

**ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Факультет фізичної культури, спорту та здоров'я

**Кафедра фітнесу та циклічних видів спорту,
Кафедра теорії спорту та фізичної культури**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО НАПИСАННЯ КУРСОВИХ РОБІТ
для студентів спеціальності
017 Фізична культура і спорт**

Луцьк – 2022

УДК 378.147.85(06)

Рецензенти:

Н.О. Белікова, завідувач кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, доктор педагогічних наук, професор

О. Л. Дишко, доцент кафедри фізичної культури Луцького педагогічного коледжу, кандидат педагогічних наук, доцент

Рекомендовано до друку науково-методичною радою ВНУ імені Лесі Українки (протокол № 2 від 19 жовтня 2022 року)

Автори-упорядники: к.н. фіз.вих., доц. С. Я. Індика;
к.н. фіз.вих., доц. Ж. С. Мудрик

М 54 Методичні рекомендації до написання курсових робіт для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт / авт.-упор. С.Я. Індика, Ж.С. Мудрик. – Волинськ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. – 45 с.

У методичних рекомендаціях розкрито основні теоретичні й практичні питання з написання та проведення науково-дослідної, експериментальної роботи, оформлення та захисту курсової роботи. Методичні рекомендації призначені для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

© Індика С.Я., Мудрик Ж.С., 2022

ЗМІСТ

ВСТУП		4
РОЗДІЛ 1	КУРСОВА РОБОТА ТА ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ	6
1.1	Курсова робота як кваліфікаційне дослідження	6
1.2	Послідовність виконання курсової роботи	7
1.3	Підготовчий етап роботи над курсовою роботою	8
1.4	Робота над текстом курсової роботи	11
1.5	Заключний етап роботи над курсовою роботою	14
РОЗДІЛ 2	ЗМІСТ ТА ОФОРМЛЕННЯ КУРСОВОЇ РОБОТИ	18
2.1	Вимоги до змісту курсової роботи	18
2.2	Загальні положення щодо оформлення курсової роботи	22
2.3	Нумерація та ілюстрації	23
2.4	Загальні правила цитування та посилання на використані джерела	27
2.5	Типові помилки в написанні та оформленні курсової роботи	29
РОЗДІЛ 3	ПІДГОТОВКА ДО ЗАХИСТУ ТА ЗАХИСТ КУРСОВОЇ РОБОТИ	31
3.1	Підготовка до захисту курсової роботи	31
3.2	Процедура захисту курсової роботи	31
3.3	Оцінювання курсових робіт	32
ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ		34
ДОДАТКИ		36

ВСТУП

Однією з форм навчально-дослідницької роботи у закладах вищої освіти, яка має на меті отримання навичок проведення пошукових та прикладних досліджень, систематизації й оформлення отриманих результатів, є написання студентської курсової роботи.

Курсова робота аналітичного змісту являє собою самостійну закінчену працю реферативного, методичного чи дослідницького характеру. Відмінність перерахованих видів робіт полягає в наступному. Написання реферату являє собою короткий виклад змісту наукових праць одного чи декількох авторів по темі роботи. У курсовій роботі методичного характеру має бути проаналізовано та обґрунтовано спосіб чи сукупність прийомів досягнення педагогічної мети чи вирішення конкретної задачі в галузі фізичного виховання.

Курсова робота дослідницького характеру являє собою процес формування знань на основі спеціально організованого досвіду (експерименту), що характеризується об'єктивністю, можливістю відтворення, доказовістю і точністю. Така робота має два рівні – емпіричний і теоретичний. Емпіричний (від грец. *imperia* – досвід) заснований на знаннях, досвіді, послідовному процесі, на активному мисленні, осмислюванні явищ. Теоретичний рівень ґрунтується на вивченні накопиченого наукового потенціалу, викладеного в літературних джерелах, пошуку умов оптимальної реалізації на практиці досягнень науки в галузі фізичної культури.

Курсова робота зі спеціальності «Фізична культура і спорт» – самостійна навчальна, навчально-методична робота студента, виконана під керівництвом викладача. Мета курсової роботи полягає у розвитку навичок самостійного творчого потенціалу у студентів, закріплення, поглиблення й узагальнення знань, отриманих під час навчання, та їхнє застосування в комплексному вирішенні конкретного завдання за фахом.

Специфіка навчання на факультеті фізичної культури, спорту та здоров'я викликає необхідність інтеграції в курсових роботах усього комплексу знань, накопичених студентами при вивченні гуманітарних, загальнотеоретичних, медико-біологічних та фахових дисциплін.

Структура курсової роботи повинна відповідати загальним

вимогам щодо її написання. Однак, деякі розділи, підрозділи та пункти курсової роботи зі спеціальності Фізична культура і спорт мають свою специфіку щодо змісту написання.

Тематика курсових робіт щорічно обговорюється і затверджується кафедрою при підготовці документації до початку навчального року. Визначаються керівники курсових робіт, що разом зі студентами вибирають теми курсових робіт.

РОЗДІЛ 1

КУРСОВА РОБОТА ТА ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1. Курсова робота як кваліфікаційне дослідження

Курсова робота – це самостійне навчально-наукове дослідження студента, яке виконується з певного курсу або з окремих його розділів. Вона виконується з метою закріплення, поглиблення і узагальнення знань, одержаних студентами за час навчання, та їх застосування для комплексного вирішення конкретного фахового завдання.

Тематика курсових робіт має відповідати завданням навчальної дисципліни і тісно пов'язуватися з практичними потребами конкретного фаху (*додаток А*). Вона затверджується на засіданні кафедри. Виконання курсових робіт визначається графіком.

Курсова робота допомагає студентові систематизувати отримані теоретичні знання з вивченої дисципліни, перевірити якість цих знань; оволодіти первинними навичками проведення сучасних досліджень. Процес написання курсової роботи дає можливість виявити здатність студента самостійно осмислити проблему, творчо, критично її дослідити; вміння збирати, аналізувати і систематизувати літературні (архівні) джерела; здатність застосовувати отримані знання при вирішенні практичних завдань; формулювати висновки, пропозиції і рекомендації з предмета дослідження. Випадає й слушна можливість проконтролювати вміння студента правильно організувати свою дослідницьку роботу та оформити її результати.

Курсова робота як самостійне навчально-наукове дослідження має виявити рівень загальнонаукової та спеціальної підготовки студента, його здатність застосовувати одержані знання під час вирішення конкретних проблем, його схильність до аналізу та самостійного узагальнення матеріалу з теми дослідження.

Студенту надається право вибирати тему курсової роботи із затвердженого кафедрою переліку або запропонувати свою тему з обґрунтуванням її розробки.

Керівництво курсовими роботами здійснюється, як правило, кваліфікованими викладачами. Організація і контроль за процесом підготовки й захисту курсових робіт покладаються на завідуючих

кафедрами.

Тематика курсових робіт щорічно коригується з урахуванням набутого на кафедрах досвіду, побажань фахівців (*додаток А*).

