

*Кафедра теорії і методики
фізичного виховання і спорту*

**Методичні вказівки для написання
комплексної курсової роботи з проблем фізичної культури і
спорту**

*Затверджено на засіданні
кафедри теорії і методики
фізичного виховання і спорту
Протокол №1 від 30.08.2021р.*

*Затверджено на засіданні
Вченої ради гуманітарно-
педагогічного факультету
Протокол №1 від 30.08.2021р.*

Методичні вказівки для написання комплексної комплексної курсової роботи з проблем фізичної культури і спорту (для студентів-магістрів спеціальностей «Фізична культура і спорт» / О.С. Павлюк, Є.О. Павлюк, Т.В. Чопик, О.В. Антонюк – Хмельницький: ХНУ, 2021.

Укладачі:

Павлюк О.С., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту (Хмельницький національний університет);

Павлюк Є.О., професор кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту (Хмельницький національний університет);

Чопик Т.В., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту (Хмельницький національний університет);

Антонюк О.В., доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту (Хмельницький національний університет);

Відповідальний за випуск:

Солтик О.О., завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту (доктор педагогічних наук, доцент (Хмельницький національний університет).

Вступ

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

Виконання комплексної курсової роботи передбачає вироблення навичок самостійної роботи з джерелами й науковою літературою, оволодіння методикою досліджень, допомагає студентові систематизувати отримані теоретичні знання з вивченої дисципліни, перевірити якість цих знань. Комплексна курсова робота є міждисциплінарною. Уже ця перша творча спроба дає можливість виявити здатність студента самостійно осмислити проблему, творчо та критично її дослідити, вміння збирати, систематизувати і аналізувати джерела та літературу; застосовувати отримані знання при вирішенні практичних завдань; формулювати висновки, пропозиції й рекомендації з предмета дослідження.

Тематика курсових робіт, яка затверджується на засіданні кафедри, має відповідати освітній програмі і тісно пов'язуватися з практичними потребами конкретного фаху.

Захист курсових робіт відбувається на засіданні кафедри, по якій виконувалася робота, згідно затвердженого на засіданні кафедри графіку.

Виконання курсових робіт спрямоване на формування таких компетентностей: ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними. ФК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень. ФК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту. ФК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів. ФК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності. ФК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту. ФК7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту. ФК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту. ФК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання. ФК10. Здатність здійснювати дослідницько-діагностичну діяльність із застосуванням інноваційних методів діагностики здатностей

суб'єктів фізичної культури і спорту до занять різними видами рухової активності.

Виконання курсових робіт спрямоване на досягнення таких програмних результатів навчання: ПРН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань. ПРН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби. ПРН3. Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово. ПРН4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються. ПРН6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію. ПРН7. Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення, методи статистичного аналізу даних для розв'язання складних задач фізичної культури та спорту. ПРН8. Організувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів. ПРН9. Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проєкти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти. ПРН10. Здійснювати відбір та орієнтацію молоді до занять різними видами рухової активності на основі урахування індивідуальних фізичних, морфологічних, психологічних та фізіологічних показників; уміти визначати перспективні напрями досягнення спортивної майстерності суб'єктів фізичної культури і спорту.

Типова структура комплексної курсової роботи має бути такою: титульний аркуш; план виконання комплексної курсової роботи; зміст; перелік умовних позначень (при необхідності); вступ; 2 – 3 розділи (в кожному 2 – 3 підрозділи), що розкривають зміст проблеми та показують досвід практичної / прикладної роботи; висновки; список використаної літератури; додатки у разі потреби.

1. Послідовність виконання комплексної курсової роботи

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

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

Мета комплексної курсової роботи:

- поглиблення, узагальнення та закріплення знань, отриманих студентом під час навчання та їх застосування у комплексному вирішенні конкретної проблеми;
- формування у студентів навичок самостійної роботи над першоджерелами, монографічною, довідковою літературою, фаховими журналами; вміння аналізувати, критично оцінювати і систематизувати матеріал;
- удосконалення вміння пов'язувати теоретичні знання з практичною діяльністю, здійснювати науково-педагогічне дослідження.

