, необходимо указать номера источников в списке литературы, например: [15,20] (здесь 15, 20 -

номера источников в списке литературы).

Список использованных источников формируется в порядке появления ссылок в тексте, либо в алфавитном порядке фамилий первых авторов или заглавий.

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Кафедра водных видов спорта

«\_\_» «\_\_\_\_\_» 2019

КУРСОВАЯ РАБОТА

на тему:

«ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ГРЕБНОМ СПОРТЕ, ЕЕ ФОРМЫ И ФУНКЦИИ»

Исполнитель: студент 4 курса,  
СПФ МВС, гр. 247,  
Иванов Ф.В.

Руководитель:  
канд. пед. наук, доцент  
Жуков Сергей Евгеньевич

Работа защищена с оценкой: «\_\_\_\_\_»

Дата защиты: «\_\_» «\_\_\_\_\_» 2019

Протокол №\_\_ от «\_\_» «\_\_\_\_\_» 2019

Минск 2019

## Правила оформления литературных источников

Список используемой литературы (библиография):

- названия первоисточников в списке литературы располагаются в алфавитном порядке согласно фамилий авторов или названий книг (если в них не указаны авторы);
- литература, опубликованная на языке, использующем латинский шрифт, как правило, располагается после всех изданий на русском языке.

### Образец оформления литературных источников:

1. Агеенко, Н.Н. История отечественного баскетбола: учеб. пособие / Н.Н. Агеенко, А.И. Бондарь, В.Я. Кротов. - Минск, 1992. - 39 с.
2. Бабушкин, В.З. Подготовка юных баскетболистов /В.З. Бабушкин. - Киев, 1985.-142 с.
3. Биохимия мышечной деятельности / Н.И. Волков [и др.]. - Киев: Олимпийская литература, 2000. - 503 с.
4. Бондарь, А.И. Анализ техники передачи и экспериментальное обоснование методики обучения им в баскетболе: автореф. дис. ... канд.пед.наук: 13.00.04 / А.И. Бондарь; Минский гос.пед.ин-т им. А.М.Горького.-Минск, 1975.-21 с.
5. Воробьев, Г.П. Почему возникают травмы и как их предупредить /Г.П. Воробьев // Теория и практика физической культуры. - М., 1989. - №9. - С. 31 - 33.
6. Прессбол - 2002. № 116.

### ПРИМЕРЫ ОФОРМЛЕНИЯ БИБЛИОГРАФИЧЕСКОГО ОПИСАНИЯ В СПИСКЕ ИСТОЧНИКОВ, ПРИВОДИМЫХ В КУРСОВОЙ РАБОТЕ

| Характеристика источника           | Пример оформления  |
|------------------------------------|--|
| Один, два или три автора           | Бойченко, С.Д. Классическая теория физической культуры. / С.Д. Бойченко. – Мн.: Лазурек, 2002. – 311 с.<br>Холодов, Ж.К., В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений./ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., исп. и доп. – М.: Издательский центр "Академия", 2002. – 480 с.<br>Хрипкова, А.Г. Возрастная физиология и школьная гигиена: пособие для студентов педагогических институтов / А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова, Д.А. Фарбер; под ред. А.Г. Хрипковой – М.: Просвещение, 1990. – 319 с. |
| Коллективный автор                 | Военный энциклопедический словарь / М-во обороны Рос. Федерации, Ин-т воен. истории; редкол.: А.П. Горкин [и др.]. – М.: Большая рос. энцикл.: РИПОЛ классик, 2002. – 1663 с.  |
| Законы и законодательные материалы | Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте». – Мн., 1993.-24 с.<br><br>Конституция Республики Беларусь 1994 года (с изменениями и дополнениями, принятыми на республиканских референдумах 24 ноября 1996 г. и 17 октября 2004 г.). – Минск: Амалфея, 2005. – 48 с.<br><br>О нормативных правовых актах Республики Беларусь: Закон Респ. Беларусь от 10 янв. 2000 г. № 361-3: с изм. и доп.: текст по состоянию на 1 дек. 2004 г. – Минск: Дикта, 2004. – 59 с.  |
| Сборник статей, трудов             | Труды кафедры теории и методики физического воспитания и спорта БГУФК: сб. науч. ст. / ред.кол.: М.П. Ступень [и др.]. – Минск: РИВШ, 2004. – 80 с.<br><br>Ученые записки: сборник научных трудов / редкол.: А.И. Бондарь (гл. ред.) [и др.] – Минск: Четыре четверти, 1998. – Вып 2. – 279 с.   |
| Материалы конференций              | Правовая система Республики Беларусь: состояние, проблемы, перспективы развития: материалы V межвуз. конф. студентов, магистрантов и аспирантов, Гродно, 21 апр. 2005 г. / Гродн. гос.ун-т; редкол.: О.Н. Толочко (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2005. – 239 с.  |
| Автореферат диссертации            | Новаковский, С.В. Локальная силовая подготовка борцов для выполнения сложных технико-тактических действий: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.04; / С.В. Новаковский, – Минск, 1998. – 18 с.<br><br>Гужаловский, А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А.А. Гужаловский, А.А. – М., 1979. – 46 с.  |
| Диссертация                        | Бойченко, С.Д., Теоретические и методические основы специализированной подготовки этапы начальной спортивной специализации в единоборствах в связи с формированием уровневой системы актуальных координационных способностей: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / С.Д. Бойченко. – Минск, 1993.  |

|   |   |
|---|---|
|   | – 420 л.  |
| Статьи из сборников тезисов докладов и материалов конференций | Антонов, М.Ф. Особенности развития специальных физических качеств лыжников-гонщиков. / М.Ф. Антонов // Современные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: материалы Междунар. науч.практ. конф., посвящ. 75-летию Белорусского государственного педагогического университета им. М.Танка, 50-летию кафедры физического воспитания и спорта, Минск, 21-22 мая. 1997 г.<br>/ Белорус. гос.пед. ун-т; редкол.: В.А. Овсянкин [и др.]. – Минск, 1997. – С. 29–30.   |
| Статья из продолжающегося издания                             | Кряж, В.Н. Физическое упражнение - основное средство физического воспитания<br>/ В.Н. Кряж // Сб. науч. тр. / АФВиС РБ. – Минск, 1997. – Вып. 1: Ученые записки. – С. 218–222.  |
| Статья из журнала   | Матвеев, Л.П. О некоторых проблемах теории и практики физической культуры / Л.П. Матвеев / Теория и практика физической культуры. – 1982. – №7. – С. 5 – 8.   |
| Электронные ресурсы   | Театр [Электронный ресурс]: энциклопедия: по материалам изд-ва “Большая российская энциклопедия”: в 3 т. – Электрон. дан. (486 Мб). – М.: Кордис & Медиа, 2003. – Электрон. опт. диски (CD-ROM): зв., цв. – Т. 1: Балет. – 1 диск; Т. 2: Опера. – 1 диск; Т. 3: Драма. – 1 диск.<br><br>Регистр СНГ – 2005: промышленность, полиграфия, торговля, ремонт, транспорт, строительство, сельское хозяйство [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. и прогр. (14 Мб). – Минск: Комлев И.Н., 2005. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). |
| Ресурсы удаленного доступа                                    | Национальный Интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс] / Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь. – Минск, 2005. – Режим доступа: <a href="http://www.pravo.by">http://www.pravo.by</a> . – Дата доступа: 25.01.2006.   |