Незалежно від обраної теми, **структура курсової** роботи повинна містити:

- титульний аркуш (1 сторінка);
- зміст (1 сторінка);
- перелік умовних позначень (за потреби);
- вступ (2-3 сторінки);
- основну частину, що розкриває теорію питання та досвід практичної роботи (розділ 1 – описує стан дослідження питання (10-12 сторінок); розділ 2 – визначає методи та організацію дослідження (2-5 сторінок); розділ 3 – описує результати власних досліджень та їхнє обговорення (10-15 сторінок);
- висновки (1-3 сторінок);
- список використаної літератури (20-30 джерел);
- додатки (за потреби).

Текст курсової роботи можна використати для наступного написання та оформлення доповіді, реферату, статті, тез доповіді та ін.

1.2. Послідовність виконання курсової роботи

Курсова робота має свою специфіку, деталі завжди потрібно узгоджувати з науковим керівником.

Раціональніше організувати роботу над курсовою роботою, правильно розподілити свій час, спланувати його, глибоко і своєчасно розробити вибрану тему допоможе **алгоритм написання курсової роботи**. Він дисциплінує виконавця, лімітує термін, відведений на вибір теми, підбір та аналіз літератури з теми дослідження, написання, оформлення і захист курсової роботи.

Курсову роботу доцільно виконувати в такій послідовності:

- вибір теми;
- з'ясування об'єкта і предмета;
- визначення мети і завдань дослідження;
- виявлення і відбір літератури з теми, її вивчення;
- складання попереднього плану;

- написання вступу;
- виклад теорії і методики;
- вивчення досвіду роботи;
- формулювання висновків і рекомендацій;
- оформлення списку використаних джерел та додатків.

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

Виконання курсової роботи організується відповідно до графіка, затвердженого кафедрою.

Процес роботи над дослідженням поділяється на три основні етапи:

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

1.3. Підготовчий етап роботи над курсовою роботою

Цей етап починається з **вибору теми** курсової роботи, її осмислення та обґрунтування. З переліку тем, запропонованих кафедрою, студент вибирає ту, яка найповніше відповідає його навчально-виробничим інтересам. Перевага надається темі, при розробці 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 **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 даній роботі, є головними, визначальними для конкретного дослідження. Таким чином, предмет дослідження є вужчим, ніж об'єкт.

Визначаючи об'єкт, треба знайти відповідь на запитання: що розглядається? Разом з тим предмет визначає аспект розгляду, дає уявлення про зміст розгляду об'єкта дослідження, про те, які нові

відношення, властивості, аспекти і функції об'єкта розкриваються. Іншими словами, об'єктом виступає те, що досліджується. А предметом — те, що в цьому об'єкті має наукове пояснення.

Найбільш точно, науково обгрунтоване визначення об'єкта дослідження — це не формальна, а суттєва, змістова наукова акція, зорієнтована на виявлення місця і значення предмета дослідження в 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 загальної проблеми дослідження (наприклад, виявлення сутності понять, явищ, процесів, подальше вдосконалення їх вивчення, розробка ознак, рівнів функціонування, критеріїв ефективності, принципів та умов застосування тощо);
- всебічне (за необхідності й експериментальне) вивчення практики вирішення даної проблеми, виявлення її типового стану, недоліків і труднощів, їх причин, типових особливостей передового досвіду; таке вивчення дає змогу уточнити, перевірити дані, опубліковані в спеціальних неперіодичних і періодичних виданнях, підняти їх на рівень наукових фактів, обгрунтованих у процесі спеціального дослідження;

- обґрунтування необхідної системи заходів щодо вирішення даної 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 і зусиль;
- розробка 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 і картотеки кафедр та бібліотеки вищого навчального закладу, а також провідних наукових бібліотек міста, бібліотечні посібники, прикнижні та пристатейні списки літератури, виноски і посилання в підручниках, монографіях, словниках та ін., покажчики 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 точніше визначити напрями та основні розділи свого дослідження.

Пошук літератури в бібліотеці починається з алфавітного каталогу, у якому є набір карток. Картки містять імена авторів, назви книг або журнальних статей, а також коди книг, за якими бібліотечний працівник може її знайти у фонді.

Пошук літературних джерел може продовжуватися такими шляхами:

- вивчення списків літератури, на які посилаються автори у джерелах, що вивчаються; цей шлях дає змогу знайти першоджерела будь-яких теорій або оригінальних даних;
- для розширення обсягу літератури, що вивчається, можна звернутися до систематичного каталогу, у якому картки вже згруповані згідно зі схемою бібліографічної класифікації відповідної науки;
- для ознайомлення з останніми досягненнями науки з будь-якої наукової проблеми слід звернутися до реферативних журналів,

де, як і в систематичному каталозі, усі роботи згруповано й наведено реферати книг і статей, опублікованих останніми місяцями.

Пошук, зазвичай, виконується задля написання літературного огляду, а в кінці його потрібно навести список використаної літератури, який має оформлятися відповідно до державних стандартів, що діють на відповідний момент, для опису наукової літератури. Кожне посилення має включати певний набір інформації: прізвище й ініціали автора (або авторів), найменування джерела, вид джерела (наприклад, підручник, навчальний посібник і т. д.), місто й видавництво, де видано джерело, рік видання, кількість сторінок у даному джерелі.

Літературний огляд пишеться за наслідками аналізу методичних, наукових інформаційних джерел у два етапи. На першому етапі проводиться систематизація всього зібраного матеріалу за формальними ознаками. Наприклад, історичне розміщення джерел. Мета першого етапу – ознайомлення з літературним оглядом за темою, що дає підставу для проведення попередніх досліджень – і теоретичних, і експериментальних. Другий етап написання огляду починається після завершення досліджень і формулювання висновків. На другому етапі написання літературного огляду зосереджується увага на описі об'єкта моделювання й особливостей його функціонування, з акцентуванням уваги читача на помилкових поглядах або відсутності досліджень будь-яких особливостей об'єкта. Зазначимо, що в міру проведення власних експериментів дослідник збирає додаткову літературу, яка безпосередньо або опосередковано підтверджує його результати, тому остаточно літературний огляд пишеться в останню чергу, після висновків й обговорення матеріалів дослідження. Однак у багатьох наукових дослідженнях літературний огляд поданий як сума думок фахівців, без якого-небудь критичного аналізу суті робіт, без формулювання гіпотези дослідження.

1.4. Робота над текстом курсової роботи

Другий етап починається з **вивчення та конспектування літератури з теми 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 одну сторону окремих аркушів 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 та 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

розкрити. 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 їх 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 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.

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 їх функціонуванні, визначити тенденції та перспективи подальшого розвитку.

Кількісні дані, що ілюструють практичний досвід роботи, можна проаналізувати за методом ранжованого ряду, розподіливши матеріали за роками, звівши їх у статистичні таблиці, таблиці 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.

1.5. Заключний етап роботи над курсовою роботою

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; визначаються об'єкт, предмет, мета і завдання дослідження; розглядаються 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, в який включають найбільш цінні, актуальні роботи. 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 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.

Логічним завершенням курсової роботи є **висновки**. Головна їх 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 те позитивне, що вдалося виявити в результаті вивчення теми, а й недоліки та проблеми, а також конкретні рекомендації щодо їх 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, 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 дотримуватися вимог державного стандарту. 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. У тексті роботи слід давати у дужках посилання на номери списку. Якщо необхідно вказати номер сторінки, її ставлять через кому після номера видання.

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. Обсяг курсової роботи має бути в межах 25-35 сторінок машинопису, без урахування додатків і списку літератури.

