

**Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Читинский педагогический колледж»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
ИНДИВИДУАЛЬНОГО ПРОЕКТА**

Настоящие рекомендации разработаны с целью оказания методической помощи по выполнению индивидуального проекта, предусмотренного учебными планами программ подготовки специалистов среднего звена, включая порядок выполнения работ, требования к их оформлению и рекомендации по подготовке к защите. Предназначены для студентов и преподавателей, осуществляющих руководство данной учебно-исследовательской деятельностью студентов.

Автор-составитель: Спиридонова А.В., заместитель директора по УМР, к. культурологии

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	4
2.	Этапы работы над проектом	5
3.	Типы проектов	5
4.	Виды продуктов проекта	6
5.	Структура проекта	6
6.	Требования к содержанию паспорта проекта	8
7.	Защита проекта	12
8.	Требования к оформлению проекта	12
	Приложение А. Образец оформления титульного листа проекта	15
	Приложение В. Образец оформления содержания проекта	16
	Приложение С. Оформление списка использованных источников	17

## 1. Пояснительная записка

Настоящие методические рекомендации разработаны на основании документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413).

- Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе общего образования с учётом требований федеральных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (Письмо Минобрнауки России от 13.03.2015г. № 0-259) в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО от 20.07.2015г. № 06-846

Итоговой проект (далее ИП) представляет собой учебный проект, выполняемый обучающимся в рамках одного или нескольких учебных дисциплин в течение одного учебного года с целью продемонстрировать свои достижения в самостоятельном освоении содержания избранных областей знаний и/или видов деятельности и способность проектировать и осуществлять целесообразную и результативную деятельность (учебно-познавательную, конструкторскую, социальную, художественно-творческую, иную).

Проект может быть индивидуальным, а также может выполняться группой студентов при условии, что каждый из участников творческой группы выполняет индивидуальное задание.

Оценка за выполнение проекта выставляется в сводную ведомость группы и в журнале учебных занятий на странице «Индивидуальный проект».

Публичная защита индивидуального проекта является заключительным этапом в ходе его выполнения.

Руководителями индивидуальных проектов являются преподаватели дисциплин общеобразовательного цикла. Темы проектов могут предлагаться как преподавателем, так и студентами. Тема, предложенная студентом, согласуется с преподавателем - руководителем проекта. Темы проектов рассматриваются на заседании кафедры, утверждаются на заседании научно-методического совета не позднее 1 ноября текущего учебного года. Тематика проектов ежегодно корректируется.

С момента закрепления тем руководитель проекта несёт ответственность за выполнение проектной работы. План по выполнению проекта разрабатывается обучающимся совместно с преподавателем руководителем.

Результаты выполнения индивидуального проекта должны отражать:

- сформированность навыков коммуникативной, учебно-исследовательской деятельности, критического мышления;
- способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;
- сформированность навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретенных знаний и способов действий при

решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей;

- способность постановки цели и формулирования гипотезы исследования, планирования работы, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов.

## 2. Этапы работы над проектом

Подготовительный этап (ноябрь - декабрь)	формулировка темы проекта, выбор темы и руководителя проекта, планирование работы
Основной этап (декабрь-март)	совместно с руководителем разрабатывается план реализации проекта, сбор и изучение литературы, отбор и анализ информации, выбор способа представления результатов, оформление работы, предварительная проверка руководителем проекта
Предзащита проекта (апрель)	на занятиях по соответствующей учебной дисциплине
Заключительный этап (июнь)	защита проекта и оценивание работы

## 3. Типы проектов

Вид проекта	Цель проекта	Проектный продукт
Практико-ориентированный проект	Решение практических задач	Учебные пособия, макеты и модели, инструкции, памятки, рекомендации
Исследовательский проект	Доказательств о или опровержение какой-либо гипотезы	Результат исследования, оформленный в виде презентаций, стенгазет, буклетов
Информационный проект	Сбор информации о каком-либо объекте или	Статистические данные, результаты опросов общественного мнения, обобщение высказываний

	явлении	различных авторов по какому-либо вопросу, представленные в виде журнала, газеты, альманаха, презентации
Творческий, игровой или ролевой проект	Привлечение интереса к проблеме проекта	Литературные произведения, произведения изобразительного или декоративно-прикладного искусства, видеофильмы, акции, внеаудиторные занятия. Мероприятие (игра, состязание, викторина, экскурсия и т.п.)

