

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія (ДДМА)

ТЕОРІЯ Й МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Методичні вказівки

до виконання

індивідуальних навчально-дослідних завдань і курсових робіт
для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

Затверджено
на засіданні методичної ради
Протокол № 1 (12.11.2020)

Краматорськ
ДДМА
2020

УДК 796.01(075.8)

Теорія й методика фізичного виховання : методичні вказівки до виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань і курсових робіт для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / уклад. : С. О. Черненко, О. М. Олійник, Ю. О. Долинний. – Краматорськ : ДДМА, 2019. – 39 с.

Розкрито зміст, організаційні основи та вимоги до написання ІНДЗ, курсової роботи. Призначено для науково-педагогічних працівників кафедр фізичного виховання, студентів, магістрантів й аспірантів.

Укладачі:

Черненко С. О.,
Олійник О. М.,
Долинний Ю. О.

Відп. за випуск

Олійник О. М.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1 ЗАГАЛЬНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ІНДЗ.....	5
2 ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО КУРСОВОЇ РОБОТИ.....	12
2.1 Обсяг і структура курсової роботи	12
2.2 Вимоги до структурних елементів курсової роботи	12
2.3 Вимоги до тексту курсової роботи	18
3 МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПІДГОТОВКИ КУРСОВОЇ РОБОТИ.....	22
3.1 Послідовність виконання курсової роботи	22
4 НАУКОВИЙ КЕРІВНИК КУРСОВОЇ РОБОТИ	28
5 ПІДГОТОВКА ДО ЗАХИСТУ КУРСОВОЇ РОБОТИ.....	29
5.1 Оцінювання курсової роботи.....	30
Додаток А.....	31
Додаток Б. Приклад змісту ІНДЗ.....	32
Додаток В.....	33
Додаток Г. Приклад змісту курсової роботи	34
Додаток Д.....	35
Додаток Е. Приклади наведення формул	35
Додаток Ж.....	36
Додаток К. Приклади оформлення списку використаних джерел.....	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	39

ВСТУП

Навчальними планами зі спеціальності «Фізична культура і спорт» передбачено виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань (ІНДЗ), курсових робіт із різних спортивних дисциплін.

Курсова робота, ІНДЗ – самостійне навчально-наукове дослідження студента, спрямоване на вдосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту. Виконання курсової роботи має за мету дати студентам навички проведення наукового дослідження, розвинути у них навички творчої самостійної роботи, оволодіння загальнонауковими і спеціальними методами сучасних наукових досліджень, поглибленого вивчення будь-якого питання, теми навчальної дисципліни.

Зміст курсової, ІНДЗ повинен висвітлювати проблеми фізичного виховання різних груп населення. Курсова робота, ІНДЗ за змістом можуть бути:

- теоретико-емпіричного характеру, виконані на основі аналітичного збору літературних даних, аналізу передового досвіду роботи спеціалістів із фізичної культури й спорту, власного досвіду студента, документів планування, обліку і звітності, які відображають навчально-тренувальний та виховний процеси;

- експериментальні, виконані на основі власних досліджень;

- конструктивного характеру: виготовлення приборів, наочних посібників, тренажерів, макетів з описанням їхньої ефективності в експерименті.

Мета курсової роботи, ІНДЗ:

- а) закріпити, поглибити і розширити теоретичні знання,

- б) оволодіти навичками самостійної роботи;

- в) виробити вміння формулювати судження і висновки, логічно послідовно і доказово їх викладати;

- г) виробити вміння публічного захисту;

- д) підготуватися до більш складного завдання – виконання кваліфікаційної роботи.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання та курсова робота готує студента до виконання самостійної роботи за спеціальністю та засвідчує опанування ним спеціальних теоретичних знань та навичок практичного застосування в конкретних умовах.

1 ЗАГАЛЬНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ІНДЗ

Згідно з Положенням про організацію навчального процесу підготовки фахівців за **ECTS** (Європейська кредитно-трансферна система) **індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ)** виконується з метою закріплення, поглиблення й узагальнення знань, одержаних студентами за час навчання, та їх застосування для комплексного вирішення конкретного фахового завдання.

Тематика ІНДЗ відповідає змісту основних модулів курсу ТМФВ і тісно пов'язана з практичними потребами підготовки тренера-викладача, вчителя фізичної культури як до навчальної, так і навчально-тренувальної роботи в школі, ДЮСШ.

ІНДЗ – творча робота студента, що дозволяє самостійно:

- осмислити проблему;
- аналізувати й систематизувати літературні джерела;
- застосовувати отримані знання при вирішенні практичних завдань;
- формулювати висновки і практичні рекомендації.

Студенту надається право вибирати тему ІНДЗ з числа визначених кафедрою навчального закладу.

Керівництво ІНДЗ здійснюється, як правило, кваліфікованими викладачами. Організація і контроль за процесом підготовки й захисту ІНДЗ покладаються на завідувача кафедри.

Тематика ІНДЗ щорічно коригується з урахуванням набутого на кафедрі досвіду, побажань спеціалістів, які беруть участь у рецензуванні робіт.

Текст ІНДЗ можна використати для наступного написання курсової роботи.

Обсяг роботи повинен складати приблизно 20 сторінок українською мовою у редакторі Word шрифтом Times New Roman, розмір 14, міжрядковий інтервал – 1,5, у форматі А 4, поля зверху та знизу – 2 см, зліва – 2,5 см, справа – 1,5 см. Розмір шрифту для формул и діаграм – 10 мм. У роботі можна використовувати графічні матеріали: рисунки, таблиці, формули тощо. Заголовки кожного питання підкреслювати і виділяти від попереднього тексту 3–4 інтервалами. При використанні цитат або висловлювань авторів слід тут же поруч указувати джерела (у квадратних дужках). У роботі повинно бути використано від 15 до 25 літературних джерел (у залежності від наявної наукової літератури з цієї теми).

Структура ІНДЗ

Незалежно від обраної теми структура ІНДЗ має бути такою:

- титульний аркуш;
- зміст;
- вступ;
- аналітичний огляд літератури (теоретичне обґрунтування, виклад базових теоретичних положень, законів, принципів, алгоритмів тощо, на основі яких виконується завдання);

- методи дослідження;
- основні результати роботи;
- висновки;
- список використаної літератури.

Титульний аркуш

Робота відкривається титульним аркушем (Додаток А). На ньому вказується міністерство, назва інституту, в якому виконувалося ІНДЗ, назва кафедри, повна назва теми ІНДЗ, прізвище та ініціали студента, курс, група, факультет, прізвище, ініціали, вчене звання наукового керівника.

Зміст

На наступній сторінці розміщується зміст (Додаток Б) із позначенням сторінок, на яких кожен пункт змісту викладений у роботі. Усі розділи і підрозділи, що наведені у змісті, мають бути виділені в тексті заголовками та підзаголовками.

Вступ

Вступ – коротка характеристика роботи. У вступі:

- обґрунтовується актуальність теми;
- визначається об'єкт, предмет дослідження;
- формулюються мета і завдання дослідження;
- перераховуються методи дослідження;
- розкривається структура роботи.

Наприклад:

Актуальність. Аналіз процесу навчання фізичних вправ показав, що загальнодидактичні положення, які використовуються на практиці (а нерідко й педагогічні штампи), приводять до оволодіння формами рухів, не концентруючи при цьому фізичні сили, думку, волю, не створюють необхідної напруги процесу навчання. У результаті збільшується час засвоєння програмного матеріалу, повільно зростає виконавча майстерність. Для подолання таких явищ необхідно використовувати інтенсивні методи навчання, до яких належить програмоване.

З використанням програмованого навчання в педагогіці стали широко використовувати точні статистичні методи аналізу навчального процесу, які дозволяють викладачам та їхнім учням об'єктивно судити про засвоєння навчального матеріалу [Н. Ф. Тализіна, 1983; И. И. Тихонов, 1986].

Правильно побудована система програмованого навчання виховує в учнів навички засвоєння постійно зростаючої спеціальної інформації. Позитивний досвід програмованого навчання, набутий в інших галузях науки і техніки, свідчить про необхідність широкого втілення його в спортивну теорію та практику. Цим і визначається актуальність обраної теми дослідження.

Об'єкт дослідження – стан розвитку програмованого навчання у фізичному вихованні і спорті.

Предмет дослідження – види програмованого навчання й методика розробки програмованих матеріалів для навчання фізичним вправам шкільної програми.

Мета дослідження – поглибити знання з розроблення програмованих матеріалів для навчання фізичних вправ школярів старших класів.

Завдання дослідження:

1. Узагальнити теоретичні аспекти оптимізації процесу навчання фізичних вправ шкільної програми.

2. Систематизувати навчальні завдання для оволодіння гімнастичними вправами юнаків старших класів.

3. Упорядкувати план-графік процесу навчання гімнастичних вправ шкільної програми для учнів старших класів.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані теоретичні методи дослідження: узагальнення, аналіз, синтез, індукція й дедукція.