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 із теми роботи, але постійно думати над нею. У цей період, коли тема вивчена та викладена, 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 виграс. Під час підготовки чернетки слід ретельно відредагувати кожне речення, звернути увагу 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.

При згадуванні в тексті прізвищ (учених-дослідників, практиків) ініціали, як правило, ставляться перед прізвищем (Ю.М. Столяров, а не Столяров Ю.М., як це прийнято в списках літератури).

Чернетку роботи треба писати на окремих аркушах паперу з однієї сторони з полями (приблизно шириною 3-4 см) чорнилом, чітко і розбірливо. Недотримання такої вимоги ускладнює внесення автором необхідних змін до тексту, які можна зробити на полях або на зворотному боці аркуша. Тут же можуть бути зроблені зауваження або пропозиції керівником роботи. 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 роздруковувати 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.

РОЗДІЛ 2

ЗМІСТ ТА ОФОРМЛЕННЯ КУРСОВОЇ РОБОТИ

2.1. Вимоги до змісту курсової роботи

Титульний аркуш наукової роботи. Титульний аркуш містить найменування вищого навчального закладу, кафедру, де виконана випускна робота; прізвище, ім'я, по батькові автора; назву випускної роботи; науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові наукового керівника; місто й рік (*додаток Б*).

Зміст подають на початку наукової роботи. Він містить найменування та номери початкових сторінок усіх розділів, підрозділів та пунктів (якщо вони мають заголовки), зокрема вступу, висновків до розділів, загальних висновків, додатків, списку використаної літератури й ін.

Перелік умовних позначень, символів, одиниць, скорочень і термінів (за потреби). Якщо в науковій роботі вжито специфічну термінологію, а також використано маловідомі скорочення, нові символи, позначення тощо, то їхній перелік може бути поданий у вигляді окремого списку, який розміщують перед вступом.

Перелік треба друкувати двома колонками, у яких зліва за абеткою наводять, наприклад, скорочення, справа – їх докладну розшифровку.

Якщо в науковій роботі спеціальні терміни, скорочення, символи, позначення тощо повторюються менше трьох разів, перелік не складають, а їх трактовку наводять у тексті при першому згадуванні.

Вступ. У вступі (обсягом 2–5 сторінок) розкривається низка питань, яким присвячена робота. Викладається **обґрунтування актуальності теми**, розкривається теоретична та практична потреба в проведенні цієї роботи як наслідок проблемної ситуації, а саме:

- висвітлення зв'язку наукової проблеми з основними тенденціями розвитку фізичної культури й спорту та її соціальне значення;
- обґрунтування важливості проблеми та необхідності її розкриття сьогодні;

- узагальнення й аналіз результатів досліджень науковців за останні роки та визначення нерозкритих або сумнівних питань, позицій, напрямів.

Об’єкт вивчення (дослідження) – це процес або явище, що породжує проблемну ситуацію й обране для вивчення. За загальнонауковим поняттям, – це те, що протистоїть суб’єктові (у цьому разі – студентові-дослідникові) у його предметно-практичній та пізнавальній діяльності, а саме під час написання наукової праці з конкретної теми. Формулювання об’єкта дослідження повинні містити пояснення, у якій галузі знань, сфері діяльності проводиться вивчення. Наприклад, “Об’єктом дослідження є система комплексного контролю за підготовленістю кваліфікованих гандболістів”.

Предмет вивчення (дослідження) являє собою те, на що спрямовано думку, що складає зміст чи на що спрямовано будь-яку дію.

Наприклад: “Предмет досліджень складає комплекс психофізіологічних показників, які використовувались у процесі контролю за підготовленістю гандболістів”.

Мета дослідження – визначення основного питання, на розв’язання якого спрямована робота. Назва роботи повинна відобразитись у формулюванні мети. Наприклад, “Визначення критеріїв рівня підготовленості гандболістів високої кваліфікації за результатами оцінювання їхніх індивідуальних психофізіологічних показників”.

Завдання дослідження. Кожна тема, як би конкретно вона не була визначена, може мати кілька вирішень, які стають предметом вивчення (дослідження).

Завдань ставиться декілька, і кожне з них, будучи чітко сформульованим, відображає загальну ідею роботи, розкриває визначену її складову частину.

Визначаючи оптимальну кількість завдань, слід урахувувати їхній взаємний зв’язок і логічну послідовність вивчення.

Кожне завдання повинно знайти своє розв’язання та відображення в одному чи декількох висновках.

Теоретичне значення роботи полягає у аналітичному огляді вітчизняних і зарубіжних публікацій за темою роботи.

Практичне значення роботи і шляхів упровадження результатів викладають після формулювання мети та завдань дослідження. Тут слід стисло описати значення отриманих автором результатів для

практики й указати способи, методи та шляхи їхнього впровадження у сфері фізичної культури і спорту, інших сферах діяльності людини.

Структура й обсяг роботи. У цій частині вступу перераховуються розділи, кількість вітчизняних, зарубіжних джерел літератури, сторінок тексту, рисунків і таблиць.

Розділ I. Стан дослідження питання. У цій частині аналізуються вітчизняні й зарубіжні наукові джерела з теми роботи. Автор має зробити критичний аналіз літератури та вказати чинники, які викликають суперечності щодо деяких положень, що містяться в тій чи іншій опублікованій роботі, а також обґрунтувати проведення додаткових досліджень.

Аналіз наукової, навчально-методичної й іншої літератури, використаної в роботі, потрібно закінчити стислим висновком (резюме), де обґрунтовуються мета й завдання подальших досліджень. Обсяг розділу не повинен перевищувати 10–12 сторінок тексту курсової роботи.

Розділ II. Методи й організація досліджень. Цей розділ складається із двох підрозділів:

1. Опис застосовуваних у роботі методів вивчення (дослідження).

2. Опис умов організації досліджень.

У розділі “Методи дослідження” на 2–3 сторінках потрібно (стисло) описати всі методи, які використовує автор у роботі:

педагогічні (спостереження, анкетування, педагогічний експеримент, хронометрування);

медико-біологічні (морфологічні, методи дослідження склепіння стопи, оцінювання фізичного розвитку);

методи визначення рухових якостей (сили м’язів, силової витривалості, швидкості, гнучкості, координаційних здібностей, фізичної працездатності)

методи математичної статистики: до опису статистичних методів обробки експериментальних даних пред’являються такі самі вимоги, як і до інших.

Особливістю цих методів є визначена послідовність їхнього використання.

У розділі «Організація дослідження» автор подає логічно побудований опис місця, тривалості, етапів проведення досліджень; кількості

випробуваних (обстежених, що спостерігалися, опитаних учасників експерименту і т. д.); характеристики обстежуваного контингенту за різними параметрами (віку, статі, стану здоров'я, виду спорту, рівня підготовленості, типу вищої нервової діяльності, спортивних результатів тощо); характеристики умов проведення досліджень.

Розділ III. Результати власних досліджень та їхнє обговорення. Типова структура розділу: стислий вступ; повторний виклад завдань дослідження; виклад експериментального матеріалу; резюме (стислий висновок).

Зміст складових частин типової структури:

1. Стислий вступ. Його ціль – показати логіку побудови цього розділу й конкретизувати її переліком підрозділів у їхній послідовності.