#### 4. Виды продуктов проектной деятельности

- сайт;
- видеофильм;
- экспозиция (выставка) и экскурсия по ней;
- коллекция;
- модель, макет;
- художественное произведение;
- мультимедийный продукт;
- постановка (спектакль);
- справочник
- учебное пособие
- [экскурсия или интерактивная экскурсия](#);
- бизнес-план;
- карта, атлас;
- пакет рекомендаций;
- путеводитель;
- справочник;
- учебное пособие.

#### 5. Структура проекта

Объем проекта – 10-20 стр.

Название элемента проекта	Содержание
Титульный лист	наименование колледжа; – тип индивидуального проекта

(Приложение А)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– тема работы;</li> <li>– фамилия, имя, отчество и шифр учебной группы автора;</li> <li>- фамилия, имя, отчество руководителя;</li> <li>- дата допуска к защите, подпись руководителя</li> <li>- город, год</li> </ul>
Паспорт проекта	<p>Актуальность темы          Объект, предмет          Цель проекта          Задачи проекта          Гипотеза исследования (в исследовательском проекте)          Методы проектной деятельности          Период исследования (указываются временные рамки)          Теоретическая основа (труды отечественных и зарубежных ученых по исследуемой проблеме)          Информационная база (обзор использованных законодательных и нормативных актов и т.п.)          Объем и структура индивидуального проекта (композиционный состав - паспорт, количество параграфов, заключение, число использованных информационных источников, приложений, таблиц, рисунков)</p>
Основная часть	Основная часть индивидуального проекта состоит из совокупности двух параграфов.
Теоретическая часть (первый параграф)	Содержит теоретические основы темы, объекта исследования. Содержанием первого параграфа являются, как правило, теоретические аспекты по теме, раскрытые с использованием информационных источников. Здесь рекомендуется охарактеризовать сущность, содержание основных теоретических положений предмета исследуемой темы, их современную трактовку, существующие точки зрения по рассматриваемой проблеме и их анализ. Большое значение имеет правильная трактовка понятий, их точность и научность. Употребляемые термины должны быть общепринятыми либо приводиться со ссылкой на автора.
Практическая часть (второй параграф)	Посвящается общей характеристике предмета исследования, а также разработке выводов и предложений, вытекающих из анализа проведенного исследования. В нем предлагаются способы решения выявленных проблем. Второй параграф является результатом выполненного исследования, описание продукта проекта
Заключение	В сжатой форме дается общая оценка полученным результатам исследования, реализации цели и решения поставленных задач. Заключение включает в себя обобщения, краткие выводы по содержанию каждого

	вопроса индивидуального проекта, положительные и отрицательные моменты в развитии исследуемого объекта и предмета, предложения и рекомендации по совершенствованию его деятельности
Список использованных источников	Составлен в следующем порядке: - федеральные законы (в очередности от последнего года принятия к предыдущим); - указы Президента Российской Федерации (в той же последовательности); - постановления Правительства Российской Федерации (в той же очередности); - иные нормативные правовые акты; - иные официальные материалы (резолуции-рекомендации международных организаций и конференций, официальные доклады, официальные отчеты и др.); - монографии, учебные пособия (в алфавитном порядке); - иностранная литература; - интернет-ресурсы.
Приложения	Могут состоять из дополнительных справочных материалов, имеющих вспомогательное значение, например: копии документов, выдержки из отчетных материалов, статистические данные, схемы, таблицы, диаграммы, программы, положения, технологические карты уроков, сценарии мероприятий и т.п.

## 6. Требования к содержанию паспорта проекта

### Актуальность проекта:

- связь с настоящим, значимость в будущем, современные подходы к решению проблемы;
- новые, современные подходы к решению проблемы;
- наличие противоречивых точек зрения на проблему в науке и желание в них разобраться;
- противоположность бытовых представлений и научных данных о заинтересовавшем факте;
- личные мотивы и обстоятельства возникновения интереса к данной теме.