Структура роботи. Робота викладена на 21 сторінці і складається зі змісту, вступу, трьох розділів, висновків та списку використаної літератури. Перелік використаної літератури налічує 30 найменувань.

Аналітичний огляд літератури

Обов'язковою частиною ІНДЗ є аналітичний огляд літератури за темою дослідження, до якого включають найбільш актуальні роботи (15–25 джерел).

Огляд має бути систематизованим аналізом теоретичної, методичної й практичної новизни, значущості, переваг та недоліків розглянутих робіт, які доцільно згрупувати таким чином:

- роботи, що висвітлюють історію розвитку проблеми;
- теоретичні роботи, в яких розкриваються спільні підходи до вирішення проблеми дослідження;
- теоретичні роботи, в яких розкриваються особливі підходи до вирішення проблеми дослідження.

В огляді не слід наводити повний бібліографічний опис аналізованих публікацій, достатньо назвати автора й назву, а поруч у дужках проставити порядковий номер бібліографічного запису цієї роботи в списку літератури. Закінчити огляд треба коротким *висновком* про ступінь висвітленості в літературі основних аспектів теми.

Методи дослідження

У розділі вказуються і коротко характеризуються методи дослідження, які застосовуються в роботі. Наприклад.

Для вирішення поставлених завдань були використані в процесі аналізу літератури як філософські, так і загальнонаукові методи дослідження, серед яких:

- діалектичний метод (принципи історизму, системності, діалектичного протиріччя, єдності якості і кількості, діалектичного заперечення, розвитку, причинності);
- узагальнення, аналіз, синтез, індукція, дедукція.

Застосування методологічного принципу історизму в педагогічних дослідженнях дозволяє відібрати позитивний педагогічний досвід вирішення навчально-виховних завдань; уникнути повторення помилок, що існували в теорії і методиці фізичного виховання; розробити алгоритмічну систему заходів для прийняття прогресивних педагогічних рішень у конкретних ситуаціях; правильно розуміти минуле ТМФВ; об'єктивно оцінювати її сьогодення, найбільш вірогідно прогнозувати її майбутнє.

Основні результати роботи

У цьому розділі на основі аналізу літератури систематизуються завдання, методи, методичні прийоми і методи контролю над ефективністю використання засобів (табл. 1, 2).

Таблиця 1 – Завдання, методи навчання та їхнє обґрунтування

№ з/п	Структура досліджуваного об'єкта (завдання навчання)	Область знань	Методи	Ким запропоновані

Таблиця 2 – Структура рухової здібності (координація, сила та ін.)

№ з/п	Структурний елемент	Методи розвитку	Засоби	Методи контролю

На основі змісту таблиць 1 або 2 упорядковується тематичний план-графік проходження навчального матеріалу (табл. 3).

Таблиця 3 – Тематичний план-графік проходження навчального матеріалу

№ з/п	Зміст	Номери уроків						
		1	2	3	4	5	6	7

На основі змісту таблиць 1, 2 упорядковуються конспекти уроків і формулюються припущення про вплив запропонованих засобів на ефективність процесу навчання чи розвитку рухових здібностей (див. табл. 3).

Висновки

Логічним завершенням роботи є висновки, що формулюються за кожним структурним елементом роботи, заголовок якого винесено до змісту. Головна їхня мета – підсумок проведеної роботи. Висновки подаються у вигляді окремих лаконічних положень методичних рекомендацій. Дуже важливо, щоб вони відповідали поставленим завданням.

Список використаної літератури

Список використаної літератури складається на основі робочої картотеки і відображає обсяг використаних джерел та ступінь вивченості досліджуваної теми, є «візитною карткою» автора роботи, його професійним обличчям, свідчить про рівень володіння навичками роботи з науковою літературою. «Список...» повинен містити бібліографічний опис джерел, використаних студентом під час роботи над темою. Укладаючи його, необхідно додержуватися вимог державного стандарту. Кожний бібліографічний запис треба починати з нового рядка, літературу слід розташовувати в алфавітному порядку авторів та назв праць, спочатку видання українською і російською мовою, потім – іноземними. Бібліографічні записи в «Списку...» повинні мати порядкову нумерацію. У тексті роботи слід давати у квадратних дужках посилання на номери списку літератури.

Послідовність виконання ІНДЗ

Індивідуальні навчально-дослідні завдання мають свою специфіку, їхні деталі необхідно узгоджувати з науковим керівником. Щодо структури, методики виконання та оформлення, вони мають подібні риси з курсовою і дипломною роботами.

ІНДЗ доцільно виконувати в такій послідовності:

- вибір теми;
- з'ясування проблеми, об'єкта і предмета;
- визначення мети і завдань дослідження;
- підбір методів дослідження;
- складання попереднього плану;
- аналіз літератури за темою;
- викладення теорії і методики;
- систематизація засобів, методичних прийомів і методів контролю ефективності використання засобів;
- упорядкування тематичного плану-графіка проходження навчального матеріалу;
- упорядкування конспектів уроків;
- формулювання припущення про вплив запропонованих засобів на ефективність процесу навчання чи розвитку рухових здібностей;
- формулювання висновків і рекомендацій;
- оформлення списку використаних джерел та додатків;
- написання вступу.

Потім здійснюється літературне й технічне оформлення роботи, її рецензування, підготовка до захисту і захист ІНДЗ. Виконання ІНДЗ організується відповідно до графіка, затвердженого кафедрою та деканатом.

Оцінювання ІНДЗ

Максимальна оцінка за захист ІНДЗ складає 35 балів (табл. 4).

Таблиця 4 – Система оцінки ІНДЗ з курсу до спеціальності «Фізична культура і спорт»

№	Критерії оцінки	Так	Частково	Ні
1	Розділи роботи повно характеризують тему дослідження	2	1	без оцінки
2	В ІНДЗ сформульована проблема, визначені об'єкт і предмет дослідження	3	1–2	без оцінки
3	В ІНДЗ визначені мета і завдання дослідження	4	1–2	без оцінки
4	Методи дослідження використані в роботі відповідують поставленим завданням	4	2	без оцінки
5	Посилання на першоджерела відповідають списку літератур	3	1	без оцінки
6	Аналітичний огляд літератури повно висвітлює вивченість проблеми у фізичному вихованні	6	1–3	без оцінки
7	Робота являє собою компіляцію або плагіат	без оцінки	без оцінки	без оцінки
8	У роботі використано літературу, видану	2000–2018	1985–1999	1960–1984
9	Висновки відповідають поставленим завданням дослідження	9	1 – 5	без оцінки
10	Оформлення списку використаної літератури відповідає стандарту	2	1	без оцінки
11	Оформлення ілюстративного матеріалу відповідає стандарту	2	1	без оцінки
12	Робота містить орфографічні помилки, перекинуті терміни	без оцінки	без оцінки	без оцінки
	Сума балів	35		

ІНДЗ оцінюється за такими критеріями:

1. Чи відповідає зміст роботи плану ІНДЗ або як розкриває тему дослідження.

2. Чи відбивають сформульовані розділи (підрозділи) реальну проблемну ситуацію, стан об'єкта.

3. Чи пов'язана мета дослідження з проблемою або сформульована абстрактно і не відбиває специфіки об'єкта і предмета дослідження.

4. Як автор виявив самостійність, чи є робота унікальною, не являє собою компіляцію або плагіат.

5. Чи зроблено глибокий і всебічний аналіз сучасних офіційних і нормативних документів, нової спеціальної літератури (останні 5–10 років) за темою дослідження.

6. Чи відбиває аналітичний огляд вітчизняних і зарубіжних публікацій за темою роботи рівень досліджуваності проблеми.
7. Чи розкрито зміст та організацію особистого експериментального дослідження (його наявність, тривалість, місце проведення, кількість обстежуваних, їхні характеристики), як висвітлено стан практики.
8. Чи відповідає кінцевий результат меті дослідження, а висновки – поставленим завданням.
9. Чи є у роботі посилання на першоджерела, вказані саме ті, з яких запозичено матеріал.
10. Як оформлено бібліографічний опис джерел у списку використаної літератури, чи відповідає він вимогам державного стандарту.
11. Звідки запозичено ілюстративний матеріал, таблиці, діаграми, схеми: з першоджерел чи з підручника, навчального посібника.
12. Чи відповідають обсяг та оформлення роботи вимогам, вона виконана охайно чи з помилками.

2 ЗАГАЛЬНІ ВИМОГИ ДО КУРСОВОЇ РОБОТИ

2.1 Обсяг і структура курсової роботи

Обсяг основного тексту курсової роботи повинен складати 25–30 сторінок без урахування додатків і списку літератури. У курсовій роботі повинно використовуватися 30–40 літературних джерел.

Розміри полів: ліве – 30 мм, праве – 10 мм, верхнє і нижнє – 20 мм. При оформленні роботи друкарським способом шрифт повинен бути чітким, чорного кольору. Після дозволу керівника на оформлення робота повинна бути написана або надрукована на стандартних листках (210–297 мм) через 1,5 інтервали у двох примірниках (керівнику здається тільки перший екземпляр).