Завданнями комплексної курсової роботи є формування умінь і навичок:

- опрацювання психолого-педагогічної наукової літератури та матеріалів
- педагогічного досвіду;
- планування і проведення науково-педагогічного дослідження;
- накопичення і обробки емпіричного матеріалу та його аналіз;
- формулювання висновків та відповідних рекомендацій.

Процес роботи над дослідженням поділяється на чотири основні етапи:

1. Підготовчий етап.
2. Етап роботи над змістом.
3. Оформлення комплексної курсової роботи.
4. Підготовка до захисту і захист комплексної курсової роботи.

Загалом послідовність виконання комплексної курсової роботи може бути такою:

1. Підготовчий етап:

- вибір теми та її обґрунтування;
- об'єкт дослідження;
- предмет дослідження;
- мета дослідження;
- завдання дослідження;

- підбір літератури з теми дослідження;
 - складання попереднього плану роботи й узгодження його з керівником;
 - оформлення завдання на виконання комплексної курсової роботи.
2. *Робота над текстом*
 - вивчення та конспектування літератури;
 - виклад тексту роботи;
 - написання вступу до роботи;
 - написання висновків.
 3. *Етап оформлення роботи*
 - складання списку використаної літератури й джерел;
 - оформлення додатків та ілюстративного матеріалу;
 - літературне оформлення і редагування тексту.
 4. *Підготовка до захисту і захист комплексної курсової роботи*
 - процедура захисту комплексної курсової роботи на кафедрі.

Структура комплексної курсової роботи

Структура комплексної курсової роботи включає такі основні елементи:

- титульний аркуш,
- план виконання комплексної курсової роботи
- зміст,
- за необхідності – перелік умовних позначень,
- вступ,
- основну частину,
- висновки,
- список використаних джерел,
- додатки (за потреби).

Підготовчий етап роботи над курсовою роботою починається з вибору теми комплексної курсової роботи, її осмислення та обґрунтування. З переліку тем, запропонованих кафедрою, студент обирає ту, яка найповніше відповідає його навчально-науковим інтересам і схильностям. Перевага надається темі, при розробці якої студент може виявити максимум особистої творчості та ініціативи. Разом з керівником необхідно визначити межі розкриття теми, основні питання, що будуть висвітлені в дослідженні. Завершується підготовчий етап роботи над курсовою роботою оформленням завданням на її виконання.

У вступі розкривають актуальність і ступінь вивченості досліджуваної проблеми, аргументують доцільність проведення дослідження. Актуальність теми – обґрунтування актуальності досліджуваної проблеми, її соціальної, соціально-педагогічної значущості.

При з'ясуванні *об'єкта*, предмета й мети дослідження необхідно зважати на те, що між ними і темою комплексної курсової роботи існують системні логічні зв'язки. Об'єктом дослідження є вся сукупність відношень різних аспектів теорії й практики науки, яка слугує джерелом необхідної для дослідника інформації.

Об'єкт дослідження – це процес або явище, що породжує проблемну ситуацію і обране для вивчення. Визначаючи об'єкт, треба знайти відповідь на запитання: що розглядається, що досліджується?

Предмет дослідження – це тільки ті суттєві зв'язки та відношення, які підлягають безпосередньому вивченню в даній роботі, є головними, визначальними для конкретного дослідження. Визначаючи предмет дослідження треба знайти відповідь на запитання: як розглядається об'єкт, які нові відношення, властивості, аспекти, функції розкриває дане дослідження?

Таким чином, предмет дослідження є більш вузьким поняттям, ніж об'єкт.

Треба знати, що об'єкт дослідження – це частина об'єктивної реальності, яка на даному етапі стає предметом практичної й 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 і 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 й вимогами суспільства до його більш ефективного функціонування. Цей 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 його завдання.