2. Згідно із завданнями дослідження отриманий експериментальний матеріал доцільно подати в логічній послідовності у вигляді поставлених завдань, доказу нових положень, виявлення закономірностей досліджуваних процесів і явищ слід провести їхній опис та характеристику, зіставляючи з уже відомим матеріалом чи концепціями.

3. Наприкінці кожного розділу має бути резюме (короткий висновок), який містить виклад підсумків роботи з розв'язання конкретного завдання. Обсяг резюме – не більше однієї сторінки.

Обсяг розділу: 10–15 сторінок.

Висновки мають відповідати темі й охоплювати всі поставлені в роботі завдання, бути конкретними, логічними та лаконічними, а деякі з них, які містять елементи новизни, – включати узагальнені кількісні дані й містити рекомендації з теоретичної та практичної реалізації отриманих автором результатів.

Висновки містять у конкретизованій формі кінцевий результат виконаної роботи й показують перспективу подальших досліджень із відповідної теми. Обсяг загальних висновків – 1–3 сторінок.

Список використаних джерел. Список літератури курсової роботи має включати бібліографічний опис публікацій, використаних автором. Оформлюючи список літератури, слід дотримуватися встановлених вимог (*додаток В*).

Список літератури складається за абеткою. У наукових працях допускається робити посилання на літературу, указуючи прізвище

першого автора (якщо їх декілька) чи першого слова в назві видання, або інтернет-джерело. Роботи авторів-однофамільців розміщуються за абеткою відповідно до їх ініціалів (імен). Роботи одного автора розміщують за роками публікацій, а роботи, видані в тому самому році, – за абеткою згідно з назвами видання.

Літературу іноземними мовами розміщують після джерел, виданих українською (за абеткою відповідної мови). Зазвичай, літературу, видану англійською, німецькою, французькою й іншими мовами, поєднують.

Додатки. Для кращого сприйняття тексту курсової а також більшої переконливості й вірогідності фактичного матеріалу в роботі використовується розділ “Додатки”.

Цей розділ містить:

1. Зразки використовуваних у роботі документів (анкети опитування, протоколи досліджень, змагань, тестування і т. д.), якщо вони відрізняються від загальноприйнятих і розроблені самим автором.

2. Таблиці, малюнки, рисунки, схеми, фотографії робочих моментів чи умов досліджень, які додатково розкривають деталі роботи.

3. Допоміжні ілюстрації.

2.2. Загальні положення щодо оформлення курсової роботи

Обсяг курсової роботи розрахований на використання під час їхнього оформлення шрифту текстового редактора *Word — Times New Roman*, розміром 14 із полуторним міжрядковим інтервалом на папері формату А4 (210×297 мм) до тридцяти рядків на сторінці. Текст друкують, залишаючи поля таких розмірів: ліве –30 мм; праве –10 мм; верхнє –20 мм; нижнє –20 мм.

Шрифт друку має бути чітким, чорного кольору середньої жирності. Щільність тексту дослідження – усюди однакова.

Курсова робота повинна містити титульний аркуш. На ньому вказуються міністерство, назва закладу, в якому виконувалася курсова робота, назва кафедри, повна назва теми роботи, прізвище та ініціали студента, курс, група, факультет, де він навчається, прізвище, ініціали, вчене звання наукового керівника, рік і місце виконання роботи.

На наступній сторінці розміщується зміст із позначенням сторінок, на яких кожний з елементів плану викладений у роботі. Всі

розділи і підрозділи, що є у плані, мають бути виділені в тексті заголовками та підзаголовками.

Кожну структурну частину курсової роботи треба починати з нової сторінки. До загального обсягу наукової роботи не входять додатки, список використаних джерел. Однак усі сторінки зазначених елементів дослідження підлягають суцільній нумерації.

Текст основної частини дослідження поділяють на розділи, підрозділи, пункти та підпункти. Заголовки структурних частин студентської наукової роботи “ЗМІСТ”, “ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ”, “ВСТУП”, “РОЗДІЛ”, “ВИСНОВКИ”, “СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ”, “ДОДАТКИ” друкують великими літерами симетрично до набору. Заголовки підрозділів друкують малими літерами (крім першої великої) з абзацного відступу. Крапку в кінці заголовка не ставлять. Якщо заголовок складається з двох або більше речень, їх розділяють крапкою. Заголовки пунктів друкують маленькими літерами (крім першої великої) з абзацного відступу в розбивку в підбір до тексту. У кінці заголовка, надрукованого в підбір до тексту, крапка не ставиться.

До формулювань заголовків (назв) розділів (глав) і підрозділів (параграфів) курсової роботи висуваються такі основні вимоги: стислість, чіткість і синтаксична різноманітність у побудові речень, з переважанням простих, поширених, послідовне та точне відображення внутрішньої логіки змісту роботи.

2.3. Нумерація та ілюстрації

Нумерацію сторінок, розділів, підрозділів, пунктів, підпунктів, рисунків (малюнків), таблиць, формул подають арабськими цифрами без знака №.

Першою сторінкою роботи є титульний аркуш, який підлягає загальній нумерації сторінок наукового дослідження. На титульному аркуші номер сторінки не ставлять, на наступних – номер про- ставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки в кінці.

Такі структурні частини курсової роботи, як зміст, перелік умовних позначень, вступ, висновки, список використаних джерел, не мають порядкового номера. Звертаємо увагу на те, що всі аркуші, на яких розміщені згадані структурні частини роботи, нумерують звичайним чином. Не нумерують лише їхні заголовки, тобто не можна

друкувати: “1. ВСТУП” або “Розділ 6. ВИСНОВКИ”. Номер розділу ставлять після слова “РОЗДІЛ”, після номера крапку не ставлять, потім із нового рядка друкують заголовок розділу.

Підрозділи нумерують у межах кожного розділу. Номер підрозділу складається з номера розділу й порядкового номера підрозділу, між якими ставлять крапку. У кінці номера підрозділу повинна стояти крапка, наприклад: “2.3.” (третій підрозділ другого розділу). Потім у тому ж рядку наводять заголовок підрозділу.

Зразок

РОЗДІЛ III

ОЗДОРОВЧИЙ ВПЛИВ ПЛАВАННЯ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

3.1. Визначення стану здоров'я, антропометричних даних та параметрів рівня фізичної підготовленості старших дошкільників

Пункти нумерують у межах кожного підрозділу. Номер пункту складається з порядкових номерів розділу, підрозділу, пункту, між якими ставлять крапку. У кінці номера повинна стояти крапка, наприклад: “1.3.2.” (другий пункт третього підрозділу першого розділу). Потім у тому самому рядку наводять заголовок пункту. Пункт може не мати заголовка.

Підпункти нумерують у межах кожного пункту за такими самими правилами, як пункти.

Ілюстрації (фотографії, креслення, схеми, графіки, карти) і таблиці слід подавати в науковій роботі безпосередньо після тексту, де вони згадані вперше, або на наступній сторінці. Ілюстрації й таблиці, розміщені на окремих сторінках курсової роботи, вносять до загальної нумерації сторінок. Таблицю, малюнок або креслення, розміри якого більші формату А4, ураховують як одну сторінку й розміщують у відповідних місцях після згадування в тексті або в додатках.