Курсова робота повинна мати такі основні структурні елементи:

- титульний аркуш;
- зміст;
- основну частину (вступ, розділи, висновки);
- список використаних джерел.

Роботу можна також доповнити додатками та списком умовних скорочень.

Кожен із цих елементів, а також компоненти основної частини (вступ, розділи, висновки) необхідно починати з нової сторінки.

2.2 Вимоги до структурних елементів курсової роботи

Титульна сторінка – перша сторінка наукової роботи, призначена для попереднього ознайомлення з працею, тому важливо, щоб було коректно представлено відомості про роботу та її автора (додаток В).

На титульній сторінці має бути вказано таке: назва закладу вищої освіти; назва факультету, кафедри, де виконано роботу; прізвище, ім'я та по батькові автора повністю; тема курсової роботи; спеціальність; науковий ступінь, учене звання, прізвище та ініціали наукового керівника; місто і рік.

ЗМІСТ – це друга сторінка роботи, на якій відтворено назви основних змістових частин роботи із зазначенням їхніх початкових сторінок (додаток Г).

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ, символів, скорочень і термінів (у разі потреби). Якщо цього вимагає робота й автор використовує мало-відомі скорочення, нові символи, позначення та ін., то їхній перелік може бути подано у курсовій роботі у вигляді окремого списку, який розміщують перед вступом. Перелік треба друкувати двома колонками, у яких зліва за абеткою називають скорочення, а справа – їхнє докладне розшифрування.

Основна частина курсової роботи має містити:

- вступ;
- розділи курсової роботи;
- висновки;
- практичні рекомендації (за потреби).

ВСТУП розкриває сутність і стан наукової проблеми (завдання). У вступі подають загальну характеристику курсової роботи, а саме: актуальність теми, мету і завдання, об'єкт, предмет і методи дослідження, наукову новизну, практичне значення; структуру та обсяг курсової роботи.

Актуальність теми – обґрунтування вибору теми дослідження (зв'язок теми магістерської роботи із сучасними дослідженнями у відповідній галузі знань). Шляхом критичного аналізу та порівняння з відомими методами розв'язання проблеми необхідно обґрунтувати доцільність роботи. Висвітлення актуальності не повинно бути багатослівним, досить кількома реченнями висловити сутність проблеми. Бажано зосередитися на трьох основних частинах: 1) чому ця тема важлива і потребує розв'язання; 2) хто з авторів уже досліджував окремі питання цієї проблеми і що встановлено; 3) що у цій проблемі залишилося недостатньо дослідженим і потребує вивчення.

Мета і завдання відображають стратегію дослідження. Мета дослідження тісно пов'язана з темою курсової та повинна чітко вказувати, що саме потрібно виконати в роботі; це запланований результат, якого необхідно досягти.

Наприклад.

Мета дослідження – обґрунтувати умови оптимізації процесу розвитку сили в середніх класах загальноосвітньої школи засобами рухливих ігор.

Задачі – це конкретні етапи досягнення мети. Треба пам'ятати, що вони визначають спрямованість і хід дослідження. Від них залежатиме структура роботи (кожному з поставлених завдань має відповідати конкретна її частина – розділ, підрозділ). Зазвичай їх може бути два, три – п'ять, при цьому перше завдання традиційно присвячено аналізу об'єкта дослідження, вивченню наукової проблеми, яку порушено в курсовій роботі. Формулювання завдань дослідження потребує конкретизації контингенту досліджуваних (віку, статі, професійної приналежності, стану здоров'я, рівня підготовленості, виду спорту, кваліфікації, етапу підготовки тощо) відповідно до теми курсової роботи.

Наприклад.

Задачі дослідження:

1. Узагальнити теоретико-методичні підходи до розвитку сили засобами рухливих ігор.
2. Вивчити рівень розвитку силових здібностей та морфофункціональні особливості учнів 5–6 класів.
3. Визначити ефективність використання ігрових засобів для розвитку силових здібностей учнів 5–6 класів.

Об'єкт та предмет. Визначаючи об'єкт, треба знайти відповідь на питання: що розглядається? Разом із тим предмет визначає аспект розгляду, дає уявлення про зміст об'єкта дослідження, про те, які нові відношення, властивості, аспекти й функції об'єкта розкриваються. Іншими словами, об'єктом виступає тим, що досліджується. А предметом – те, що в цьому об'єкті має наукове пояснення. У педагогічному дослідженні об'єктом є процес фізичного виховання, а предметом – структурні елементи системи фізичного виховання школярів, спортсменів.

Наприклад

Об'єкт дослідження – процес розвитку силових здібностей учнів середніх класів загальноосвітньої школи засобами рухливих ігор.

Предмет дослідження – оптимізація режимів використання рухливих ігор у процесі розвитку силових здібностей учнів середніх класів.

Методи дослідження, які найчастіше використовують у курсовій роботі:

- теоретичний аналіз й узагальнення даних наукової та методичної літератури; аналіз документальних й архівних матеріалів; вивчення досвіду провідних фахівців;

- педагогічні методи (педагогічне спостереження, педагогічний експеримент); антропометричні та фізіометричні методи; соціологічні методи (опитування); методи експертного оцінювання, методи математичної статистики та ін.

Наприклад

Методи дослідження. Для вирішення завдань дослідження використано методи аналізу та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження і хронометраж навчальних занять, метод контрольних випробувань, педагогічний експеримент.

У роботах теоретичного, описового характеру, де не проводять експерименту, використовують такі методи: аналіз і синтез, узагальнення, індукції та дедукції, аналогії, моделювання, абстрагування й конкретизації, порівняльно-історичний метод тощо.

Структура та обсяг курсової роботи – анонсується її структура, зазначається загальний обсяг.

Наприклад

Курсова робота складається із 3 розділів. Основний зміст викладено на 35 сторінках. Робота містить 6 таблиць, ілюстрована 3 рисунками. Список використаної літератури нараховує 40 джерел. Додаткову інформацію розміщено в 4 додатках.

Основна частина курсової роботи складається з розділів, підрозділів, пунктів, підпунктів. Кожний розділ починається з нової сторінки, а підрозділ продовжує текст. У кінці кожного розділу автор подає стислі висновки про одержані наукові і практичні результати. У розділах та підрозділах роботи автор викладає результати власних досліджень із висвітленням того нового, що він вносить у розроблення проблеми.

Викладення матеріалу має бути підпорядковано одній провідній ідеї, яку чітко визначив автор.

У **розділах** основної частини подають таке:

- огляд спеціальної літератури, зокрема джерел останніх років і літератури іноземними мовами;
- методи та організація дослідження;
- аналіз і результати власних досліджень автора.

Розділи курсової роботи можуть бути поділені на підрозділи (нумерують арабськими цифрами). Нумерація складається з номера розділу і порядкового номера підрозділу, відокремлених крапкою).

РОЗДІЛ 1. У цьому розділі подають результати аналізу доступних літературних джерел та джерел Інтернету з досліджуваної проблеми. Літературний огляд займає більшу частину роботи – 25–30 % загального обсягу роботи (10–12 друкарського тексту) і може складатися із декількох підрозділів, пунктів, підпунктів. У цьому розділі представляють, порівнюють, аналізують та узагальнюють отримані дані наукових досліджень вітчизняних і зарубіжних вчених, які висвітлюють основні питання теми курсової роботи. Матеріал можна викладати в хронологічній послідовності або за порядком питань, які вивчаються.

Зміст тексту записується у вигляді цитування, складання тез. Запис тексту цитатами використовується для визначення точних понять, термінів, вказівок для обґрунтування власної думки та характеристики точки зору автора. Зміст розділу «Літературний огляд» ґрунтується на результатах досліджень різних вчених, тому при посиланні на дослідження того чи іншого автора необхідно вказувати у квадратних дужках порядковий номер джерела документальної інформації, зазначеного у списку літератури. Можна також у тексті зазначити прізвище та ініціали автора, рік видання (у дужках).

Наприклад:

Ю. С. Єрмолаєв (1985) зазначає, що найбільший приріст точності рухів спостерігається з 4–8 років. В. І. Лях [9] підкреслює, що окремі індивіди 4–7 років мають результати за показниками координаційних здібностей (здатність до рівноваги, почуття часу, простору, ступеня м'язових зусиль тощо) однакові з середніми даними дітей, які старші на кілька років.

На думку багатьох авторів [17, 22, 26] статичні зусилля в молодшому шкільному віці супроводжуються швидким розвитком стомлення.

У кінці огляду як результат порівняльного аналізу та узагальнення даних вивченої літератури доцільно зробити висновки.

Для написання першого розділу бажано використовувати план, що допоможе логічно розмістити проаналізований матеріал, а також чітко розподілити його за підрозділами.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Цей розділ наукової роботи, зазвичай, займає 3–4 сторінки друкарського тексту. У розділі зазначають методи дослідження, а також подають їхню коротку характеристику.