Завдання дослідження можуть включати:

- 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);
- усебічне вивчення практики розв'язання даної проблеми, виявлення її типового стану, недоліків і труднощів, їхніх причин;
- обґрунтування необхідної системи заходів щодо вирішення даної проблеми;
- експериментальна (за необхідності) перевірка запропонованої системи заходів щодо відповідності її критеріям оптимальності, тобто

досягнення максимально важливих у відповідних умовах результатів розв'язання цієї проблеми за певних витрат часу й зусиль.

Завдання конкретизують шлях досягнення поставленої мети і визначають, що має вирішити дослідник на цьому шляху.

Зазвичай, завдання формулюються у вигляді конкретних тез: *дослідити...; описати...; довести...; розробити методичні рекомендації...; визначити...; довести... тощо.*

Виконання завдань дослідження неможливе без ознайомлення з основними літературними (а, можливо, й архівними) джерелами з теми комплексної курсової роботи. З метою повного їх виявлення необхідно використовувати різні джерела пошуку: каталоги й картотеки кафедр та бібліотек факультету, університету, а також провідних наукових бібліотек міста, бібліографічні посібники, виноски й посилання в підручниках, монографіях і словниках тощо, а також 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, більш конкретно й точно визначити напрями та основні розділи свого дослідження.

Разом з керівником складається попередній план комплексної курсової роботи. Для більш чіткого визначення кола питань, які слід розглянути у роботі, кожен розділ плану можна поділити на підпитання. Як правило, оптимальна кількість проаналізованих питань має бути не більше трьох-чотирьох. Слід також пам'ятати, що надлишкове перевантаження плану є недоцільним. Першою ознакою невірно складеного плану є повторення одним з питань назви всієї теми. Кожне окреме питання має розкривати лише її частину.

Після цього студент розпочинає вивчення знайдених джерел, переходячи до другого етапу роботи над дослідженням.

2. Робота над текстом комплексної курсової роботи

Другий етап починається з **вивчення та конспектування літератури з теми** комплексної курсової роботи. Вивчення літератури слід починати з робіт, де проблему відображено в цілому, а потім перейти до більш вузьких досліджень. Знайомитися з виданням, в першу чергу, треба за титульним аркушем, з'ясовуючи, де, ким, коли його було видано. Слід переглянути зміст, який розкриває структуру видання, наповнення його розділів, звернутися до передмови, де розкрито призначення видання, завдання, поставлені в ньому автором.

Читаючи видання, необхідно уважно стежити за ходом авторської думки, вміти розрізняти головні положення від доказів та ілюстративного матеріалу. Часто статті з наукових збірників є складними для сприйняття, тому необхідно їх читати кілька разів, намагаючись виділити головну ідею та аргументи автор на її користь. З'ясовуючи це, слід виписати всі необхідні

цитати, цифри, факти, умовиводи, якими оперує автор, доводячи основну ідею статті.

Конспектуючи матеріал, треба постійно пам'ятати тему комплексної курсової роботи, щоб виписувати тільки те, що має відношення до неї. Записувати цитати слід на одному боці окремих аркушів паперу стандартного розміру, що допомагає краще орієнтуватися в накопиченому матеріалі, систематизувати його за темами й проблемами. Кожна цитата, приклад, цифровий матеріал мають супроводжуватись 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.

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

Правильна й логічна структура комплексної курсової роботи — це запорука успіху розкриття теми.

Процес уточнення структури складний і може йти протягом всієї роботи над дослідженням.

Готуючись до *викладу тексту комплексної курсової роботи*, доцільно ще раз уважно прочитати її назву, що містить проблему, яку має бути розкрито. Проаналізований і систематизований матеріал викладається відповідно до змісту у вигляді окремих розділів і підрозділів. Кожен розділ висвітлює самостійне питання, а підрозділ або параграф — окрему його частину.

Тему треба розкривати без пропуску логічних ланок, тому, починаючи працювати над розділом, слід зазначити його головну ідею, а також тезу 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 й узагальнення.

Думки повинні бути пов'язані між собою логічно. Увесь текст має підпорядковуватися головній ідеї. Один висновок не повинен суперечити іншому, а, навпаки, підкріплювати його. Якщо висновки не будуть пов'язані між собою, текст втратить свою єдність. Крім того, слід дотримуватися послідовності доказів.

