МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

|  |
| --- |
|  |
| **федеральное государственное автономное образовательное**  **учреждение высшего образования**  **«Мурманский арктический университет»**  **(ФГАОУ ВО «МАУ»)**  Колледж МАУ |

**Реферат**

По дисциплине: Физическая культура

На тему: Физическая культура в жизни человека

Избранный вид спорта

Выполнил \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Ф.И.О. студента)

Студент 1 курса // 2 курса

Группа № 1-ФИН (з/о)/11 // 2-ФИН (з/о )/9

Специальность 38.02.06 Финансы

Проверил Сунагатова Лариса Викторовна

(Ф.И.О. преподавателя)

|  |  |
| --- | --- |
| Оценка:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2025 г. | Преподаватель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (Подпись) |

Мурманск

2025 г.

***ПРИЛОЖЕНИЕ 1***

**РЕФЕРАТ НА ТЕМУ:**

1. *Физическая культура в жизни человека.*

Основные компоненты физической культуры.

1. *Избранный вид спорта.*

Историческая справка избранного вида спорта, основные правила соревнований в избранном виде спорта.

**ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ РЕФЕРАТА:**

объем: 8-10 страниц

шрифт: 14 Times New Roman

интервал: 1,5

выравнивание: по ширине

нумерация страниц: внизу страницы (посередине), особый колонтитул для первой страницы

не добавлять интервал между абзацами

первая строка отступ (1,25 см)

**СТРУКТУРА РЕФЕРАТА:**

* титульный лист реферата;
* содержание - введение (1 страница), основная часть, заключение (1 страница);
* список литературы

***ПРИЛОЖЕНИЕ 2***

**Основная литература**

1. Волков, Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта [Текст]: учебник для студ. вузов физ. культуры и фак. физ. Воспитания / Л.В. Волков. – Киев: Олимп. лит., 2002. – 293 с.
2. Ильинич, В.И. Физическая культура студента и жизнь [Текст]: учебник для студентов вузов, изуч. дисцип. «Физ. культура» / В.И. Ильинич. – М.: Гардарики, 2007. – 366 с.
3. Лукьяненко, В. П. Физическая культура: основы знаний [Текст]: учеб. пособие для учащихся ст. кл. общеобразоват. Школы / В.П. Лукьяненко. – М.: Сов. спорт, 2007. – 227 с.
4. Основы здорового образа жизни студента [Текст] / М.Я. Виленский, А.Г. Горшаков // Среднее профессиональное образование. – 1995. – № 4, 5, 6. – 1996. – № 1, 2, 3.
5. Щербина, А.Ф. Особенности развития двигательных качеств школьников и юных спортсменов [Текст]: метод. пособие / А. Ф. Щербина.– Мурманск. – МГПУ, 2008. – 41 с.

**Дополнительная литература**

1. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор: учебное пособие для академического бакалавриата / Г. И. Семёнова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 105 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/AD5CCEC5-5CCC-4FDF-B1E4-D2A6564F9963/sportivnaya-orientaciya-i-otbor>
2. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах [Электронный ресурс]: учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2018. — 153 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/book/1B3DA446-6A1E-44FA-8116-798C79A9C5BA/fizicheskaya-kultura-i-sport-v-vuzah>
3. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов [Текст]: Методическое пособие для студентов высших учебных заведений / Сост. А.Л. Димова, Р.В. Чернышев. – М.: Советский спорт, 2005. – 58 с.

***ПРИЛОЖЕНИЕ 3***

**Методические рекомендации по оформлению реферата на тему:**

1. ***Физическая культура в жизни человека.***

Основные компоненты физической культуры.

Необходимо раскрыть определение «Физическая культура». Описать основные положения, зачем и почему необходима физическая культура для человека от рождения и на протяжении всей жизни.

Раскрыть содержание всех компонентов физической культуры. Раскрыть цель и задачи каждого компонента.

1. ***Избранный вид спорта.***

Историческая справка избранного вида спорта, основные правила соревнований в избранном виде спорта.

Необходимо выбрать вид спорта, (которым вы занимались, или планируете заниматься, или являетесь болельщиком).

Составить историческую справку об этом виде спорта, от самых истоков и до наших дней.

Описать основные правила соревнований. Если есть необходимость, схематично отобразить спортивное сооружение, или спортивную площадку, или спортивный инвентарь и т.д.