Наприклад

2.2 Методи дослідження

2.2.1 Аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури. Для вирішення поставлених завдань у процесі аналізу наукової та методичної літератури було використано діалектичний метод, узагальнення, аналіз, синтез, індукцію, дедукцію.

2.2.2 Медико-біологічні методи. Антропометричні обстеження передбачали такі вимірювання: маси тіла (кг), довжини тіла (см), обхват грудної клітки та її екскурсії (см), спірометрії (см³). Для вимірювання довжини тіла ми використовували зростомір вертикальний. (Наводимо детальний опис вимог та умов виконання).

Далі слід пояснити сутність кожного методу та доцільність його використання відповідно до завдань курсової роботи.

2.3 Організація дослідження

Автор курсової роботи описує, як проходило дослідження, його етапи, короткий зміст і терміни кожного з них, вказує на контингент осіб, які брали участь у дослідженні, а також місце його проведення.

РОЗДІЛ 3. У цьому розділі подають відомості про проведені власні дослідження, результати опитування фахівців, педагогічних спостережень тощо.

Результати дослідження – це основна за обсягом частина роботи, в якій викладаються результати власного дослідження. Обсяг розділу включає 8–10 сторінок друкарського тексту.

Отримані результати досліджень порівнюються із доказами інших дослідників; обґрунтовується достовірність чи помилковість встановлених закономірностей, положень, пояснень. Для демонстрації та підтвердження отриманих результатів використовують таблиці і рисунки. У кінці розділу подають короткий висновок.

РОЗДІЛ 4. Цей розділ присвячують експериментальним даним, які студент отримав у процесі формувального експерименту в результаті впровадження експериментального чинника (нової методики, програми, засобів тощо). Для достовірного подання отриманого матеріалу спочатку детально описують розроблену методику, а потім подають опис її експериментальної перевірки. Якщо робота не має експериментального чинника, вона може мати три розділи, які за обсягом відповідають вимогам. У кінці розділу подають короткий висновок до нього.

ВИСНОВКИ. У висновках мають бути викладені основні наукові та практичні результати, одержані в процесі дослідження. Висновки повинні відповідати поставленим завданням, бути стислими, конкретними, підтверджені цифровими даними (у разі наявності). Вони мають містити стисле

викладення теоретичних і практичних результатів, які отримав автор курсової роботи особисто у процесі дослідження, а також обґрунтування перспектив проведення подальших досліджень у цій галузі. Висновки повинні мати аналітичний узагальнений характер та не подаватися як анотація чи констатація.

Практичні рекомендації. Формулюються за пунктами, подібно до висновків. Рекомендації визначаються такі, які б дозволили вчителям, тренерам значно підвищити ефективність навчально-виховного процесу.

Наприклад:

1. Складність фізичних вправ підвищувати поступово, відповідно до етапів навчання та індивідуальних особливостей учнів.

2. Розвитку координаційних здібностей необхідно приділяти увагу у молодшому шкільному віці.

3. Для забезпечення високої моторної щільності уроку необхідно застосовувати нетрадиційні засоби навчання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ формують в алфавітному порядку заголовків або прізвищ перших авторів. Бібліографічний опис списку використаних джерел у курсовій роботі оформлюють відповідно до вимог. Загальна кількість використаних для підготовки курсової роботи інформаційних джерел має становити не менше ніж 40, серед яких повинні бути наукові видання.

Посилання в тексті курсової роботи роблять у квадратних дужках з наведенням порядкового номера джерела у списку використаних джерел. Не варто подавати в дужках більше ніж три посилання. Бібліографічний опис використаного джерела має обмежуватися обов'язковою інформацією, необхідною для однозначної ідентифікації цього джерела. Приклади оформлення літературних джерел наведено в додатку К.

ДОДАТКИ. Допоміжний матеріал, необхідний для повнішого сприйняття роботи, виносять у Додатки (наприклад, результати тестування, документи, протоколи, анкети, комплекси вправ тощо). Додатки слід позначати послідовно великими літерами української абетки, за винятком літер І, Є, З, І, Ї, Й, О, Ч, Ї, наприклад: Додаток А, Додаток Б тощо.

До додатків включають допоміжний матеріал, необхідний для повноти сприйняття курсової роботи: проміжні формули і розрахунки; таблиці допоміжних цифрових даних; протоколи та акти випробувань, тестувань, обстежень, інструкції та методики, описи комп'ютерних програм, використаних для розв'язання завдань дослідження тощо; ілюстрації допоміжного характеру; інші дані та матеріали.

Якщо результати досліджень упроваджено, подають документи у вигляді актів упровадження.

2.3 Вимоги до тексту курсової роботи

Текст роботи має бути чітко структурованим, поділеним на розділи та підрозділи. В окремих випадках підрозділи можна поділяти на пункти та підпункти. Потрібно стежити, щоб кожен розділ роботи відображав результати наукового дослідження з окремої частини загальної проблеми, щоб кожен компонент було викладено у тексті і одночасно текст був цілісним, а не фрагментарним;

Текст курсової роботи має відрізнятися відповідною композиційністю: змістові частини тексту мають бути логічно об'єднані єдиною ідеєю, темою, проблемою, для чого слід забезпечити системний підхід до розкриття теми роботи;

Текст курсової роботи має обов'язково містити аналіз фактів, про які йдеться, а також конкретне обґрунтування тих чи інших положень;

У тексті не має бути повторів, особливо це стосується висновків, які роблять після кожного розділу та загальних висновків;

Текст має бути завершеним;

У тексті слід використовувати безособову форму викладення (не використовувати авторське «я» або «ми»). Наприклад: «встановлено», а не «я встановив»; «розглянуто», а не «ми розглянули»);

Визначення термінів, які подано в тексті, мають бути обґрунтованими, аргументованими;

Текст має відповідати сучасному українському правописові.

Завершеності, цілісності і зв'язності тексту курсової роботи досягають певними спеціальними мовними засобами. Так, способом вираження логічних зв'язків є такі мовні засоби, що вказують на послідовність розвитку думки: (спочатку, насамперед, по-перше, по-друге, отже), заперечення (проте, тим часом, але, однак, водночас, а втім, натомість), причинно-наслідкові відношення (таким чином, завдяки цьому, відповідно до цього, крім того, внаслідок цього, до того ж), перехід від однієї думки до іншої (звернімося до..., розглянемо, зупинимося на..., перейдемо до..., необхідно зупинитися на..., необхідно розглянути...), результат, висновок (отже, все сказане дає можливість..., підсумовуючи, слід сказати).

Під час утворення порівняння найвищого ступеня використовують слова «найбільш», «найменш». Логічні зв'язки між частинами тексту забезпечують складні сполучники підрядності «завдяки тому, що», «між тим, як», «тому що», «замість того, щоб», «з огляду на те, що», «зважаючи на те, що», «внаслідок того, що», «після того як», «у той час як».

Рекомендовано також активно вживати похідні прийменники «протягом...», «відповідно до...», «згідно з...», «у результаті», «на відміну від...», «поряд з...».

Нумерацію сторінок курсової роботи починають з другої сторінки. Титульну сторінку враховують, але не нумерують. Нумери проставляють

у правому куті верхнього поля аркуша арабськими цифрами на відстані не менше ніж 10 мм.

Нумерація розділів, підрозділів, підпунктів. Розділи роботи повинні мати порядкову нумерацію та позначатися арабськими цифрами. Номер підрозділу складається з номера розділу і порядкового номера підрозділу, відокремленого крапкою (наприклад, 1.1. – перший підрозділ першого розділу). Заголовки мають бути короткі та однозначні.

Основні частини роботи починають писати з нової сторінки. Структурні елементи роботи, такі як «ЗМІСТ», «ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ», «ВСТУП», «ВИСНОВКИ», «СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ», не нумерують.

Заголовки структурних елементів і розділів друкують великими літерами без крапки в кінці, без підкреслювання. Відстань між заголовком і текстом становить 2 інтервали. Заголовки підрозділів друкують жирним шрифтом без крапки в кінці.

Для наукового тексту характерними елементами є ілюстрації, таблиці і додатки. Основними видами ілюстративного матеріалу в науковому тексті можуть бути рисунки, схеми, фотографії, репродукції, діаграми і графіки. Таблиці, графіки і діаграми надають точну інформацію для підтвердження кількісних взаємозв'язків між явищами.

Ілюстративний матеріал необхідно застосовувати в курсовій роботі тільки тоді, коли він дає змогу краще подати і зрозуміти конкретний матеріал. Ілюстрації мають бути обов'язково «прив'язаними» до тексту роботи і подані відразу після тексту, де на них посилаються, або на наступній сторінці. На усі ілюстрації повинно бути посилання в тексті, їх нумерують арабськими цифрами в межах розділу (рис. 3.1 – тобто перший рисунок третього розділу). Назва рисунка повинна бути короткою, точною, розташованою після нього.

Таблиці. Таблицю розміщують після тексту, де дають на неї посилання, або на наступній сторінці. Таблицю нумерують арабськими цифрами в межах розділу (табл. 3.1 – тобто перша таблиця третього розділу). Назва таблиці повинна бути короткою, точною, надрукованою жирним шрифтом (додаток Д).

