

**Рекомендации и технические требования
по подготовке конкурсных работ на областной конкурс исследовательских и
проектных работ обучающихся образовательных организаций «Культура
здорового и безопасного образа жизни детей и подростков»**

Основные понятия и термины

1. Под *исследовательским проектом* подразумевается деятельность ее участников, направленная на решение исследовательской проблемы (задачи) с заранее неизвестным решением и предполагающая наличие основных этапов, характерных для научного исследования.

2. *Практико-ориентированный, прикладной, производственный проект.* Эти проекты отличает четко обозначенный с самого начала результат деятельности его участников. Причем результат обязательно ориентирован на социальные интересы самих участников. *Например:* документ, созданный на основе полученных результатов исследования; программа действий, рекомендации, направленные на ликвидацию выявленных несоответствий (в организации, в обществе и др.); справочный материал; словарь; аргументированное объяснение какого-либо явления и т.д.

Под исследовательской деятельностью в целом понимается такая форма организации работы, которая связана с решением исследовательской задачи с неизвестным заранее решением.

Работа над любым исследованием начинается с определения названной «системы». Её составляют три элемента: «объектная область», «объект» и «предмет» исследования. Объектная область исследования – это сфера науки и практики, в которой находится объект исследования.

Объект исследования – это определённый процесс или явление, порождающие проблемную ситуацию.

Объект – это своеобразный носитель проблемы – то, на что направлена исследовательская деятельность (более конкретная узкая область исследований).

Предмет исследования – это конкретная часть объекта, внутри которой ведётся поиск. Предметом исследования могут быть явления в целом, отдельные их стороны, аспекты и отношения между отдельными сторонами и целым (совокупность элементов связей, отношений в конкретной области объекта). Предмет исследования определяет тему работы.

Тема – ракурс, в котором рассматривается проблема. Она представляет объект изучения в определённом аспекте, характерном для данной работы.

Основные критерии выбора темы:

- желательно, чтобы тема представляла интерес для обучающегося не только на данный момент, но и на перспективу;

- очень хорошо, если выбор темы обоюднo мотивирован интересом к ней и ученика, и педагога.

- тема также должна быть реализуема в имеющихся условиях. Это значит, что по выбранной теме должны быть доступны оборудование и литература.

Формулировка темы отражает сосуществование в науке уже известного и еще не исследованного, т. е. процесс развития научного познания. Вследствие этой причины очень ответственным этапом в подготовке исследования становится этап обоснования актуальности темы.

Обосновать **актуальность выбранной темы** – значит объяснить необходимость изучения её в контексте общего процесса научного познания. Определение актуальности исследования – обязательное требование работы.

Прежде всего, необходимо сформулировать **цель исследования**, которая обычно состоит в изучении определенных явлений. Ими может быть:

- определение характеристик явлений, не изученных ранее;
- выявление взаимосвязи неких явлений;
- изучение развития явлений; описание нового явления;
- обобщение,
- выявление общих закономерностей;
- создание классификаций.

Формулировку цели исследования также можно представить различными способами, традиционно употребляемыми в научной речи клише. И она может начинаться со слов:

- выявить;
- установить;
- обосновать;
- уточнить;
- разработать.

Уточнив тему в результате изучения специальной литературы, можно приступать к выработке гипотезы. Это позволяет придать работе больший смысл и конкретизировать предмет исследования. В ходе работы она может быть либо подтверждена, либо опровергнута. Это один из самых ответственных моментов работы над исследованием.

Гипотеза должна удовлетворять ряду требований:

- быть проверяемой;
- содержать предположение;
- быть логически непротиворечивой;
- соответствовать фактам.

При формулировке гипотезы обычно используются словесные конструкции типа: «если..., то...»; «так как...»; «при условии что...», т. е. такие, которые направляют внимание исследователя на раскрытие сущности явления, установление причинно-следственных связей.

После выработки гипотезы необходимо поставить задачи исследования. **Задачи и цели** – не одно и то же. **Задачи** показывают, что вы собираетесь делать (технология), а **цель** это конечный результат, которого хотел бы достичь исследователь при завершении своей работы.