**Цель проекта** — это ответ на вопрос, зачем проводится данный проект

Обычно цель созвучна с названием работы – от этого следует отталкиваться при ее выделении. Фактически цель – это ваше уникальное решение проблемы, для которого вы обладаете всеми необходимыми знаниями, опытом, ресурсами, формулируете действия по устранению негативного явления или его причин

*Примеры:*

Разработка методов решения проблемы в какой-либо области.

Установка зависимостей между научными понятиями.

Поиск причинно-следственных связей между явлениями.

Выявление закономерностей в протекании процессов.

Изучение характеристик какого-либо явления.

**Задачи проекта** – конкретное описание того, что будет выполнено и достигнуто, частные результаты, этапы на пути к достижению цели.

Рекомендуем авторам индивидуальных проектов при формулировании задач применять глаголы совершенного вида, так как именно они демонстрируют нацеленность автора на результат, такие как: «подготовить», «распределить», «увеличить», «уменьшить», «организовать», «установить порядок».

**Объект и предмет исследования**

Объект - это то, что изучают.

Предмет -это свойство объекта, подверженное изучению.

*Примеры:*

<b>Объект исследования:</b>	<b>Предмет исследования:</b>
Магнит	Свойства магнитов
Национальный парк Алханай	Легенды и мифы об Алханае
Тригонометрические уравнения и их системы	Способы отбора корней в тригонометрических уравнениях и системах
Студенты колледжа	Зависимость от гаджетов
Английские предложения	Способы и причины расположения слов в английских предложениях
Семейно-родовые обычаи	Семейный ритуал
Социальные сироты, находящиеся в реабилитационном центре	Процесс социальной поддержки и защиты детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей
Глаз	Свойства и структура глаза как оптического инструмента
Микроклимат учебных помещений	Условия микроклимата в учебных помещениях
Магнитное поле	Магнитное поле в учебных аудиториях

**Метод исследования** - это средство познания, способ проведения исследования для достижения определенного результата

Эмпирические методы исследования	Теоретические методы исследования
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Изучение разнообразных источников информации.</li> <li>• Анализ полученных сведений.</li> <li>• Наблюдение.</li> <li>• Эксперимент.</li> <li>• Опрос</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Анализ.</li> <li>• Синтез.</li> <li>• Моделирование.</li> <li>• Классификация.</li> <li>• Дедукция</li> <li>• Индукция.</li> <li>• Аналогия.</li> <li>• Абстрагирование</li> </ul>

### Примеры формулировок темы, объекта, предмета, цели и задач проекта

*Пример 1.*

#### **Проект Особенности интерьера дома помещика А.Д. Петрова в провинции и губернском центре**

Объект исследования – усадебный дом помещика А.Д. Петрова в селе Чагрино и его дом в городе Вологде.

Предмет исследования – особенности интерьера дома в провинции и в губернском центре.

Цель работы – выявление различий в интерьере дворянского дома в губернском центре и в провинции на основе сравнительного анализа описей имущества помещика.

Задачи:

1. Найти источники по теме и провести их анализ.
2. Исследовать историю рода помещиков Петровых.
3. Изучить историю усадьбы помещика А.Д.Петрова в селе Чагрино.
4. Провести сравнительный анализ описей имущества А.Д.Петрова в Вологде и в Чагрино и выявить различия.

Методы

- 1.Метод сравнительного анализа,
2. Метод контент-анализа

*Пример 2.*

#### **Проект Сталинский ампи́р города Сыктывка́р**

**Объект исследования:** стиль «сталинский ампи́р» архитектурных объектов города.

**Предмет исследования:** Архитектурные объекты города Сыктывка́ра, созданные в стиле «сталинский ампи́р».

**Цель** исследования – создание классификации архитектурных объектов города Сыктывкара в стиле «сталинский ампир».

**Задачи:**

- изучить ордерную систему Древней Греции;
- изучить стиль «сталинский ампир»;
- найти образцы стиля «сталинский ампир» в Сыктывкаре;
- установить использовалась ли ордерная система при строительстве зданий в стиле «сталинский ампир»;
- определить элементы, какого ордера использовали при строительстве архитектурных объектах города Сыктывкара;
- определить, как современное градостроительство уживается с образцами классической архитектуры.