Ілюстрації позначають словом “Рис.” і нумерують послідовно в межах розділу, за винятком ілюстрацій, наведених у додатках.

Номер ілюстрації повинен складатися з номера розділу та порядкового номера ілюстрації, між якими ставиться крапка. Наприклад: Рисунок 3.1 (перший рисунок третього розділу). Номер ілюстрації, її назву та пояснювальні підписи розміщують послідовно під ілюстрацією. Якщо в розділі подано одну ілюстрацію, то її нумерують за загальними правилами.

Якщо в розділі наукової роботи одна таблиця, її нумерують за загальними правилами.

Переносячи частини таблиці на інший аркуш (сторінку), слово “Таблиця” і номер її вказують один раз справа над першою частиною таблиці, над іншими частинами пишуть слова “Продовж. табл.” і вказують номер таблиці, наприклад: “Продовж. табл. 3.1”.

Зразок

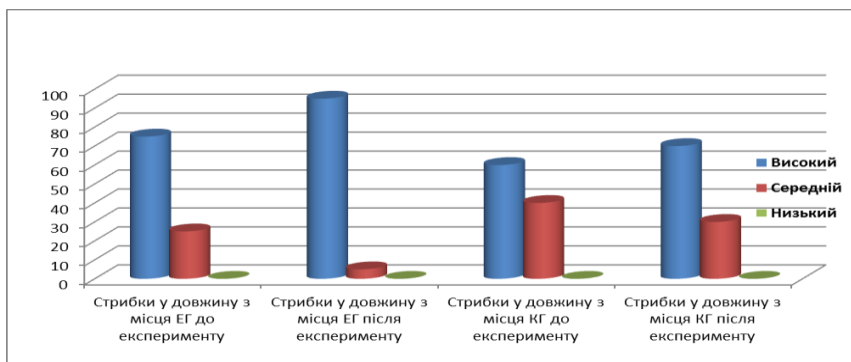


Рисунок 3.1. Результати стрибка у довжину з місця у дітей старшого дошкільного віку експериментальної та контрольної груп до і після експерименту

Таблиці нумерують послідовно (за винятком таблиць, поданих у додатках) у межах розділу. У правому верхньому куті над відповідним заголовком таблиці розміщують напис “Таблиця” із зазначенням її номера. Номер таблиці повинен складатися з номера розділу та порядкового номера таблиці, між якими ставиться крапка, наприклад: “Таблиця 3.1” (перша таблиця третього розділу).

Цифровий матеріал, як правило, повинен оформлюватись у вигляді таблиць.

**Негативні чинники, які впливають на ставлення
до фізичного виховання, %**

Показник	Клас навчання в школі		
	4	5	6
Нецікаво	15,2	13,5	18,9
Нестача вільного часу	38,7	37,7	35,9
Відсутня спортивна база	18,9	16,5	17,5
Сімейні обставини	6,4	9,5	8,4
Стан здоров'я	13,8	12,3	8,7
Відсутні спортивні секції	18,2	17,7	14,4
Відсутня сила волі	6,3	10,7	8,9
Втома під час навчання	17,4	16,5	18,7
Є цікавіші заняття	19,1	13,6	17,5
Друзі не займаються, і я	3,2	2,9	4,4

Формули в науковій роботі (якщо їх більше однієї) нумерують у межах розділу. Номер формули складається з номера розділу та порядкового номера формули в розділі, між якими ставлять крапку. Номери формул пишуть біля правого поля аркуша на рівні відповідної формули в круглих дужках, наприклад: (3.1) – перша формула третього розділу.

Зразок

$$PWC_{170} = \frac{(W_3 - W_2) \times (170 - ЧСС_3) + W_3}{(ЧСС_3 - ЧСС_2)}, \quad (3.1)$$

Маса тіла, кг

де W_2 і W_3 – навантаження 2 і 3-го ступенів тесту; $ЧСС_2$ і $ЧСС_3$ – частота серцевих скорочень у кінці 2 і 3-го ступенів.

Використовуючи формули, слід дотримуватися певних правил. Найбільші, а також довгі та громіздкі формули, котрі мають у складі знаки суми, добутку, диференціювання, інтегрування, розміщують на окремих рядках. Це стосується також і всіх нумерованих формул. Для

економії місця кілька коротких однотипних формул, відокремлених від тексту, можна подати в одному рядку, а не одну під одною. Невеликі нескладні формули, які не мають самостійного значення, уписують усередині рядків тексту.

Пояснення значень символів і числових коефіцієнтів слід наводити безпосередньо під формулою в тій послідовності, у якій вони наведені у формулі. Значення кожного символу та числового коефіцієнта треба подавати з нового рядка. Перший рядок пояснення починають зі слова “де” без двокрапки.

Рівняння та формули відокремлюють від тексту. Вище й нижче кожної формули залишають інтервал, не менший одного рядка. Якщо рівняння не вміщується в один рядок, його переносять після знака рівності (=) або після знаків плюс (+), мінус (-), множення (x). Нумерувати слід лише ті формули, на які є посилання в подальшому тексті. Інші нумерувати не рекомендується.

Порядкові номери позначають арабськими цифрами в круглих дужках біля правого поля сторінки без крапок від формули до її номера. Номер, який не вміщується в рядку з формулою, переносять у наступний нижче формули. Номер формули під час її перенесення вміщують на рівні останнього рядка.

Розділовими знаками між формулами, котрі йдуть одна під одною й не відокремлені текстом, можуть бути кома або крапка з комою безпосередньо за формулою до її номера.

2.4. Загальні правила цитування та посилання на використані джерела

Під час написання наукової роботи студент повинен посилатися на джерела, матеріали або окремі результати, які наводяться в дослідженні або на ідеях і висновках яких розроблюються проблеми, завдання, питання, що вивчаються. Такі посилання дають змогу відшукати документи, перевірити достовірність відомостей про цитування документа, забезпечують необхідну інформацію про нього, допомагають з'ясувати його зміст, мову тексту, обсяг. Посилатися слід на останні видання публікацій. На більш ранні видання можна посилатися лише в тих випадках, коли наявний у них матеріал не входить до останнього видання.

Коли використовують відомості, матеріали з монографій, оглядо-

вих статей, інших джерел із великою кількістю сторінок, то в посиланні слід точно вказати номери сторінок, ілюстрацій, таблиць, формул із джерела, на яке є посилання в науковій роботі.

Посилання у тексті наукової роботи на джерела слід зазначати порядковим номером за переліком посилань, виділеним двома квадратними дужками, наприклад, "...у працях [1-7]..."

Якщо в тексті роботи необхідно зробити посилання на складову частину чи конкретні сторінки відповідного джерела, можна наводити посилання у квадратних дужках, при цьому номер посилання має відповідати його бібліографічному опису за переліком посилань.

Приклад:

Цитата в тексті: «...науковими можна вважати лише ті знання, які розкривають сутність явищ і процесів [65, с. 7]».

Відповідний опис у переліку посилань:

65. Шиян Б. М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. / Б. Шиян, О. Вацеба. – Т. : Навч. кн. – Богдан, 2008. – 276 с.

Рекомендується в основному тексті або в завершальних абзацах розділів давати посилання на особисті наукові праці студента (статті в наукових журналах, конкурсні роботи).

