SportsCience

Проектные работы: ради чего мы все собрались?

Степыко
Дмитрий Геннадьевич
советник отдела науки Министерства спорта Российской Федерации

Выбор темы

1. Особенности формирования у студентов культуры здоровья, его ценности и здорового образа жизни.
2. Формы и методы популяризации здорового образа жизни.
3. Основы здорового образа жизни.
4. Напитки, которые разрушают твое здоровье.
5. Влияние вредных привычек на здоровье молодежи.
6. Раздельное питание: за и против.
7. Здоровое питание студентов: проблемы и перспективы.
8. Сон в режиме труда и отдыха студента.
9. Организация режим труда, отдыха, питания.
10. Роль двигательной активности личной гигиены, закаливания.
11. Организация режим труда, отдыха.
12. Внешняя среда и ее воздействие на организм и его жизнедеятельность

Sportscience

НАПРИМЕР….

13. Система пищеварения и выделения. Структура и функции. Влияние физических упражнений на их функциональную активность.
14. Основы организации физического воспитания в высшем учебном заведении. Гуманитарная значимость физической культуры.
15. Возможность физических упражнений в коррекции функционального состояния органов и систем.
16. Самоконтроль. Цель, задачи. Дневник самоконтроля студента.
17. Утомление при физической и умственной работе.
18. Обмен веществ и энергии.
19. Роль физической культуры в подготовке студента к будущей профессии.
20. Влияние стресса на здоровье человека.

НАПРИМЕР….

21. Здоровый образ жизни - путь к долголетию.
22. Роль факторов, ухудшающих состояние здоровья студентов.
23. Йога - путь к здоровью. Одна из древнейших систем оздоровления духа и тела.
24. Питание человека. Основы потребления пищи и культуры ее приема.
25. Алкоголь/курение и спорт – совместимы?
26. Наркоман-спортсмен - социальное зло.

НАПРИМЕР….

Проектные предложения партнеров программы и истрации Университета

ONETRAK

Sportscience

РОССИЙСКИЙ ЭКОНОМИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. Г.В. ПЛЕХАНОВА

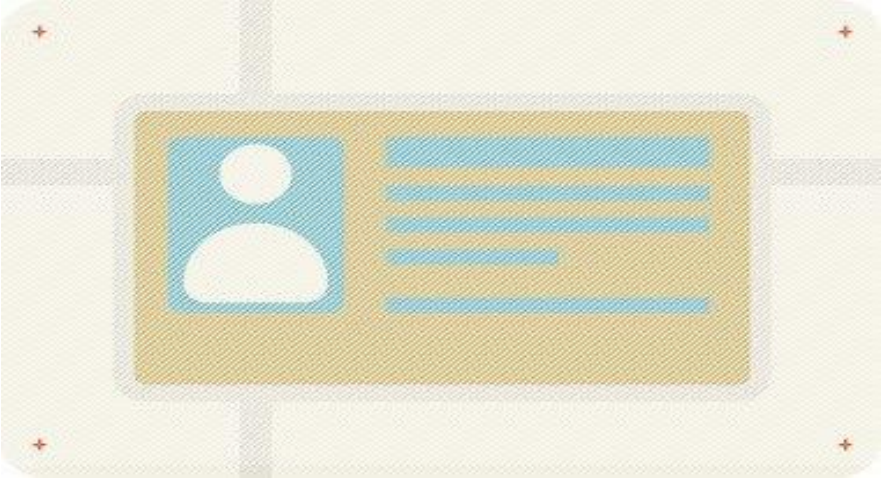
ДЛЯ СДАЧИ:

1. Описание проекта (15-20 л)
2. Презентация проекта (включая аудио, видео и др. виды визуализации)
3. Доклад - аннотация (2-3 л.)
4. Статья по проекту (научная!!!)

Оформление презентации

Не забываем о первом слайде ❗
Это ваше лицо и первое впечатление о вас.

Первый слайд представляет только вас – ваш проект, ваши имена, а также контакты. Пока аудитория внимательно изучает краткое содержание титульного слайда, докладчик может снабдить его рассказом о том, чем и с каким успехом занималась его проектная группа.



Оформление презентации

⚠️ Основные ошибки в презентациях

🔴**Ошибка №1: Очень мелкий текст.**

Это моментально делает Вашу презентацию нереспектабельной (т.е. не солидной). Запомните раз и навсегда: зритель оценивает Вас и Вашу презентацию по первым секундам. Если вы изначально не привлекли внимание зрителя (а плохо читаемое, даже название темы(!), уже вызывает гнев у зрителя), то, считайте Ваша презентация – это пустая трата Вашего драгоценного времени!

При оформлении презентации лучше всего использовать следующие шрифты:

- Arial,
- Comic Sans MS,
- Courier,
- Georgia,
- Tahoma,
- Times New Roman,
- Verdana.

Желательно выбрать 1 или 2 шрифта и во всей презентации использовать только их.

Оформление презентации

Ошибка №2: Очень много текста.

Это в каком-то роде продолжение ошибки №1 в плане содержания текста в презентации. Если Ваше творение содержит целые абзацы текстовой информации, то будьте готовы опять же к провалу. Уверяем Вас – этот текст никто читать никогда не будет, поскольку на это нет ни времени, ни желания. В презентации много текста – это залог скучной презентации.

Текстовая перегруженность. - Не помещайте на слайд целиком то, что вы намерены сказать словами. - Большой текст будет трудно прочитать и почти не возможно запомнить. - Старайтесь максимально сократить длину предложений. Текст в презентации должен быть простым, лаконичным, напоминающий тезисы.

Оформление презентации

Ошибка №3: Очень много ничего не значащих таблиц.