**Информационная база:** исследование основывается на анализе работ по архитектуре и искусству: Кильпе Т.Л., Питерских А.С., Курбатов В.В., статьи Гурьева И. «Сталинский ампир в архитектуре», статьи на сайте Национальной библиотеки Республики Коми и «Культурная карта Республики Коми».

*Пример 3.*

**Проект** Классный час «Я и моя самооценка»

**Тип проекта:** информационно- исследовательский

**Объект:** самооценка личности подростка

**Предмет:** формирование адекватной самооценки подростков посредством проведения классного часа «Я и моя самооценка»

**Цель работы:** актуализация необходимости формирования адекватной самооценки подростков посредством проведения классного часа «Я и моя самооценка» среди учащихся 10 класса

**Задачи работы:**

- 1) Раскрыть сущность понятий «самооценка», «Я-концепция» и «Я-образ»;
- 2) Рассмотреть взаимосвязь между уровнем притязаний и самооценкой личности на основе изучения литературных источников;
- 3) Выявить особенности формирования самооценки у подростков;
- 4) Создать опрос среди подростков одной возрастной группы и их родителей, проанализировать полученные результаты, сделать вывод.
- 5) Составить памятку советов для подростков «Я и моя самооценка»
- 6) Подобрать материал для создания разработки классного часа для подростков «Я и моя самооценка. Будь уверен в себе».

**Результат проекта (продукт):** разработка классного часа «Я и моя самооценка» для учащихся 10 класса

Реализация проекта: проведение классного часа с учащимися 10л класса

## 7. Защита ИП

Защита ИП представляет собой выступление автора проекта с кратким докладом о сути и результатах своей проектной деятельности, с последующими ответами на вопросы комиссии. Основная цель доклада – в короткое время изложить основные результаты проделанной работы. В ходе защиты оценивается степень свободного владения темой, способность увлечь слушателя, взаимодействие с содокладчиком при его наличии.

План защиты проекта

1. Наименование выбранной темы исследования и её актуальность.
2. Чёткая формулировка цели и задач проекта.
3. Анализ состояния вопроса в данной области.
4. Анализ информационной базы, выявление проблемы.
5. Результаты практической части проекта. Презентация продукта проекта
6. Что можно исследовать в дальнейшем в данном направлении.
7. Выводы из проделанной работы.

### Основное содержание презентации:

**1 слайд** - титульный На данном слайде указывается следующая информация: - полное название образовательной организации; - название специальности; - тема индивидуального проекта - ФИО обучающегося - ФИО руководителя индивидуального проекта - год выполнения работы

**2 слайд** – Паспорт. Должен содержать обязательные элементы индивидуального проекта: актуальность, цели и задачи проект, объект проекта, предмет проекта, период проекта.

**3 - 6 слайды** (основная часть)- непосредственно раскрывается тема работы на основе собранного материала, дается краткий обзор объекта исследования, характеристика основных вопросов индивидуального проекта (таблицы, графики, рисунки, диаграммы).

**7 слайд (ВЫВОДЫ)** - итоги проделанной работы - основные результаты в виде нескольких пунктов - обобщение результатов, формулировка предложений по их устранению или совершенствованию

## 8. Оформление проекта

Проект должен быть переплетен.

Проект должен быть оформлен в соответствии с требованиями ГОСТ 7.32-2001 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления», Национальный стандарт ГОСТ Р 7.0.100–2018.

Титульный лист оформляется по установленной форме (Приложение А). Содержание оформляется по установленной форме (Приложение В).

– **Разметка страницы.** Основной текст проекта печатается на бумаге формата А4 (210 x 297 мм) черным цветом (шрифт –Times New Roman, размер -

14) на одной стороне листа, межстрочный интервал – полуторный. Красная строка 1,25 см.

– Поля страниц: верхнее и нижнее по 20 мм, левое - 30 мм, правое - 10 мм. Установка функций автоматического переноса необязательна. Текст документа выравнивается по ширине листа.

– Таблицы допускается набирать тем же шрифтом с размером 12 пт., междустрочный интервал одинарный.