При складанні таблиць необхідно дотримуватись таких вимог:

1. Заголовок таблиці розміщується посеред рядка над таблицею з прописної букви без крапки в кінці.
2. Таблиця повинна займати всю ширину сторінки.
3. Вертикальні надписи в графах не рекомендуються.
4. У графах і колонках таблиці допускаються тільки ті скорочення, які є в тексті або є загальноприйнятими (с, хв., м, км тощо).
5. Одиниці виміру пишуться в заголовках таблиці або колонок.

Формули. У разі необхідності подання в тексті курсової роботи формул їх наводять посередині нового рядка, а нумерацію – з правого боку в дужках (додаток Ж).

Графічні зображення можуть бути у вигляді лінійних діаграм, плоских, об'ємних та інших. Найбільш широко у наукових дослідженнях використовується стовпчикова діаграма (додаток Ж).

При побудові цих діаграм необхідно дотримуватись таких правил:

1. Прямокутні стовпчики повинні бути вертикальними і мати однакову ширину.

2. Основою для стовпчиків є вісь абсцис (нульова точка).

3. Відстань між стовпчиками повинна бути різною.

4. Вісь ординат містить ділення визначеного масштабу.

5. Назва діаграми розміщується під графіком після слова «Рис.» із порядковою арабською цифрою і крапкою (без знака №).

Літературне оформлення курсової роботи є важливим елементом її виконання і одним із багатьох чинників, на які зважає комісія при оцінюванні під час захисту. Передусім звертається увага на змістовний аспект викладу матеріалу (логічність і послідовність, повнота і репрезентативність, тобто широта використання наукових джерел, загальна грамотність та відповідність стандартам і прийнятим правилам), а також на текст роботи, список літератури і додатки, на зовнішнє оформлення титульного аркуша.

Курсову роботу рекомендується виконувати спочатку в чорновому варіанті. Це дозволяє вносити до тексту необхідні зміни і доповнення як з ініціативи самого автора, так і згідно з зауваженнями керівника.

Перш ніж представляти чернетку керівникові, треба ще раз переглянути, чи логічно викладено матеріал, чи є зв'язок між параграфами та главами, чи весь текст «працює» на головну ідею курсової роботи. Такий уявний структурний аналіз роботи допоможе краще побачити нелогічність в її структурі та змісті.

Оформляючи текст роботи, треба знайти час для повторного перегляду першоджерел. Це допоможе побачити все цінне, що було пропущено на початку вивчення теми, наштовхне на цікаві думки, поглибить розуміння проблеми.

Доцільно відкласти текст і повернутися до нього через деякий час, щоб подивитися на роботу очима сторонньої особи. Весь цей час не слід читати щось за темою, що вивчена та викладена, тоді з'являються власні думки, власна оцінка та розуміння проблеми – неодмінна умова поліпшення структури і змісту роботи.

Під час редагування тексту бажано прочитати роботу вголос, що дозволить побачити можливу непереконливість доказів, кострубатість фраз та уникнути цього. Не треба боятися скорочувати написане – від цього текст тільки виграє. Під час підготовки чернетки слід ретельно відредагувати кожне речення, звернуту уваги на вибір необхідних формулювань, які б просто і чітко, коротко й доступно виражали зміст викладених питань. Не варто послуговуватися складними синтаксичними конструкціями – вони часом слабо зв'язані між собою логічно, містять двозначні тлумачення тощо.

Бажано не відкладати оформлення чорнового варіанта роботи на останні дні встановленого терміну. Завдання студента – якомога раніше подати чернетку керівникові. Вважається нормою, коли курсова робота переробляється кілька разів. Навіть досвідчені автори неодноразово допрацьовують свої роботи.

Після остаточного узгодження чернетки з керівником можна оформляти чистовий варіант. Перед тим як віддруковувати з чернетки курсову роботу, її слід старанно ще раз перевірити, уточнити назви розділів (глав), підрозділів (параграфів), таблиць, послідовність розміщення матеріалу, звірити цифрові дані, обґрунтованість і чіткість формулювань, висновків та рекомендацій.

З МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПІДГОТОВКИ КУРСОВОЇ РОБОТИ

3.1 Послідовність виконання курсової роботи

Курсова робота має свою специфіку, її деталі необхідно узгоджувати з науковим керівником. Щодо структури, методики виконання та оформлення, вони мають подібні риси.

Курсову роботу доцільно виконувати в такій послідовності:

- вибір теми;
- з'ясування проблеми, об'єкта й предмета;
- висування гіпотези дослідження;
- визначення мети і завдань дослідження;
- підбір методів дослідження;
- аналіз літератури з теми;
- складання попереднього плану;
- викладення теорії і методики;
- вивчення досвіду роботи;
- формулювання висновків і рекомендацій;
- оформлення списку використаних джерел та додатків;
- написання вступу.

Потім здійснюється літературне й технічне оформлення роботи, її рецензування, підготовка до захисту і захист курсової роботи.

Виконання курсової роботи організовується відповідно до графіка, затвердженого кафедрою та деканатом.

Процес роботи над дослідженням умовно поділяється на три основні етапи:

- підготовчий;
- етап роботи над змістом;
- заключний етап.

Підготовчий етап починається з вибору теми курсової роботи, її осмислення та обґрунтування. З переліку тем обирається та, яка найповніше відповідає навчально-виробничим інтересам та схильності студента. Перевага надається темі, при розробленні якої студент може виявити максимум особистої творчості та ініціативи. Разом із керівником необхідно визначити межі розкриття теми та перелік установ, досвід роботи яких буде висвітлюватись у дослідженні.

При з'ясуванні проблеми, об'єкта, предмета і мети дослідження необхідно зважати на те, що між ними і темою курсової роботи є системні логічні зв'язки.

Об'єктом дослідження є вся сукупність відношень різних аспектів теорії і практики науки, яка слугує джерелом необхідної для дослідника інформації.

Предмет дослідження – це тільки ті суттєві зв'язки та відношення, які підлягають безпосередньому вивченню в цій роботі, є головними, визначальними для конкретного дослідження. Таким чином, предмет дослідження є вужчим, ніж об'єкт.

Правильне, науково обґрунтоване визначення об'єкта дослідження – це не формальна, а суттєва, змістова наукова акція, зорієнтована на виявлення місця і значення предмета дослідження у більш цілісному і широкому понятті дослідження. Треба знати, що об'єкт дослідження – це частина об'єктивної реальності, яка на даному етапі стає предметом практичної і теоретичної діяльності людини як соціальної істоти (суб'єкта). Предмет дослідження є таким його елементом, який включає сукупність властивостей і відношень об'єкта, опосередкованих людиною (суб'єктом) у процесі дослідження з певною метою в конкретних умовах.

Мета дослідження пов'язана з об'єктом і предметом дослідження, а також з його кінцевим результатом і шляхом його досягнення, кінцевий результат дослідження передбачає вирішення студентами проблемної ситуації, яка відображає суперечність між типовим станом об'єкта дослідження в реальній практиці і вимогами суспільства до його більш ефективного функціонування. Кінцевий результат відображає очікуваний від виконання позитивний ефект, який формулюється двоступенево: перша частина – у вигляді суспільної корисності; друга – у вигляді конкретної користі, віднесеної до основного предмета дослідження.

Наявність поставленої мети дослідження дозволяє визначити завдання дослідження, які можуть включати такі складові:

- вирішення певних теоретичних питань, які входять до загальних проблем дослідження (наприклад, виявлення сутності понять, явищ, процесів, подальше вдосконалення їхнього вивчення, розробка ознак, рівнів функціонування тощо);
- всебічне (за необхідності й експериментальне) вивчення практики вирішення даної проблеми, виявлення її типового стану, недоліків і труднощів, їхніх причин, типових особливостей передового досвіду; таке вивчення дає змогу уточнити, перевірити дані, опубліковані в спеціальних періодичних і періодичних виданнях, підняти їх на рівень наукових фактів, обґрунтованих у процесі спеціального дослідження;
- обґрунтування необхідної системи заходів щодо вирішення цієї проблеми;
- експериментальна перевірка запропонованої системи заходів щодо відповідності її критеріям оптимальності, тобто досягнення максимально важливих у відповідних умовах результатів вирішення цієї проблеми при певних затратах часу й зусиль;
- розроблення методичних рекомендацій та пропозицій щодо використання результатів дослідження у практиці роботи відповідних установ (організацій).

Виконання завдань дослідження неможливе без ознайомлення з основними літературними (а можливо й архівними) джерелами з теми курсової

роботи. З метою повного їх виявлення необхідно використовувати різні джерела пошуку: каталоги й картотеки кафедр та бібліотеки закладу вищої освіти, а також провідних наукових бібліотек міста, бібліотечні посібники, списки літератури у книгах і статтях, виноски і посилання в підручниках, монографіях, висновках та ін., покажчик змісту річних комплектів спеціальних періодичних видань.