Многие полагают, что таблицы наглядно показывают значение той или иной закономерности. Так-то это так, только это наглядно для ВАС, но не для НИХ. Когда Вы готовили презентацию и подбирали соответствующий материал, то посчитали, что таблица, которую Вы нашли, очень хороша. Но таблицы не воспринимаются человеком во время выступления!

Не стоит вставлять в презентации большие таблицы: они трудны для восприятия. Лучше заменять их графиками, построенными на основе этих таблиц.

Если все же таблицу показать необходимо, то лучше оставить как можно меньше строк и столбцов, привести только самые необходимые данные.
Это также позволит сохранить необходимый размер шрифта, чтобы таблица не превратилась в медицинскую таблицу для проверки

Оформление статьи

- В начале статьи по центру - полное название статьи, полные Ф.И.О. с указанием университета, факультета, группы и научного руководителя.
- Объем статьи должен быть не менее четырех страниц (на каждого автора 1 страница).

УДК 796/799

УСИЛИТЕЛИ ВКУСА: ВЛИЯНИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Александров Д.С., Брылева М.С., Вострикова Д.Д., Карлова П.В., Медникова Д.В., Столбецова Н.В.

Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова, г. Москва, Россия

Аннотация. Целью работы является изучение определённых видов усилителей вкуса: сахара, соли, глутамата натрия, и их влияния на организм человека. Исследование проводилось среди студентов РЭУ им Г.В. Плеханова, результаты исследования показали прямую зависимость физического и морального здоровья студента от количества потребляемых усилителей вкуса и качества потребляемой пищи в целом.

Ключевые слова: усилители вкуса, рациональное питание, физическое воспитание.

- Аннотация (на русском/английском) Рекомендуемый средний объем аннотации 500 печатных знаков.

Аннотация должна включать характеристику основной темы, проблемы научной статьи, цели работы и ее результаты. В аннотации указывают, что нового несет в себе данная статья в сравнении с другими, родственными по тематике и целевому назначению.

Оформление статьи

- Ключевые слова (на русском/английском) - это текстовые метки, по которым можно найти статью при поиске и определить предметную область текста. Они публикуются как в самом журнале, так и указываются в электронной версии статьи. При отборе по определенному ключевому слову читатель сможет найти все статьи, затрагивающие данную предметную область.

- В тексте статьи обязательно должны присутствовать ссылки на использованные литературные источники посредством указания в скобках фамилии и имени (или инициалов) автора, или при помощи подстрочных сносок, которые располагаются постранично.

⚠️**Гост http://psystudy.ru/index.php/forauthors/gost2008.html**

Оформление статьи

- Статьи должны быть выполнены в текстовом редакторе MS Word 2003-2014 и отредактированы строго по следующим параметрам:

* ориентация листа – книжная,
* формат А4,
* поля по 2 см по периметру страницы,
* шрифт Times New Roman,
* размер шрифта для всей статьи, кроме таблиц — 14 пт,
* размер шрифта для таблиц — 12 пт,
* междустрочный интервал — 1.5,
* выравнивание по ширине страницы,
* абзацный отступ — 1 см (без использования клавиш «Tab» или «Пробел»).

❗ **Не допускается:**

* нумерация страниц;
* использование в тексте разрывов страниц;
* использование автоматических постраничных ссылок;
* использование автоматических переносов;
* использование разреженного или уплотненного межбуквенного

Оформление статьи

- Таблицы и схемы должны представлять собой обобщенные материалы исследований. Рисунки должны быть четкими и легко воспроизводимыми. Названия и номера рисунков должны быть указаны под рисунками, названия и номера таблиц — над таблицами. Таблицы, схемы, рисунки и формулы не должны выходить за пределы указанных полей.

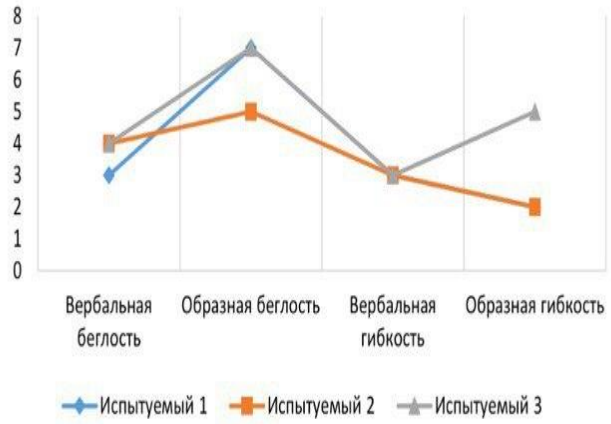


Рис. 1. Показатели умственной активности студентов до проведения эксперимента

Полученные экспериментом числовые данные представлены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели функциональной пробы на восстановление

Показатели	Данные функциональной пробы			
	До физической нагрузки	Через 10 сек после физической нагрузки	Через 1,5 мин после физической нагрузки	Через 3 мин после физической нагрузки
Исходные данные до употребления напитка				
ЧСС	89	139	95	90
АД	106/60	123/76	110/67	110/63
Данные через 15 мин после употребления				
ЧСС	85	141	93	84
АД	108/79	109/81	125/83	123/83
Данные через 1,5 часа после употребления				
ЧСС	90	140	96	90
АД	110/70	121/75	115/73	111/72
Данные через 3 часа после употребления				
ЧСС	87	139	99	92
АД	105/60	124/76	112/68	110/64

Сроки:

1. Мягкий – до 15 декабря.

2. Жесткий – до 20 декабря

Расписание занятий в проектных группах – определяемся сейчас!!!

Sportscience

СПАСИБО ВАМ ЗА ТЕРПЕНИЕ, ВНИМАНИЕ И АКТИВНОСТЬ!!!

Sportscience

Если нет своей цели в жизни, то приходится работать на того, у кого она есть