Посилання на ілюстрації студентської наукової роботи вказують порядковим номером ілюстрації, наприклад: "рис. 1.2".

Посилання на формули подають порядковим номером формули в дужках, наприклад: "...у формулі (2.1)".

На всі таблиці необхідно посилатися в тексті, при цьому слово "таблиця" в тексті пишуть скорочено, наприклад: "...у табл. 3.1".

У повторних посиланнях на таблиці й ілюстрації слід указувати скорочено слово "дивись", наприклад: "див. табл. 3.1".

Для підтвердження власних аргументів посиланням на авторитетне джерело або для критичного аналізу того чи іншого друкованого твору слід наводити цитати. Науковий етикет потребує точного відтворення цитованого тексту, оскільки найменше скорочення наведеного витягу може спотворити зміст.

Загальні вимоги до цитування такі:

а) текст цитати починається й закінчується лапками та наводиться в тій граматичній формі, у якій він поданий у джерелі, зі збереженням особливостей авторського написання. Наукові терміни, запропоновані

іншими авторами, не виділяються лапками, за винятком тих, що викликали загальну полеміку. У таких випадках використовується вираз “так званий”;

б) цитування повинно бути повним, без довільного скорочення авторського тексту та без перекручувань думок автора. Пропуск слів, речень, абзаців під час цитування допускається без перекручення авторського тексту і позначається трьома крапками. Вони ставляться у будь-якому місці цитати (на початку, усередині, наприкінці). Якщо перед випущеним текстом або за ним стояв розділовий знак, то він не зберігається;

в) кожна цитата обов’язково супроводжується посиланням на джерело;

г) під час непрямого цитування (переказу, викладу думок інших авторів своїми словами), що дає значну економію тексту, слід бути гранично точним у викладенні думок автора, коректним щодо оцінювання його результатів і наводити відповідні посилання на джерело;

г) якщо необхідно виявити ставлення автора наукової праці до окремих слів або думок із цитованого тексту, то після них у круглих дужках ставлять знак оклику або знак питання;

д) коли автор наукової роботи, наводячи цитату, виділяє в ній деякі слова, то робиться спеціальне застереження, тобто після тексту, який пояснює виділення, ставиться крапка, потім дефіс і вказуються ініціали автора, а весь текст застереження вміщується в круглі дужки. Варіантами таких застережень є: (курсив наш. – Л. М.), (підкреслено мною. – Л. М.), (розбивка моя. – Л. М.).

2.5. Типові помилки в написанні та оформленні курсової роботи

1. Зміст роботи не відповідає плану курсової роботи або не розкриває тему повністю чи в її основній частині.

2. Сформульовані розділи (підрозділи) не відбивають реальну проблемну ситуацію, стан об’єкта.

3. Мета дослідження не пов’язана з проблемою, сформульована абстрактно і не відбиває специфіки об’єкта і предмета дослідження.

5. Не зроблено глибокого і всебічного аналізу сучасних офіційних і нормативних документів, нової спеціальної літератури (останні 5—10 років) з теми дослідження.

6. Аналітичний огляд вітчизняних і зарубіжних публікацій з теми роботи має форму анотованого списку і не розкриває досліджувану проблему.

8. Кінцевий результат не відповідає меті дослідження, висновки не відповідають поставленим завданням.

9. У роботі немає посилань на першоджерела або вказані не ті, з яких черпали матеріал.

10. Бібліографічний опис джерел у списку використаної літератури наведено довільно, без додержання вимог державного стандарту.

11. Як ілюстративний матеріал використано таблиці, діаграми, схеми, запозичені не з першоджерел, а з підручника, навчального посібника, монографії або наукової статті.

12. Обсяг та оформлення роботи не відповідають вимогам, вона виконана неохайно, з помилками.

РОЗДІЛ 3

ПІДГОТОВКА ДО ЗАХИСТУ ТА ЗАХИСТ КУРСОВОЇ РОБОТИ

3.1. Підготовка до захисту курсової роботи

За 10 днів до визначеної дати захисту курсової роботи студент подає на кафедру зброшурований примірник курсової роботи, відгук наукового керівника з характеристикою діяльності студента під час виконання курсової роботи та із зазначенням рекомендованої кількості балів за зміст та оформлення курсової роботи.

Студент зобов'язаний перевірити курсову роботу на антиплагіат у спеціальній програмі та представити до захисту відповідну довідку про відсоток унікальності роботи. До захисту допускаються роботи, які мають не менше **65 % автентичного тексту** [8].

Структура та зміст доповіді попередньо погоджується з науковим керівником.

Орієнтовна структура доповіді та презентації:

Слайд 1: Титульна сторінка курсової роботи

Слайд 2: Мета, завдання курсової роботи

Слайд 3: Методи та організація дослідження

Слайди 4-6: Короткий зміст основних результатів емпіричних досліджень з ілюстративним матеріалом (таблиці, рисунки, графіки, схеми)

Слайд 7: Висновки курсової роботи.

3.2. Процедура захисту курсової роботи

Захист курсової роботи проводиться на відкритому засіданні кафедри. На захисті можуть бути присутні і брати участь в обговоренні всі охочі, не порушуючи порядку й процедури захисту, оскільки захист є прилюдним.

Процедура захисту включає:

- доповідь студента про зміст роботи;
- запитання до автора;
- відгук наукового керівника;

- відповіді студента на запитання присутніх на захисті;
- рішення комісії про оцінку роботи.

Захист курсової роботи проводиться відповідно до графіка, затвердженого кафедрою, в присутності комісії у складі керівника та двох-трьох членів кафедри.

Доповідь студента не повинна перевищувати за часом 7-10 хвилин. Для кращого сприйняття присутніми матеріалу бажано підготувати презентацію або виготовити необхідні таблиці, діаграми, графіки.

Доповідь студента виголошується українською або основною іноземною мовою. У доповіді доцільно висвітлити такі 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; з якими труднощами довелося зіткнутися в процесі дослідження, які положення не знайшли підтвердження.

Під час захисту курсової роботи студент зобов'язаний дати вичерпні відповіді на всі запитання присутніх на захисті. Результати захисту курсової роботи визначаються певною кількістю балів, які оголошуються студенту і всім присутнім після завершення процедури захисту. Тривалість захисту однієї курсової роботи не повинна перевищувати 20 хвилин.

Кращі роботи можна рекомендувати на конкурси студентських наукових 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.

3.3. Оцінювання курсових робіт

Оцінювання курсових робіт здійснюється за 100-бальною шкалою.

Орієнтовні критерії оцінювання курсової роботи:

Зміст – 50 балів:

- 1) відповідність теми змісту та структура роботи (10 б.)
- 2) аналіз теоретичного матеріалу та логічність і послідовність викладу матеріалу (10 б.)

- 3) систематизація та узагальнення матеріалу (5 б.)
- 4) аналіз ілюстративного матеріалу (5 б.)
- 5) відсутність плагіату (10 б.)
- 6) відповідність висновків завданням, визначеним у вступі (10 б.)

Оформлення – 20 балів:

- 1) обсяг роботи (5 б.)
- 2) література (5 б.)
- 3) дотримання технічних вимог (10 б.)