Під час джерелознавчих пошуків необхідно з'ясувати стан вивченості обраної теми сучасною наукою, щоб не повторювати в роботі загальновідомих істин, конкретніше й точніше визначити напрями та основні розділи свого дослідження.

Другий етап (робота над текстом курсової роботи) починається в вивчення та конспектування літератури за темою курсової роботи. Вивчення літератури треба починати з праць, де проблема відображається в цілому, а потім перейти до вузких досліджень. Починати ознайомлення з виданням треба з титульного аркуша, з'ясувавши, де, ким, коли воно було видано. Треба переглянути зміст, який розкриває структуру видання, наповнення його розділів, звернутися до передмови, де розкрито призначення видання, завдання, поставлені в ньому автором.

Читаючи видання, треба уважно стежити за ходом авторської думки, вміти відрізнити головні положення від доказів й ілюстративного матеріалу. Часто статті з наукових збірок складні для сприйняття, тому необхідно їх читати кілька разів, намагаючись виділити головну ідею та аргументи, якими автор її доводить. З'ясовуючи це, треба виписати всі необхідні цитати, цифри, факти, умови, аргументи, якими оперує автор, доводячи основну ідею статті.

Конспектуючи матеріал, слід постійно пам'ятати тему курсової роботи, щоб виписувати тільки те, що має відношення до теми дослідження. Виписувати цитати треба на один бік кожного окремого аркуша паперу стандартного розміру, що допомагає краще орієнтуватися в накопиченому матеріалі, систематизувати його за темами і проблемами. Кожна цитата, приклад, цифровий матеріал мають супроводжуватися точним описом джерела з позначенням сторінок, на яких опубліковано цей матеріал. Застосування так званих розлапкованих цитат, коли думки іншого автора видаються за особисті, розглядається як грубе порушення літературної і наукової етики, кваліфікується як плагіат.

Однак це не означає, що студент зовсім не повинен спиратися на праці інших авторів: чим ширше і різноманітніше коло джерел, які він використовував, тим вищою є теоретична та практична цінність його дослідження.

Після конспектування матеріалу необхідно перечитати його знову, щоб склалося цілісне уявлення про предмет вивчення. Щоб зібрати матеріал з одного питання разом, можна розрізати ті конспекти, де розглянуто кілька питань з теми дослідження.

Правильна та логічна структура курсової роботи – це запорука успіху розкриття теми.

Процес уточнення структури складний і може тривати протягом усієї роботи над дослідженням. Попередній план роботи треба обов'язково показати науковому керівникові, оскільки може статися, що потрібно буде переписувати текст роботи.

Готуючись до викладення тексту курсової роботи, доцільно ще раз уважно прочитати її назву, що містить проблему, яка повинна бути розкрита. Проаналізований та систематизований матеріал викладається відповідно до змісту у вигляді окремих розділів і підрозділів (глав і параграфів). Кожний розділ (глава) висвітлює самостійне питання, а підрозділ (параграф) – окрему частину цього питання.

Тема має бути розкрита без пропуску логічних ланок, тому, починаючи працювати над розділом, треба відмітити його головну ідею, а також тези кожного підрозділу. Тези необхідно підтверджувати фактами, думками різних авторів, результатами анкетування та експерименту, аналізом конкретного практичного досвіду. Треба уникати безсистемного викладення фактів без достатнього їхнього осмислення та узагальнення.

Думки мають бути пов'язані між собою логічно, увесь текст має бути підпорядкований одній головній ідеї. Один висновок не повинен суперечити іншому, а має підкріплювати його. Якщо висновки не будуть пов'язані між собою, текст втратить свою єдність. Один доказ має впливати з іншого. Для доказу кожного положення треба наводити аргументи, розташовуючи їх таким чином:

– середній доказ – слабкий доказ – сильний доказ або – сильний – слабкий – середній. Щодо кожного розділу (глави) роботи необхідно зробити висновки, на основі яких формулюють висновки до всієї роботи в цілому.

Достовірність висновків загалом підтверджується вивченням практичного досвіду роботи конкретних установ, щодо яких проводиться дослідження. Оперативно і в повному обсязі зібрати практичний матеріал, узагальнити його та систематизувати допоможе оволодіння студентом основними методами дослідження: спостереженням, експериментом, бесідою, анкетуванням, інтерв'ю, математичними методами обробки кількісних даних, методом порівняльного аналізу тощо. Найкращих результатів можна досягти при комплексному використанні цих методів, проте слід мати на увазі, що залежно особливостей теми дослідження, специфіки предмета і конкретних умов окремі методи можуть набути переважного значення.

Накопичуючи та систематизуючи факти, треба вміти визначити їх достовірність і типовість, найсуттєвіші ознаки для наукової характеристики, аналізу, порівняння. Аналіз зібраних матеріалів слід проводити у сукупності, з урахуванням усіх сторін відповідної сфери діяльності (чи установи). Порівняльний аналіз допомагає виділити головне, типове в питаннях, що розглядаються, простежити зміни, що сталися в роботі культурологічних і документно-інформаційних установ протягом останніх років, виявити закономірності, проаналізувати причини труднощів у їхньому функціонуванні, визначити тенденції та перспективи подальшого розвитку.

Кількісні дані, що ілюструють практичний досвід роботи, можна проаналізувати за методом ранжованого ряду, розподіливши матеріал за роками, звівши його до статистичних таблиць для порівняння та ін., що дозволить зробити конкретні висновки.

Таким чином, широке використання відомих у науці методів накопичення, вивчення, систематизації фактів та практичного досвіду в цілому дасть змогу виконати основне завдання курсового дослідження: поєднати різні роз'єднані знання в цілісну систему, вивести певні закономірності, визначити подальші тенденції розвитку теорії та практики відповідної сфери діяльності.

Заключний етап. На цьому етапі передбачається написання студентом вступу та висновків до курсової роботи, оформлення списку літератури та додатків, редагування тексту, його доопрацювання з урахуванням зауважень наукового керівника, підготовка роботи до захисту. Вступ доцільно писати після того, як написана основна частина курсової роботи. У вступі обґрунтовується актуальність теми, що вивчається, її практична значущість; розглядаються об'єкт, предмет, мета і завдання дослідження; методи, за допомогою яких воно проводилось; розкривається структура роботи, її основний зміст. Якщо студент вирішив не торкатися деяких аспектів теми, він повинен зазначити про це у вступі.

Обов'язковою частиною вступу є огляд літератури з теми дослідження, до якого включають найбільш цінні, актуальні роботи (10–15 джерел). Огляд має бути систематизованим аналізом теоретичної, методичної й практичної новизни, значущості, переваг та недоліків розглядуваних робіт, які доцільно згрупувати таким чином: роботи, що висвітлюють історію розвитку проблеми, теоретичні роботи, які повністю присвячені темі, потім ті, що розкривають тему частково. В огляді не слід наводити повний бібліографічний опис публікацій, що аналізуються, достатньо назвати автора і назву, а поруч у дужках проставити порядковий номер бібліографічного запису цієї роботи в списку літератури. Закінчити огляд треба коротким висновком про ступінь висвітленості в літературі основних аспектів теми.

Логічним завершенням курсової роботи є висновки. Головна їхня мета – підсумки проведеної роботи. Висновки подаються у вигляді окремих лаконічних положень, методичних рекомендацій. Дуже важливо, щоб вони відповідали поставленим завданням. У висновках необхідно зазначити не тільки позитивні аспекти, які вдалося виявити в результаті вивчення теми, а й недоліки та проблеми практичного функціонування культурологічних і документних систем, а також конкретні рекомендації щодо їхнього усунення. Основна вимога до заключної частини – не повторювати змісту вступу, основної частини роботи і висновків, зроблених у розділах.

Список використаної літератури складається на основі робочої картотеки і відображає обсяг використаних джерел та ступінь вивченості досліджуваної теми, є «візитною карткою» автора роботи, його професійним обличчям, свідчить про рівень володіння навичками роботи з науковою

літературою. «Список...» повинен містити бібліографічний опис джерел, використаних студентом під час роботи над темою. Кожний бібліографічний запис треба починати з нового рядка, літературу слід розташовувати в алфавітному порядку авторів та назв праць, спочатку – видання українською мовою, потім – іноземними. Бібліографічні записи в «Списку...» повинні мати порядкову нумерацію.

Завершуючи написання курсової роботи, необхідно систематизувати ілюстративний матеріал. Ілюстрації можна подавати у тексті або оформляти у вигляді додатків. Усі додатки повинні мати порядкову нумерацію та назви, що відповідають їхньому змісту. Нумерація аркушів з додатками продовжує загальну нумерацію сторінок основного тексту роботи.

4 НАУКОВИЙ КЕРІВНИК КУРСОВОЇ РОБОТИ

Керівництво курсовими роботами доручають кваліфікованим викладачам (професорам, доцентам) ЗВО за рішенням кафедри.

Функції наукового керівника курсової роботи такі:

1. Допомагає студенту скласти індивідуальний план роботи.