– **Наименование разделов:** паспорт, основная часть, заключение, список использованных источников, приложение печатается отдельной строкой прописными (заглавными) буквами, располагается по центру строки и выделяется жирным шрифтом.

– **Наименования параграфов** нумеруются арабскими цифрами и записываются с абзацного отступа, выравнивание по левому краю, начертание жирное, точка в конце не ставится.

– Разделы: паспорт, основная часть, заключение, список использованных источников, приложение начинают с нового листа.

– Параграфы и выводы по главам печатаются сразу же за предыдущим текстом на той же странице.

– От основного текста и от предыдущего заголовка наименование параграфов отделяются ОДНИМ интервалом перед и после заголовка.

– **Заголовок.** Переносы слов в заголовках не допускаются. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Подчеркивание заголовков не допускается.

– **Нумерация.** Все страницы проекта должны быть пронумерованы. Номер страницы ставится посередине нижнего поля документа, начиная с третьей страницы, где находится введение. Нумерация страниц приложений и основного текста должна быть сквозная.

– Титульный лист и страница, на которой расположено оглавление, не нумеруются, но включаются в общую нумерацию страниц.

– **Перечисления.** Внутри параграфов могут быть приведены перечисления. Перед каждым элементом перечисления следует ставить дефис.

### **Оформление таблиц, схем, рисунков, диаграмм, формул**

**Таблицы.** При выполнении таблиц соблюдаются следующие требования:

– Все таблицы нумеруются (нумерация сквозная).

– Слово «Таблица» пишется полностью. Наличие у таблицы собственного названия по ГОСТу не обязательно. Название таблицы следует помещать над таблицей слева, без абзацного отступа в одну строку с ее номером через тире (например: Таблица 3 – Доходы фирмы). Точка в конце названия не ставится.

– Таблицу следует располагать непосредственно после текста, в котором она упоминается впервые, или на следующей странице.

**Диаграмма.** Область диаграммы выводится с белым фоном. Схема, рисунок и диаграммы подписываются снизу по центру.

**Формулы.** Выше и ниже каждой формулы или уравнения должно быть оставлено не менее одной свободной строки. Формулы и уравнения, помещаемые в приложениях, нумеруются отдельной нумерацией арабскими цифрами в пределах каждого приложения с добавлением перед каждой цифрой обозначения приложения. Пояснение значений символов и числовых коэффициентов следует приводить непосредственно под формулой в той же последовательности, в которой они даны в формуле.

**Иллюстрации.** При выполнении иллюстраций соблюдаются следующие требования:

– Иллюстрации, за исключением иллюстрации приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией. Если рисунок один, то он обозначается "Рисунок 1". Слово "рисунок" и его наименование располагают посередине строки.

– Иллюстрации, при необходимости, могут иметь наименование и пояснительные данные (подрисовочный текст). Слово "Рисунок" и наименование помещают после пояснительных данных и располагают следующим образом: Рисунок 1 - Детали прибора.

#### **Требования к оформлению приложений**

– Приложение оформляют как продолжение данного документа на последующих его листах или выпускают в виде самостоятельного документа.

– В тексте работы на все приложения должны быть даны ссылки. Приложения располагают в порядке ссылок на них в тексте. Каждое приложение следует начинать с новой страницы с указанием наверху посередине страницы слова «Приложение» и его обозначения. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично относительно текста с прописной буквы отдельной строкой.

– Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита, начиная с А, за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ъ, Ы, Ь. После слова «Приложение» следует буква, обозначающая его последовательность (например: Приложение Б).

– Допускается обозначение приложений буквами латинского алфавита, за исключением букв I и O. В случае полного использования букв русского и латинского алфавитов допускается обозначать приложения арабскими цифрами

– Нумерация страниц приложений и основного текста должна быть сквозная.

Приложение А  
Образец оформления титульного листа проекта

**Государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Читинский педагогический колледж»** (шрифт 14)

Кафедра дошкольного образования (шрифт 14)  
(наименование кафедры)

Специальность \_\_\_\_\_ (шрифт 14)

**ПРОЕКТ** (шрифт 14)  
по дисциплине .....

**Классный час «Я и моя самооценка»** (шрифт 14)

Выполнил(а): (шрифт 12)

Ф.И.О

студентка

группы

Проект допущен к защите (шрифт 12)

«      »

20

г.