Захист – 30 балів:

- 1) усна презентація (виклад результатів власного дослідження) 5-7 хв. (10 б.)
- 2) участь у дискусії, вміння опонувати (10 б.)
- 3) використання технічних засобів і наочності (5 б.)
- 4) апробація результатів дослідження (5 б.)

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка	Оцінка за шкалою ECTS	
		оцінка	пояснення
90 – 100	Відмінно	A	відмінне виконання
82 – 89	Дуже добре	B	вище середнього рівня
75 - 81	Добре	C	загалом хороша робота
67 -74	Задовільно	D	непогано
60 - 66	Достатньо	E	виконання відповідає мінімальним критеріям
1 – 59	Незадовільно	Fx	необхідне перескладання

ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Белікова Н. О., Индика С. Я., Калитка С. В. Методичні рекомендації до підготовки та захисту магістерських робіт для магістрантів спеціальності 014 «Середня освіта» освітньої програми «Фізична культура» / авт.-упор.; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк, 2018. – 40 с.
2. Закон України від 01.07.2014 №1556-VII «Про вищу освіту» (із змінами та доповненнями). URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>
3. Деделюк Н. А. Наукові методи дослідження у фізичному вихованні : [Навчальний посібник] / Н. А. Деделюк. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. – 184 с.
4. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Учебн. пособие для студ. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 232 с.
5. Максименко С. Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. – К.: НИИП, 1990. – 240 с.
6. Наказ МОН від 12.01.2017 № 40 «Вимоги до оформлення дисертації». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z0155-17>
7. Положення про випускні кваліфікаційні роботи (проекти). URL: https://vnu.edu.ua/sites/default/files/2021-02/Polozhennia_pro_vypuskni_kvalifikatsiini_roboty.pdf
8. Положення «Про систему запобігання та виявлення академічного плагіату у науково-дослідній діяльності здобувачів вищої освіти і науково-педагогічних працівників Волинського національного університету імені Лесі Українки». URL: <https://ra.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/03/Polozhennya-pro-sistemu-zapobigannya-ta-vyyavlenya-akademichnogo-plagiatu.pdf>
9. Про новий стандарт «Бібліографічне посилання. загальні положення та правила складання» (ДСТУ 8302:2015). URL: <http://www.nas.gov.ua/publications/news/Documents/Radchenko-DSTU.pdf>

- 10.Сергієнко Л.П. Технології наукових досліджень у фізичній культурі : підручник для студентів вищих навчальних закладів : у 2 кн. Кн. 1 / Л.П. Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга. – Богдан, 2014. – 496 с.
- 11.Шиян Б.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: [Навчальний посібник] / Шиян Б.М., Вацеба О.М. – Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2008. – 276 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Орієнтовна тематика курсових робіт з теорії спорту (для студентів 3-го курсу)

1.	Фізична підготовка та фізична підготовленість спортсменів-ігровиків (вид спорту)
2.	Навчання технічним діям у (обраний вид спорту) на етапі початкової підготовки.
3.	Особливості технічної підготовки спортсменів (вид спорту) на сучасному етапі.
4.	Формування мотивації до занять спортом у (вид спорту)
5.	Зміст і структура тренувального процесу (вид спорту) на етапі спортивного вдосконалення
6.	Особливості розвитку силових якостей боксерів
7.	Характеристика методики тренування спортсменів, які займаються атлетизмом.
8.	Системи розвитку спорту в різних країнах світу.
9.	Методика профорієнтації і відбору дітей для занять в спортивну секцію по видах спорту.
10.	Форми і зміст занять в секціях з футболу в школі.
11.	Аналіз техніки і методика навчання в обраному виді спорту
12.	Спорт в способі життя різних груп населення.
13.	Використання допоміжного обладнання на тренувальних заняттях з баскетболу
14.	Лідер і його значення в команді
15.	Вдосконалення техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих волейболісток
16.	Розвиток спритності та стрибучості учнів груп початкової підготовки ДЮСШ з волейболу
17.	Особливості застосування ігрового та змагального методів на секційних заняттях з волейболу.
18.	Психологічна підготовка юних футболістів 11-12 років.

19.	Формування у спортсменів інтересу до тренувальних занять.
20.	Вольова підготовка спортсмена.
21.	Культура спілкування спортсменів.
22.	Тренер: формування особистості спортсмена
23.	Планування та контроль багаторічного тренування (на прикладі обраного виду спорту).
24.	Система комплексного контролю в управлінні підготовкою юних спортсменів.
25.	Особливості побудови річної підготовки (на прикладі обраного виду спорту).
26.	Структура й особливості фізичної підготовленості юних спортсменів (на прикладі обраного виду спорту).
27.	Класифікація спортивних змагань та основні вимоги до їхньої організації і проведення.
28.	Основи відбору дітей для занять спортом (на прикладі обраного виду спорту).
29.	Планування тренувального процесу (на прикладі обраного виду спорту).
30.	Традиційні й нетрадиційні засоби відновлення працездатності спортсмена.
31.	Сучасний стан та перспективи розвитку професійного спорту в Україні (на прикладі обраного виду спорту).
32.	Використання інформаційних технологій у процесі підготовки спортсменів.
33.	Нетрадиційні засоби підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту).
34.	Особливості планування та контролю тренувальних і змагальних навантажень у паралімпійському спорті.
35.	Розвиток швидкісних здібностей у тренувальному процесі спортсменів (обраний вид спорту) та контроль її ефективності.
36.	Психологічна підготовка спортсмена (на прикладі обраного виду спорту).
37.	Аква-аеробіка як засіб оздоровчої рухової активності студентів.
38.	Вплив занять аквафітнесом на рівень фізичної підготовленості студенток.
39.	Засоби і методи розвитку фізичних якостей на заняттях з легкої

	атлетики.
40.	Мотивація студентів до занять спортом.
41.	Вплив занять силовим фітнесом на загальну фізичну підготовку спортсменів.
42.	Моделювання та прогнозування в системі підготовки спортсменів.
43.	Розвиток спритності у футболістів.
44.	Технічна підготовка футболістів.

**Орієнтовна тематика курсових робіт
зі спеціалізації**
(для студентів 4-го курсу)

Блок 1. Спортивно-масова робота

1.	Методика вдосконалення нападаючого удару у волейболісток на етапі спеціалізованої базової підготовки
2.	Швидкісно-силова підготовка (борців, боксерів) в навчально-тренувальних групах.
3.	Тренувальні навантаження (вид спорту) на етапі підготовки в (обраному виді спорту).
4.	Формування техніки бігу на дистанції 400 метрів у юнаків (дівчат)
5.	Удосконалення спеціальної витривалості у легкоатлетів-бігунів на короткі дистанції
6.	Теоретико-методичні основи побудови тренувального процесу в єдиноборствах.
7.	Побудова тренувального процесу футболістів у підготовчому періоді.
8.	Особливості тренувального процесу футболістів.
9.	Теоретичні аспекти організації оздоровчого тренування студентської молоді.
10.	Розвиток ігрового мислення у юних футболістів
11.	Основні напрямки загальної та спеціальної фізичної підготовки юних гандболістів у віці 9 – 16 років.
12.	Використання акробатичних вправ у формуванні готовності юних гандболістів до змагань.
13.	Загальна характеристика системи підготовки гандболістів високої кваліфікації.
14.	Змагальна діяльність гандболістів.
15.	Методика навчання технічної підготовки юних футболістів 12-14 років на етапі початкової базової підготовки.
16.	Еволюція розвитку тактичних схем у футболі.
17.	Особливості становлення та розвитку футболу в Україні.
18.	Рухливі ігри та підвідні вправи, як один із засобів підготовки в спортивних іграх.
19.	Методика навчання техніки прийомів гри у футбол.