2. Приступаючи до виконання курсової роботи, студент отримує від наукового керівника завдання на її виконання, в якому обумовлюється коло проблем та джерел, що необхідно вивчити. Крім того, уточнюються мета, методи дослідження, а також визначається перелік основних завдань, вирішення яких дозволить досягнути поставленої у роботі мети.

3. Рекомендує студенту літературу та інформаційні джерела за обраною темою курсової роботи.

4. Регулярно консультує студента, а при необхідності організовує консультації у інших викладачів, контролює протягом усього періоду графік виконання ним курсової роботи, якість та своєчасність її виконання, а також інформує завідувача кафедри про хід підготовки роботи до захисту.

5. Визначає готовність курсової роботи до захисту.

Обов'язки наукового керівника курсової роботи:

- надати допомогу у виборі теми, розробці плану (змісту) курсової роботи; добір літератури, методології та методів дослідження тощо;
- аналізувати зміст роботи, висновки і результати дослідження;
- визначати поетапні терміни виконання роботи;
- контролювати виконання курсової роботи;
- доповідати на засіданні кафедри про виконання та завершення роботи;
- дати відгук на роботу.

Відгук наукового керівника курсової роботи друкується у двох примірниках у довільній формі. У ньому визначають:

- актуальність теми;
- ступінь наукового і практичного значення праці;
- ступінь самостійності у виконанні роботи;
- новизну поставлених питань та оригінальність їхнього вирішення;
- вміння використовувати літературу;
- ступінь оволодіння методами дослідження;
- повноту та якість розробки теми;
- логічність, послідовність, аргументованість, літературну грамотність викладення матеріалу;
- можливість практичного застосування курсової роботи або окремих її частин;

5 ПІДГОТОВКА ДО ЗАХИСТУ КУРСОВОЇ РОБОТИ

Захист курсової роботи проводиться відповідно до графіка, затвердженого кафедрою, у присутності комісії у складі керівника та двох-трьох членів кафедри або публічно (студентська конференція, науковий семінар, засідання гуртка тощо), або у співбесіді з науковим керівником у терміни, передбачені розпорядженням по кафедрі.

До захисту курсових робіт допускаються студенти, які виконали вимоги навчального плану.

Процедура захисту включає:

- доповідь студента про зміст роботи;
- запитання до автора;
- відповіді студента на запитання членів комісії із захисту курсової роботи та осіб, присутніх на захисті;
- рішення комісії про оцінку роботи.

Вступне слово необхідно підготувати заздалегідь у формі виступу, в якому доцільно висвітлити такі важливі питання: обґрунтування актуальності теми дослідження; мета, завдання, об'єкт, предмет дослідження; що вдалося встановити, виявити, довести; якими методами це досягнуто; елементи новизни у теоретичних положеннях та в практичних рекомендаціях; які положення не знайшли підтвердження. У виступі мають міститися також відповіді на основні зауваження наукового керівника. Доповідь студента не повинна перевищувати за часом 10–15 хвилин.

Для кращого сприймання присутніми матеріалу бажано намалювати на великих аркушах паперу власні таблиці, діаграми, графіки.

Під час захисту курсової роботи студент зобов'язаний дати вичерпні відповіді на всі зауваження у відгуках, а також у виступах на захисті.

Результати захисту курсової роботи визначаються оцінками «відмінно», «добре», «задовільно» і «незадовільно» з урахуванням якості виконання всіх частин курсової роботи та рівня її захисту. Оцінка за курсову роботу заноситься до залікової книжки студента та в екзаменаційну відомість. При визначенні оцінки слід зважати на якість роботи, рівень наукової та практичної підготовки студента.

Кращі роботи можна рекомендувати на конкурс студентських робіт, а також до друку в студентських збірниках. Курсові роботи подаються на конкурси, коли вони являють собою розробки, проведені студентами в процесі навчання, і отримані в них результати опубліковані, впроваджені в практику або в навчальний процес. При цьому учасниками конкурсу можуть бути студенти поточного навчального року або ті, хто закінчив ЗВО у поточному навчальному році.

Захищені курсові роботи здаються на випускову кафедру (1 прим.). Зберігаються курсові роботи на кафедрі 3 роки.

5.1 Оцінювання курсової роботи

Відомі фахівці [10] пропонують оцінювати курсові роботи за такими критеріями

«Відмінно» виставляється, якщо:

1. Використовується основна література з досліджуваної проблеми.
2. Дано теоретичне обґрунтування теми й аналіз передового досвіду роботи.

3. Показано застосування наукових методик і передового досвіду в своїй роботі з випробуваними; узагальнений власний досвід; ілюстрований різними наочними матеріалами; зроблені висновки і є практичні рекомендації.

4. Робота бездоганна відносно оформлення (орфографія, стиль, цитати, посилання тощо).

5. Усі етапи виконані в строк.

«Добре» виставляється у випадку, якщо:

1. Використана основна література за темою (методична і наукова).
2. Дано теоретичне обґрунтування і аналіз передового досвіду роботи.

3. Усі етапи виконані в строк.

4. Робота правильно оформлена.

5. Недостатньо описаний особистий досвід роботи, застосування наукових досліджень і передового досвіду роботи.

«Задовільно» отримає студент за роботу, де:

1. Бібліографія обмежена.
2. Немає належного аналізу літератури з досліджуваної проблеми.
3. Добре узагальнений власний досвід роботи.
4. Оформлення роботи правильне.
5. Велика частина виконана в строк.

Оцінка за курсову роботу, що виконується в межах певної навчальної дисципліни, окремо не виставляється. Оцінка за курсову роботу, що виконується як окремий вид самостійної навчальної діяльності вноситься до відомості обліку успішності, індивідуального навчального плану студента та залікової книжки.

Результати захисту курсових робіт оцінюються з використанням комплексної системи оцінювання: Європейської кредитно-трансферної системи (ECTS) (за шкалою «А», «В», «С», «D», «Е», «FX», «F»); національної системи («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно»); власної системи ЗВО (за 100-бальною шкалою).

Додаток А

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія (ДДМА)
Кафедра фізичного виховання і спорту

Тур Ірина Іванівна

студентка II курсу, ФКС-18-1
факультету економіки і менеджменту

ПРОГРАМОВАНЕ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

Індивідуальне навчально-дослідне завдання
з теорії і методики фізичного виховання

Науковий керівник: доцент
канд. наук з фіз. вих. і спорту
Черненко С. О.

Краматорськ – 2020

Рисунок А.1 – Титульний аркуш ІНДЗ

Додаток Б
Приклад змісту ІНДЗ

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ДИДАКТИЧНІ МАТЕРІАЛИ ПРОГРАМОВАНОГО НАВЧАННЯ	4
1.1 Контрольні програми і програмовані завдання	5
1.2 Програми навчання	6
1.3 Лінійні програми навчання	7
1.4 Розгалужені програми навчання.....	8
1.5 Програми навчання комбінованого типу	9
1.6 Порівняльна характеристика типів програм навчання.....	10
1.7 Методика розроблення розпоряджень алгоритмічного типу	12
Висновки до першого розділу	13
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	14
2.1 Методи дослідження	14
2.2 Характеристика методів дослідження.....	15
РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ	16
3.1. Доступні навчальні завдання для навчання гімнастичних вправ юнаків старших класів	16
3.2. Тематичний план-графік процесу навчання гімнастичних вправ шкільної програми для учнів старших класів	17
ВИСНОВКИ.....	19
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	20

Додаток В

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія (ДДМА)

Факультету економіки і менеджменту
Кафедра фізичного виховання і спорту

Педагогічні умови ефективного розвитку сили у школярів середніх класів засобами рухливих ігор

Курсова робота
за IV семестр 2019/2020 р
з теорії і методики фізичного виховання
на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Виконала: студентка II курсу
ФКС-18-1
Тур Ірина Іванівна
Науковий керівник:
доцент, канд. наук з фіз. вих. і спорту
Черненко С. О.

Національна шкала _____
Кількість балів _____
Оцінка ECTS _____

«__» _____ 2020 р.