Формулировать задачи необходимо очень тщательно, так как описание их решения в дальнейшем составит содержание глав. Заголовки глав рождаются именно из формулировок задач.

Задача исследования – это выбор путей и средств для достижения цели в соответствии с выдвинутой гипотезой. Задачи лучше всего формулировать в виде

утверждения того, что необходимо сделать, чтобы цель была достигнута. Постановка задач основывается на дроблении цели исследования на подцели. Перечисление задач строится по принципу от наименее сложных к наиболее сложным, трудоемким, а их количество определяется глубиной исследования.

Далее представляются *собственные данные*. Необходимо четко понимать разницу между рабочими данными и данными, представляемыми в тексте работы. В процессе исследования часто получается большой массив чисел (или иных данных), которые представлять не нужно. В тексте числа и конкретные примеры служат для иллюстрации и общей характеристики, полученных в ходе исследования результатов, на основании которых делаются выводы. Поэтому обычно рабочие данные обрабатывают и в тексте представляют только самые необходимые. Наиболее выигрышной формой представления является графическая.

Полученные данные необходимо сопоставить друг с другом и с литературными источниками и проанализировать, то есть установить и сформулировать, закономерности, обнаруженные в процессе исследования.

Проведение исследования включает в себя два последовательных этапа: собственно проведение (так называемый *технологический этап*), *аналитический, рефлексивный этап*. На *заключительном этапе* целесообразно продумать способ представления результатов своего исследования, отработать формы представления в виде напечатанной работы, тезисов, электронной презентации, осмыслить возможные рекомендации по практическому применению результатов, т. е. спланировать внедренческий этап исследования.

Завершается работа выводами, в которых тезисно, по порядку излагаются результаты работы. Выводы должны соответствовать целям, задачам и гипотезе исследований, являться ответом на вопросы, поставленные в них.

Структура оформления исследовательского проекта

Требования к содержанию и оформлению работы соответствуют традиционным стандартам описания результатов научных исследований.

Работа, представленная на Конкурс, должна носить характер научного исследования, центром которого является актуальная проблема, имеющая практическую значимость.

Конкурсная работа должна содержать титульный лист; оглавление; введение; основную часть; заключение; список литературы (библиографический список); приложения.

Титульный лист является первой страницей конкурсной работы и заполняется по определенным правилам. Они предполагают указание автора работы, название темы работы; муниципального района; образовательной организации; фамилии, имени, отчества участника конкурса и руководителя; должность руководителя.

Оглавление следует за титульным листом. Оно включает в себя указание на основные элементы работы: введение, главы, параграфы, заключение, список литературы (библиография), приложения.

Введение является наиболее ответственной частью конкурсной работы, так как содержит в сжатой форме все основные, фундаментальные положения,

обоснованию и проверке которых посвящено исследование и объём – 2-3 страницы.

Введение – целесообразно писать, когда все исследование закончено. При написании следует придерживаться следующей последовательности:

1) *гипотеза исследования* – это предположение, выдвигаемое для исследования или предполагаемое решение проблемы;

2) *цель исследования* – это предполагаемый результат исследования (формулируется кратко и конкретно);

3) *задачи исследования* – это те исследовательские действия, которые необходимо выполнить для достижения поставленной цели исследования;

4) *актуальность исследования*, с учетом анализа сложившейся ситуации в науке при изучении данной темы исследования.

5) *новизна исследования* – это результаты исследования, которые предполагается получить впервые для данной науки или результаты, реально значимые для данного сообщества;

6) *формулирование проблемы исследования* (выявление неизвестного или неизученного в той научной сфере, где будет проводиться исследование);

7) *объект исследования* – это процесс или явление, выбранное для изучения;

8) *предмет исследования* – это конкретная часть объекта, непосредственно подлежащая исследованию в данной работе.