20.	Спеціальні вправи для вдосконалення тактичних дій у футболі.
21.	Тактико-технічні дії гравців у баскетболі.
22.	Методика навчання елементам техніки гри у баскетбол.
23.	Спеціальні вправи для оволодіння тактичними діями у баскетболі.
24.	Динаміка фізичної підготовки спортсменів, які спеціалізуються у волейболі.
25.	Особливості технічної майстерності волейболістів різних вікових груп.
26.	Вдосконалення фізичної підготовленості студентів-юнаків ЗВО у процесі навчання волейболу.
27.	Модельні характеристики швидко-силової підготовки юних волейболістів з урахуванням ігрових амплуа.
28.	Тенденції розвитку техніки гри у волейбол.
29.	Вплив занять волейболом на розвиток спритності у юнаків старшого шкільного віку.
30.	Застосування сучасних напрямів в процесі силової підготовки легкоатлетів-метальників
31.	Навантаження в тренуванні волейболісток і їх вплив на організм спортсмена
32.	Силова та швидко-силова підготовка спортсменів.
33.	Новітні технології, що використовуються у спорті.
34.	Виникнення і становлення сучасних видів спорту в Україні.
35.	Закономірності розвитку швидкості у дітей різного шкільного віку.
36.	Методика розвитку швидкості та швидко-силових якостей бігунів на середні дистанції.
37.	Розвиток фізичних якостей у підлітків методом колового тренування.

Блок 2. Фітнес і туризм

1	Передумови розвитку та становлення фітнесу в Україні.
2	Характеристика напрямків фітнесу.
3	Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура») в контексті Стратегії національно-патріотичного виховання.
4	Фітнес, як засіб формування в суспільстві здорового способу життя.

5	Історія розвитку аеробіки в Україні.
6	Особливості побудови тренувального процесу занять в тренажерному залі.
7	Новітні технології, що використовуються у фітнесі.
8	Особливості побудови тренувального процесу занять в тренажерному залі.
9	Особливості проведення індивідуальних та групових занять з фітнесу.
10	Пілатес, як засіб зміцнення здоров'я .
11	Історія виникнення та розвитку фітнесу.
12	Походження фітнесу, його мета та сутність.
13	Фітнес-програми, засновані на силових видах гімнастики.
14	Вплив пауерліфтингу на розвиток моторики і фізичної підготовленості людини.
15	Фітнес-програми, засновані на технічних видах гімнастики.
16	Йога, як засіб зміцнення здоров'я.
17	Оздоровчі види фітнес-програм.

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

Кафедра фітнесу та циклічних видів спорту

Курсова робота з теорії спорту: (для 3-го курсу)

Курсова робота зі спеціалізації на тему: (для 4-го курсу)

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ПОБУДОВИ
ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ЄДИНОБОРСТВАХ**

Спеціальність: 017 «Фізична культура і спорт»
Освітньо-професійна програма: «Фізична культура і спорт»

Виконав(ла): студент(ка)
групи _____
ПІБ

Науковий керівник:
ПІБ, наук. ступінь, вчене звання

ЛУЦЬК – 2021

ПРИКЛАДИ ОФОРМЛЕННЯ БІБЛІОГРАФІЧНОГО ЗАПИСУ

Характеристика джерела	Приклади оформлення
Книги: Один автор	Без'язичний Б.І. Теоретичні та методичні основи формування етичної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури : монографія / Б.І. Без'язичний; Харків. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. – Харків : Вид-во «Смугаста типографія», 2015. – 418 с.
Два автори	Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посіб. / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Вид-во «Олімп. л-ра», 2010. – 370 с.
Три автори	Носко М.О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монограф. / М.О. Носко, С.В. Гаркуша, О.М. Воеділова. – К.: СПД Чалчинська Н.В., 2014. – 300 с.
Чотири автори	Організація самостійної роботи студентів в умовах інтенсифікації навчання : навч. посіб. / А.М. Алексюк, А.А. Аюрзанайн, П.Г. Підкасистий, В.А. Козаков. – К.: Вид-во «ІСДО», 1993. – 335 с.
П'ять і більше авторів	Вища освіта України і Болонський процес: навч. посіб. / За ред. В.Г. Кременя; [М.Ф. Степко, Я.Я. Болюбаш, В.Д. Шинкарук та ін.]. – Тернопіль : Вид-во «Навчальна книга – Богдан», 2004. – 384 с.
Без автора	Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / За заг. ред. О.В. Овчарук. – К. : «К.І.С.», 2004. – 112 с.
Багатотомний документ	Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. ВНЗ фіз. вих. і спорту: у 2-х т. // Методика фізичного виховання різних груп населення / ред.: Т.Ю. Круцевич. – К. : Вид-во «Олімп. л-ра», 2008. – Т.2. – 367 с.
Матеріали конференцій	Корносенко О.К. Роль і місце науково-дослідницької роботи в підготовці майбутніх фахівців фізичної культури / О.К. Корносенко // Технології здоров'язбереження в загальноосвітніх і вищих навчальних закладах України: проблеми та перспективи: матер. IV Всеукр. науково-практич. конф. – Полтава : ПНПУ ім. В.Г. Короленка. –

	2013. – С. 117-121.
Словники	Великий тлумачний словник української мови / упоряд. Т.В. Ковальова. – Х.: Вид-во «Фоліо», 2005. – 767 с.
Законодавчі та нормативні документи	Конституція України. – К. : Вид-во «Право», 1996. – 55 с.
Бібліографічні покажчики	Куц О. С. Бібліографічний покажчик та анотації кандидатських дисертацій, захищених у спеціалізованій вченій раді Львівського державного університету фізичної культури у 2006 / О. Куц, О. Вацеба. – Львів : Укр. технології, 2007. – 74 с.
Дисертації	Сущенко Л.П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Людмила Петрівна Сущенко. – К., 2003. – 650 с.
Автореферати дисертацій	Богданова І.М. Професійно-педагогічна підготовка майбутніх учителів на основі застосування інноваційних технологій: автореф. дис. ... докт. пед. наук: спец. 13.00.04 – «Теорія та методика професійної освіти» / І.М. Богданова; Ін-т педагогіки АПН України. – К., 2003. – 39 с.
Частина періодичного, продовжуваного видання	Дутчак М.В. Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера / М.В. Дутчак, М.М. Василенко // Педагогіка. – 2013. – № 2. – С. 17-21.
Електронні ресурси	Концепція загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір». – [Електронний ресурс]. – Режим доступу до тексту: http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show

Навчально-методичне видання

Автори-упорядники:

Світлана Ярославівна Індика

Жанна Станіславівна Мудрик

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО НАПИСАННЯ КУРСОВИХ РОБІТ
для студентів спеціальності
017 Фізична культура і спорт**

Рецензент

Н. О. Белікова

Рецензент

О. Л. Дишко