Накопичуючи та систематизуючи факти, треба вміти визначити їхню достовірність і типовість, найбільш суттєві ознаки для наукової характеристики, аналізу, порівняння. Аналіз зібраних матеріалів слід проводити в сукупності з урахуванням усіх аспектів відповідної сфери діяльності.

Кількісні дані, що ілюструють практичний досвід роботи, можна проаналізувати за методом ранжованого ряду, розподіливши матеріали за

роками, звести їх у статистичні таблиці, таблиці для порівняння тощо, що дозволить зробити конкретні висновки.

Таким чином, широке залучення відомих у науці методів накопичення, вивчення, систематизації фактів і практичного досвіду в цілому дозволяє 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.

Також важливим елементом етапу роботи над текстом комплексної курсової роботи є написання *вступу* та *висновків*.

У *вступі* обґрунтовується актуальність теми, що вивчається, її практична значущість; визначається 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 має зазначити це у вступі.

Обов'язковою частиною вступу є *огляд літератури* з теми дослідження, в який включають найбільш цінні, актуальні роботи (10–15 джерел). Огляд має бути систематизованим аналізом теоретичної, методичної й практичної новизни, значущості, переваг і недоліків розглядуваних робіт, які доцільно згрупувати таким чином: роботи, що висвітлюють історію розвитку проблеми, теоретичні роботи, 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 опису цієї роботи у списку літератури. Закінчити огляд треба коротким висновком про міру висвітлення в літературі основних аспектів теми.

Основна частина комплексної курсової роботи складається з двох розділів, підрозділів, пунктів та підпунктів. Кожний розділ починають з нової сторінки. У кінці кожного розділу та підрозділу формують короткі висновки.

У теоретичній частині роботи подається аналіз літератури з проблеми, яка досліджується. Його можна подати під назвами: «Розвиток ідеї...», «Теоретичні засади...», «Наукові основи...», «Розвиток уявлень про...», «Становлення та розвиток...» та ін.

У практичній частині описуються емпіричні дослідження, проведені автором роботи, та їх результати. Подається детальний опис групи досліджуваних, методів та окремих методик досліджень. Основна увага у практичній частині приділяється аналізу результатів, отриманих в процесі дослідження, та їх інтерпретації. Інтерпретація результатів дослідження не повинна обмежуватися констатацією отриманих фактів, вона мусить містити спробу їх наукового пояснення, а також власну думку автора роботи про предмет, який вивчається, та отримані результати.

Логічним завершенням комплексної курсової роботи є *висновки*. Головна їхня мета – підведення підсумків виконаної 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, але й недоліки та проблеми практичного функціонування культурологічних і документних систем, а також конкретні рекомендації щодо їх усунення. Основна вимога до заключної частини – не повторювати зміст вступу, основної частини роботи і висновків, зроблених у розділах.

3. **Оформлення комплексної курсової роботи**

На цьому етапі передбачається складання списку використаної літератури і джерел, оформлення додатків та ілюстративного матеріалу, а також літературне оформлення й редагування тексту.

Список використаної літератури й джерел складається на основі робочої картотеки та відображає обсяг використаних джерел і міру вивченості досліджуваної теми, є «візитівкою» автора роботи, його професійним обличчям, свідчить про рівень володіння навичками роботи з науковою літературою. Список використаної літератури і джерел має містити бібліографічний опис джерел, використаних студентом під час роботи над темою. Укладаючи його, необхідно додержуватись вимог державного стандарту України ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 (Додаток Г)

Кожен бібліографічний опис треба починати з нового рядка, літературу слід розташовувати в алфавітному порядку авторів і назв праць, спочатку видання українською і російською мовами, потім – іноземною. Бібліографічні описи у «Списку...» повинні мати порядкову нумерацію. У тексті роботи слід давати посилання на номери списку у квадратних дужках. Якщо необхідно вказати номер сторінки, її ставлять через кому після номеру видання у списку літератури, наприклад [26, с. 13].