9) *методика исследования*. Указываются способы сбора и обработки информации, предполагаемые виды деятельности в ходе проведения исследования. Формулируются теоретические методы (анализ, синтез, абстрагирование и т.д.) и эмпирические методы (наблюдение, анкетирование, эксперимент, беседа и т.д.).

10) *основные этапы исследования* – рассматривается последовательность действий в процессе исследования, кратко раскрывается содержание каждого этапа;

11) *практическая ценность данной работы* – это назначение данной исследовательской работы, возможные сферы её использования (какая группа людей и при каких условиях может воспользоваться данной работой);

В конце Введения указывается структура исследовательской работы, с кратким описанием её структурных частей.

Основная часть работы состоит из нескольких глав.

Глава 1 *обычно содержит* итоги анализа специальной литературы, носит теоретический характер, где подробно рассматривается теория, методология и методика проведения исследования. В некоторых случаях данная глава может быть посвящена историографическому обзору источников информации по теме исследования (в хронологическом и страноведческом порядке описания). Составляет 20-30% объема.

Глава 2 *посвящается* описанию технологии проводимого исследования, описываются проводимые методики, практические этапы работы, интерпретация данных, выявление определенных закономерностей в изучаемых явлениях в ходе эксперимента. Затем обобщаются результаты исследования (*иногда можно выделить в отдельную главу*), которые формулируются по отдельным элементам исследования, а также всего исследования в целом. Составляет 50-60% объема текста.

Каждая глава завершается выводами.

В заключении в лаконичном виде формулируются выводы и результаты, полученные автором, направления дальнейших исследований и предложения по возможному практическому использованию результатов исследования. Заключение обычно составляет не больше 1-2 страниц. Основное требование к заключению: оно не должно дословно повторять выводы по главам.

Это итоговый синтез результатов проведенного исследования, делаются выводы о значимости полученных результатов, их научной новизне; также указывается уровень соответствия полученных результатов с первоначальной гипотезой исследования. Заключение не должно быть просто механическим суммированием результатов проведенного исследования. Затем указываются возможные сферы применения данной работы, отмечается степень достижения цели, обозначаются перспективы дальнейших исследований и предлагаются рекомендации.

Библиографический список – это перечень источников информации, которые были использованы при проведении исследования и написании исследовательской работы. Составляется по заглавиям работ в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1-2003, и ГОСТ Р 7.0.5–2008. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления.

В список используемых источников заносятся публикации, издания и источники, использованные автором.

Информация о каждом издании должна быть оформлена в строгой последовательности:

- фамилия, инициалы автора;
- название издания;
- выходные данные издательства;
- год издания;
- № выпуска (если издание периодическое); количество страниц.

Все издания должны быть пронумерованы и расположены в алфавитном порядке.

Работа может содержать приложения с иллюстративным материалом (рисунки, схемы, карты, таблицы, фотографии и т. п.), который должен быть связан с основным содержанием. Приложения не входят в общее количество страниц и должны быть пронумерованы и озаглавлены. В тексте работы автор должен на них ссылаться.

Конкурсная работа оформляется в текстовом редакторе MS WORD: формат А4 (210×297 мм, горизонталь – 210 мм). Шрифт – Times New Roman, размер – 14 или 12 пт, межстрочный интервал – 1,5. Поля: слева – 25 мм, справа – 10 мм, снизу и сверху – 20 мм.

Структура оформления прикладного проекта

Структура прикладного проекта должна способствовать раскрытию избранной темы и отдельных ее вопросов. Все части проектной работы должны быть изложены в строгой логической последовательности и взаимосвязи.

Содержание проекта следует иллюстрировать схемами, таблицами, диаграммами, графиками, фотографиями, рисунками и т.д. Графическому материалу по тексту необходимо давать пояснения.

Структура проекта содержит:

- титульный лист;
- содержание (оглавление);
- введение;
- основная часть;
- заключение (выводы и предложения);
- список использованной литературы;
- приложения.

Титульный лист является первой страницей конкурсной работы и заполняется по определенным правилам. Они предполагают указание автора работы, название темы работы; муниципального района; образовательной организации; фамилии, имени, отчества участника конкурса и руководителя; должность руководителя.

