

## **КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА (ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ)**

В соответствии с учебным планом контрольная работа является обязательной формой контроля для студентов заочной формы обучения, в соответствии с положением о текущем контроле и промежуточной аттестации студентов университета контрольная работа является частью текущего контроля успеваемости студентов. Процесс подготовки и написания контрольных работ позволяет студентам полнее определить свои сильные и слабые стороны и все это учесть при подготовке к Государственной аттестации. Контрольная работа (КР) может быть выполнена в межсессионный или сессионный период, аттестация контрольной работы осуществляется в ходе собеседования с преподавателем в часы консультаций. Контрольная работа выполняется студентом самостоятельно. За выполнение контрольной работы магистранты могут получить до 30 баллов. Чтобы получить баллы за выполнение КР магистранты должны написать реферат по предлагаемой тематике.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОФОРМЛЕНИЮ КР и КРИТЕРИИ ИХ ОЦЕНКИ**

Преподаватель проверяет выполнение всех компонентов контрольной работы, качество выполненных заданий, наличие выводов и оформление. Студенты сдают оформленную работу на листах формата А4.

В качестве источников использовать только статьи из научных журналов на русском или иностранном языках, авторефераты диссертаций или диссертации, ресурсы Интернет.

Контрольная работа является самостоятельной работой студента. По желанию преподавателя контрольная работа может быть проверена с помощью программы «Антиплагиат» - допускается не более 20 % заимствования.

### **Контрольная работа выполняется по предложенной схеме.**

Структура контрольной работы: титульный лист, оглавление, введение (актуальность, цель), состояние проблемы, собственные умозаключения, выводы и предложения, источники информации.

Формат А-4, сброшюрованы слева, шрифт Times кегль 14, 1,5 интервала.

Контрольная работа должна быть сдана в срок.

Список источников информации оформлен в соответствии с Госстандартом.

Тема контрольной работы обсуждается с преподавателем.

Схема контрольной работы  
ФГБОУ ВПО «Национальный государственный университет физической культуры,  
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Кафедра анатомии

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**Модельные характеристики высококвалифицированных**  
**спортсменов**

*Название выбранной темы контрольной работы*

*(указать в каких видах спорта)*

Выполнена:

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Курс \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_\_ Факультет \_\_\_\_\_

Вид спорта \_\_\_\_\_

Внутривидовая специализация \_\_\_\_\_

Спортивный стаж \_\_\_\_\_

Спортивная квалификация \_\_\_\_\_

Санкт-Петербург \_\_\_\_\_ г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

### ВВЕДЕНИЕ

1. Актуальность, цель.
2. Характеристика вида спортивной деятельности.

### ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. Определить наивысшие спортивные достижения в этом виде спорта (мужчин, женщин, в весовых категориях, спортивных амплуа, либо командные достижения и пр).
  2. Указать ведущих спортсменов (чемпионы ОИ, Мира, России и т.д) и их достижения.
  3. Указать основные морфологические параметры (возраст, масса тела, длина тела) лидирующих спортсменов, членов сборных команд и пр.
  4. Построить таблицы с основными морфологическими параметрами (у мужчин, женщин, в весовых категориях, спортивных амплуа, либо членов сборных команд).
- \*Примечание. Сравнивать результаты не менее 2-3 команд (учитывать спортивное амплуа), или 2-3 временных периода, либо 2-3 спортивных амплуа, либо 2-3 дисциплины в каком-либо виде спорта и т.д.
5. Рассчитать индекс массы тела по формуле у каждого представителя по формуле:  
*Индекс Кетле (индекс массы тела (ИМТ))*  
 $I = P / L^2$   
где *P* – масса тела (кг), *L*- длина тела (м).
  6. Рассчитать среднее значение показателей в таблицах (возраст, масса тела, длина тела).

\* Примечание. Пример оформления таблицы или сводной таблицы.

Показатели возраста и морфологические параметры футболистов трёх сильнейших команд, победителей ЧМ 2006, 2010 и 2014 с учетом игрового амплуа

Характеристики	Возраст, лет			
	<i>вратари</i>	<i>защитники</i>	<i>п/защитники</i>	<i>нападающие</i>
Амплуа спортсмена				
ЧМ в Германии, 2006	Среднее значение			
ЧМ в ЮАР, 2010				
ЧМ в Бразилии, 2014				
Характеристики	Длина тела, см			
	<i>вратари</i>	<i>защитники</i>	<i>п/защитники</i>	<i>нападающие</i>
Амплуа спортсмена				
ЧМ в Германии, 2006	Среднее значение			
ЧМ в ЮАР, 2010				
ЧМ в Бразилии, 2014				
Характеристики	Масса тела, кг			
	<i>вратари</i>	<i>защитники</i>	<i>п/защитники</i>	<i>нападающие</i>
Амплуа спортсмена				
ЧМ в Германии, 2006	Среднее значение			
ЧМ в ЮАР, 2010				
ЧМ в Бразилии, 2014				
Характеристики	Индекс массы тела			
	<i>вратари</i>	<i>защитники</i>	<i>п/защитники</i>	<i>нападающие</i>
Амплуа спортсмена				

ЧМ в Германии, 2006	Среднее значение			
ЧМ в ЮАР, 2010				
ЧМ в Бразилии, 2014				

7. Указать средние значения, максимальное и минимальное значение признака и вариативность морфологических признаков.

\*Примечание. Самый высокий вратарь ХХХ имеет дину тела ХХХ; самый низкорослый защитник ХХХ и т.д.

8. Провести сравнительный анализ возраста и морфологических признаков с позиций полового диморфизма, игрового амплуа или весовых категорий, или историческом аспекте, или спортивных достижений. При сравнении можно пользоваться % отклонения признака.

\*Примечание. У защитников рост варьирует от 176 см до 198 см (R=22), у полузащитников от 170 см до 190 см (R=20). У вратарей рост варьирует от 181 до 190 см (R=9). У нападающих – от 169 до 196 см.

9. Отметить закономерности, или тенденции.

## **ВЫВОДЫ**

## **ЛИТЕРАТУРА**

\*Примечание. Указать ресурсы интернет; список источников информации оформлен в соответствии с Госстандартом.