Руководитель:

подпись

Ф.И.О.

Чита 2020  
(шрифт 14)

## Приложение В

### Образец оформления содержания проекта

#### **СОДЕРЖАНИЕ** (*шрифт 14*)

1. Паспорт ( <i>шрифт 14</i> ).....	3
2. Основная часть .....	
2.1 Название.....	5
2.2 Название.....	20
Заключение.....	35
Список использованных источников .....	40
Приложение А .....	42
Приложение В .....	44

## Приложение С

### **Оформление списка использованных источников в соответствии с ГОСТ 7.05-2008**

#### **Порядок формирования списка использованных источников**

Список формируется по строгой иерархии. В каждой группе список формируется в алфавитном порядке. Подзаголовки к отдельным типам документов не делаются.

*Первая группа списка источников.* Источники.

Источниками являются законодательные материалы, делопроизводственные документы, статистические источники, источники личного происхождения (мемуары, дневники, переписка), стандарты, правила, инструкции, архивные документы.

*Вторая группа списка источников.* Научные и учебные материалы

*Третья группа списка источников.* Интернет-ресурсы

#### ***Пример оформления списка использованных источников***

1. Российская Федерация. Законы. Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации : Федеральный закон № 131-ФЗ : [принят Государственной Думой 16 сент. 2003 г. : одобрен Советом Федерации 24 сент. 2003 г.]. - Москва : Проспект ; Санкт-Петербург : Кодекс, 2017. -158 с. -Текст : непосредственный

2. Бунатян, Г. Г. Прогулки по рекам и каналам Санкт-Петербурга : путеводитель / Г. Г. Бунатян, М. Г. Чарная. - Санкт-Петербург : Паритет, 2007. - 254 с. - ISBN 978-5-93437-164-8. - Текст : непосредственный.

3. Ивонина, Л. И. Придворная жизнь в эпоху Карла II Стюарта / Л. И. Ивонина // Вопросы истории. - 2010. № 11. - С. 110-123. -Текст : непосредственный.

4. Информационно-библиографическая культура : учеб. пособие / В. В. Брежнева, Т. В. Захарчук, А. А. Грузова, М. И. Кий ; СПбГИК. - Санкт-Петербург : СПбГИК, 2017. - 203 с. - ISBN 978-5-94708-243-2. -Текст : непосредственный.

5. Мир и война : очерки из истории рус. сов. драматургии 1946 -1980 гг. / РАН, Гос. ин-т искусствознания ; отв. ред. И. Л. Вишневская. - Москва : Ленанд, 2009. - 287 с. -ISBN 978-5-9710-0237-6. - Текст : непосредственный.

6. Прозоров, И. Е. Отечественная научно-вспомогательная литературная библиография (1917-1929 гг.): тенденции развития и организационные формы : дис. ... канд. пед. наук : 05.25.03 / Прозоров Иван Евгеньевич ; науч. рук. О. Н. Ильина ; СПбГУКИ. - Санкт-Петербург, 2010. - 361 с. - Текст : непосредственный.

7. Рябков, В. М. Историография функций культурно-досуговых учреждений (вторая половина XX - начало XXI вв.) : учеб. пособие / В. М. Рябков ; МГУКИ. -

Москва : Изд-во МГУКИ, 2010. - 212 с. - ISBN 987-5-9772-0162-9. - Текст : непосредственный.

8. Физическая культура и здоровый образ жизни : учеб. пособие / В. С. Кунарев, И. И. Башмашникова, В. Н. Бледнова [и др] ; Учеб.-метод. пособие по направлениям пед. образования, Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. - Санкт-Петербург : Изд-во Рос. гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена, 2009. 138 с. - ISBN 978-5-8064-1465-7. - Текст : непосредственный.

9. Никитин, В. К. История русской революции : сайт / В. К. Никитин // Мир русской истории : Российский электронный журнал. - 2015. - № 1. - URL: <http://www.history.ru/> (дата обращения: 10.03.2015). - Текст : электронный.