Содержание – следует за титульным листом. Оно включает в себя указание на основные элементы работы: введение, главы, параграфы, заключение, список литературы (библиография), приложения.

Введение (1-2 стр.) предусматривает обоснование актуальности выбранной темы, цель и задачи проводимой работы. При необходимости здесь могут быть отражены сокращения и обозначения, нормативные ссылки.

Цель исследования – это мысленное прогнозирование результата, определение оптимальных путей решения задач эффективными методами и приемами исследования при написании работы.

Задачи исследования определяются поставленной целью и представляют собой конкретные направления решения проблемы для достижения цели исследования.

Введение не должно содержать примеров, иллюстративного и табличного материала.

Основная часть. Состоит из теоретической и практической частей.

В теоретической части сначала излагаются основные сведения об объекте реализации проекта – конкретной организации, учреждении, группы, класса, затем раскрывается сущность исследуемой проблемы, рассматриваются различные подходы к её решению, дается их оценка.

В практической части проводится подробный анализ предмета исследования, описываются его основные параметры и характеристики. На основании материала, изложенного в предыдущих разделах, рассматривается реальная практическая ситуация и предлагаются варианты решения проблемы.

Заключение. Здесь последовательно излагаются теоретические и практические выводы по всем разделам работы и предложения, сделанные автором проекта. Они должны быть краткими и четкими, дающими полное представление о содержании, значимости и обоснованности предложений. Выводы пишутся в виде

тезисов (по пунктам) и должны отражать основное содержание по теории вопроса, анализа и практической ситуации.

Список литературы (~1-2 стр.) размещается в конце работы после заключения. Список литературы выполняется в алфавитном порядке и должен включать, как правило, не менее 5 источников, не считая нормативных актов, по всем разделам работы.

На все источники информации, используемые в работе, даются ссылки в тексте в виде квадратных скобок, в которых проставляется порядковый номер, под которым он числится в списке литературы и номер страницы первоисточника, например, [12, с.10].

Приложения. Сюда следует относить вспомогательный материал, который при включении в основную часть работы загромождает текст. К вспомогательному материалу относятся промежуточные математические расчеты, таблицы вспомогательных данных, анкеты, инструкции, типовые договора, иллюстрации (фотоматериалы) и др.

Конкурсная работа оформляется в текстовом редакторе MS WORD: формат А4 (210×297 мм, горизонталь – 210 мм). Шрифт – Times New Roman, размер – 14 или 12 пт, межстрочный интервал – 1,5. Поля: слева – 25 мм, справа – 10 мм, снизу и сверху – 20 мм.

Перечень примерных тем для выполнения конкурсного задания

- «Влияние гиподинамии на состояние здоровья обучающегося»
- «Влияние физических упражнений на здоровье детей и подростков»
- «Физиолого-гигиенические факторы как условие сохранения и укрепления здоровья обучающихся»
- «Главные составляющие здорового образа жизни»
- «Здоровый образ жизни – что это такое?»
- «Азбука питания» (пропаганда здорового образа жизни, здорового питания)
- «Алкоголь – разрушитель здоровья»
- «Влияние алкогольной продукции на здоровье подростков»
- «Анализ пищевых добавок в продуктах питания, их влияние на здоровье человека»
- «Биологически активные добавки к пище и их влияние на организм человека»
- «Витамины. Роль витаминов в сохранении здоровья человека»
- «Влияние «трансгенных продуктов» на здоровье детей»
- «Влияние Интернета на здоровье подростка»
- «Влияние двигательной активности на здоровье детей и подростков»
- «Влияние интернета и компьютерных игр на поведение современных подростков»
- «Влияние компонентов табачного дыма на организм человека»
- «Влияние курительных смесей на здоровье обучающихся»
- «Влияние рекламы пива на отношение подростков к его употреблению»
- «Вред и польза социальных сетей для обучающихся»
- «Изучение здоровья обучающихся по антропометрическим данным»