(підпис наукового керівника)

_____	Член комісії	_____	_____
дата		підпис	прізвище, ім'я

Краматорськ – 2020

Рисунок В.1 – Титульний аркуш курсової роботи

Додаток Г
Приклад змісту курсової роботи

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР	4
1.1 Анатомо-фізіологічні та морфофункціональні особливості учнів середнього шкільного віку	4
1.2 Характеристика розвитку силових здібностей учнів середнього шкільного віку	7
1.3 Рухливі ігри в системі фізичного виховання	10
Висновки до 1-го розділу	12
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	13
2.2 Методи дослідження	13
2.3 Організація дослідження	19
РОЗДІЛ 3. ХАРАКТЕРИСТИКА ВПЛИВУ ІГРОВИХ ЗАСОБІВ НА ДИНАМІКУ РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ 5–6-х КЛАСІВ	20
3.1 Характеристика впливу ігрових засобів на динаміку розвитку рухових здібностей учнів 5–6-х класів	20
Висновки до 3-го розділу	28
ВИСНОВКИ	29
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	31
Додаток А	34

Додаток Д

Таблиця Д.1 – Індекс фізичного розвитку (ІФР)

Вік	Стать	Рівень функціональних і рухливих можливостей, %				
		Низький	Нижчий від середнього	Середній	Вищий від середнього	Високий
6	X	0	0	25	41,67	33,33
7	X	0	4,55	13,64	47,73	34,09
8	X	6,67	10	5	38,33	40
9	X	8,62	5,17	20,69	13,79	51,72
10	X	10,34	6,9	17,24	3,45	62,07

Додаток Е

Приклади наведення формул

$$ІФР = P - (MT + ОГК) \quad (2.1)$$

$$\bar{x} = \sum_{i=1}^n x_i, \quad \bar{x} = \frac{x_1 \cdot n_1 + x_2 \cdot n_2 + \dots + x_i \cdot n_i}{n}, \quad (2.2)$$

$$\sigma^2 = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n - 1} \quad (2.3)$$

Додаток Ж

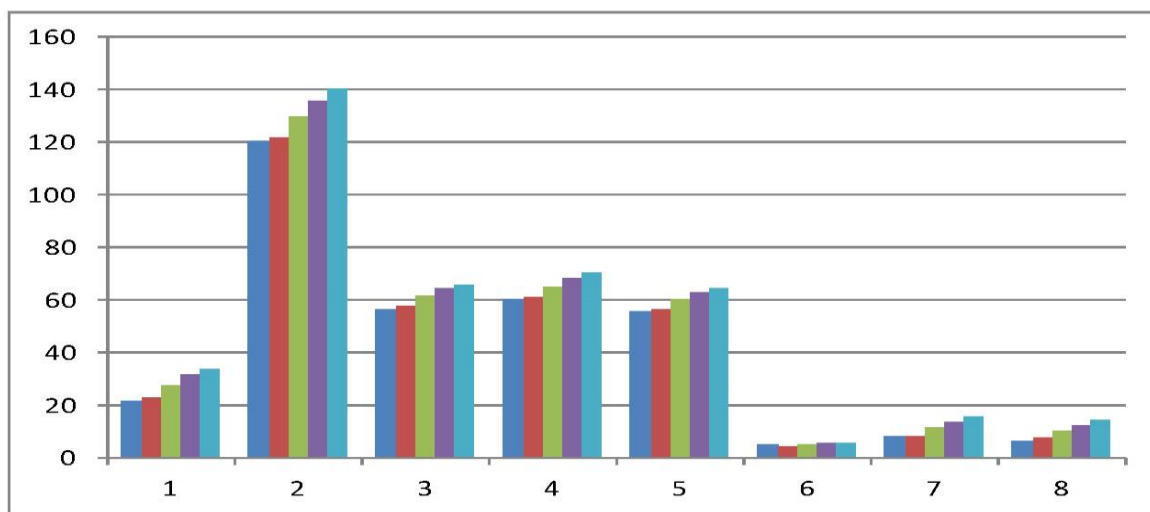


Рис. 3.1. Гістограма показників фізичного розвитку хлопчиків 6–10 років:
 1 – маса тіла, кг; 2 – довжина тіла, см; 3 – обвід грудної клітки, см, пауза; 4 – обвід грудної клітки, см, вдих; 5 – обвід грудної клітки, см, видих; 6 – екскурсія грудної клітки, см; 7 – сила правої кисті, кг; 8 – сила лівої кисті, кг. Ряд1 – 6 років; Ряд2 – 7 років; Ряд3 – 8 років; Ряд4 – 9 років; Ряд5 – 10 років

Додаток К

Приклади оформлення списку використаних джерел

Книга, навчальний посібник

1. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / за ред. Зубалія М. Д. – Вид. 2-ге, перероблене і доп. – Київ, 1998. – 18 с.
2. Платонов В. Н. Теорія та методика спортивного тренування / Платонов В. Н. – Київ: Вища школа, 1984. – 352 с.
3. Сергієнко Л. П. Комплексне тестування рухових здібностей людини : навчальний посібник. – Миколаїв : УДМТУ, 2001. – 360 с.
4. Теорія та методика фізичного виховання: підручник / за ред. Т. Ю. Круцевич. - Київ: Олімпійська література, 2003. - Т. 1. - 422 с.
5. Худолій О. М. Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті : навчальний посібник / Худолій О. М., Іващенко О. В. – Харків : ОВС, 2014. – 320 с.

Монографія

Худолій О. М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків : монографія / Худолій О. М., Іващенко О. В. – Харків : ОВС, 2014. – 320 с.

Стаття із журналу

Худолій О. М. Особливості формування рухових навичок у школярів молодших класів / О. М. Худолій, С. О. Черненко // Теорія та методика фізичного виховання. – 2013. – № 3. – С. 13–21.

Стаття зі збірника

Худолій О. М. Моделювання процесу навчання акробатичних вправ і опорних стрибків школярів молодших класів / О. М. Худолій, О. В. Іващенко, С. О. Черненко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 7. – С. 64–71.

Автореферат дисертації

1. Скалій Т.В. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Скалій Т.В. – Харків, 2006. – 22 с.
2. Худолій О. М. Теоретико-методичні засади системи підготовки юних гімнастів 7–13 років : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Худолій О. М. ; НУФВіСУ. – Київ, 2011. – 44 с.

Дисертації

Корнієнко С. М. Педагогвчні основи фізичного виховання молодших школярів у системі «родина-школа» : Дис. ... канд.пед.наук. – Тернопіль, 2001. – 198 с.

Навчальна програма

Державна програма для 1–11-х класів загальноосвітніх навчальних закладів «Основи здоров'я і фізична культура». – К, 2001. – С. 4–38.

Зарубіжні видання

1. Gert-Jan de B. Active Commuting and Habit Strength: An Interactive and Discriminant Analyses Approach / Gert-Jan de Bruijn, Benjamin Gardner // American Journal of Health Promotion: January/February. – 2011. – Vol. 25, № 3. – P. 27–36.

2. Raczek J. Teoretyczno-empirycznepodstawy kształtowania i diagnozowania koordynacyjnych zdolności motorycznych / Raczek J., Mynarski W., Ljach W. – Katowice, 1998. – 187 s.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Організація та методика підготовки курсових та дипломних робіт (методичні рекомендації) / Васін Ю. Г., Короп М. Ю., Короп Ю. А. [та ін.] - Київ: РУМК ОСПО, 1990. - 44 с.
2. Козлова К. П. Методичні рекомендації для виконання курсових та дипломних робіт з теорії і методики фізичного виховання / Козлова К. П., Іваськевич М. Я. – Вінниця, 1993. – 36 с.
3. Круцевич Т. Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей та підлітків у процесі фізичного виховання / Круцевич Т. Ю. - К.: Здоров'я. 1991. - 254 с.
5. Сергієнко Л. П. Контрольні і курсові роботи з теорії та методики фізичного виховання : навчально-методичний посібник / Л. П. Сергієнко – Херсон: Наддніпрянська правда, 1997. – 72 с.
6. Методичні рекомендації до виконання реферативних, курсових, кваліфікаційних та магістерських робіт для студентів факультету фізичного виховання, фізичної реабілітації та спортивної медицини / [Е. В. Макарова, І. М. Башкін, Ю. А. Бородин та ін.]. – К., 2005. – 53 с.
7. Мороз І. В. Структура дипломних, кваліфікаційних робіт та вимоги до їх написання, оформлення і захисту : навчальний посібник / Мороз І. В. – Київ, 1997. – 53 с.
8. Начинська С. В. Основи спортивної статистики / Начинська С. В. – К. : Вища школа, 1987. – 187 с.
9. Сергієнко Л. П. Методологія конструювання тестів знань для фахівців фізичного виховання та спорту / Сергієнко Л. П. // Теорія та методика фізичного виховання : науково-методичний журнал. – Харків : ОВС, 2010. – № 3. – С. 7–10.
10. Іващенко О. В. Дисципліна «Загальні основи теорії та методики фізичного виховання». Критерії оцінювання. Повідомлення III. / Іващенко О. В., Худолій О. М. // Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. -Харків: ОВС, 2012. - № 1. - С. 19-27.

Навчальне видання

ТЕОРІЯ Й МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Методичні вказівки

до виконання

індивідуальних навчально-дослідних завдань і курсових робіт
для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

Укладачі: ЧЕРНЕНКО Сергій Олександрович,
 ОЛІЙНИК Олег Миколайович,
 ДОЛИННИЙ Юрій Олексійович

Редагування, комп'ютерне верстання

Я. О. Бершацька

69/2019. Формат 60 × 84/16. Ум. друк. арк. 2,36.
Обл.-вид. арк 1,72. Тираж 50 пр. Зам. №28

Видавець і виготівник

Донбаська державна машинобудівна академія
84313, м. Краматорськ, вул. Академічна, 72.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
серія ДК №1633 від 24.12.2003