Для підтвердження власних аргументів посиланням на авторитетне джерело або для критичного аналізу того чи іншого тексту слід наводити цитати. Науковий етикет вимагає точно відтворювати цитований текст.

Загальні вимоги до цитування такі:

а) текст цитати починається і закінчується лапками і наводиться у тій граматичній формі, в якій він поданий в джерелі, із збереженням особливостей авторського написання. Наукові терміни, запропоновані іншими авторами, не виділяються лапками, за винятком тих, що викликали загальну полеміку. У цих випадках використовується вираз «так званий»;

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

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

г) при непрямому цитуванні (переказі, викладенні думок інших авторів своїми словами), що дає значну економію тексту, слід бути гранично точним у викладенні думок, коректним щодо оцінювання його результатів, і давати відповідні посилання на джерело;

д) цитування не повинне бути ні надмірним, ні недостатнім, бо і те і інше знижує рівень наукової праці: надмірне цитування створює враження компілятивності праці, а недостатнє – знижує наукову цінність викладеною матеріалу;

е) якщо автор роботи, наводячи цитату, виділяє у ній деякі слова, робиться спеціальне застереження, тобто після тексту, який пояснює виділення, ставиться крапка, потім дефіс і вказуються ініціали автора роботи, а весь текст застереження вміщується у круглі дужки. Варіантом таких застережень є: (курсив наш – А.К.); (підкреслено мною – А.К.).

Посилання на використані джерела є неодмінною рисою досліджень. Правильно оформити посилання студент повинен вміти вже з перших курсових робіт.

Посилання слід робити при цитуванні джерела чи думки дослідника, при вказівці на якесь важливе свідчення джерела, при запозиченні положень, використанні фактичного матеріалу, результатів досліджень інших авторів, посилань на досвід.

Є кілька способів посилань, але студенти використовують нижчезазначений:

1) наскрізна нумерація посилань - при цьому посилання на джерела подаються у квадратних дужках, наприклад [1, с. 50], де 1 – номер у списку джерел та літератури, а 50 – сторінка, з якої взято цитату чи інші дані. Самі посилання подаються в кінці роботи. Примітка: для бакалаврських та магістерських робіт рекомендується саме цей спосіб посилань.

У посиланні обов'язково зазначається:

а) для монографії

1. Прізвище та ініціали авторів, причому ініціали розташовуються після прізвища (наприклад, Грушевський М.С.).

2. Назва монографії без лапок.

3. Місце видання.

4. Видавництво.

5. Рік видання. 6. загальна кількість сторінок монографії.

б) для статті

1. Прізвище, ініціали автора.

2. Назва статті.

3. Назва журналу чи збірника.

4. Рік видання.

5. Номер журналу.

6. Сторінки, на яких розміщено дану статтю (тобто перша і остання сторінка статті).

Завершуючи написання комплексної курсової роботи, необхідно систематизувати ілюстративний матеріал. Ілюстрації можна розміщувати в 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 комплексної курсової роботи має бути в межах 25–30 сторінок друкованого тексту.

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

Курсову роботу рекомендується виконувати спочатку в чорновому варіанті. Це дозволяє вносити до тексту необхідні зміни й доповнення як з ініціативи самого автора, так і у зв'язку із зауваженнями керівника.

У курсовій роботі слід прагнути дотримуватись прийнятої термінології, позначень, умовних скорочень і символів. Не рекомендується вживати штампи, вести виклад від першої особи: «На мою думку», «Я спостерігав», «Я вважаю», «Мені здається», «Ми отримуємо», «Ми спостерігаємо». Слід уникати в тексті частих повторень слів чи словосполучень.

При згадуванні в тексті прізвищ (учених-дослідників, практиків) їхні ініціали, як правило, ставляться перед прізвищем (А. Є. Конверський, а не Конверський А. Є., як це прийнято у списках літератури).

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

Розділи і підрозділи прийнято нумерувати арабськими цифрами. Підрозділи нумерують окремо в кожному розділі.

Позначення розділів, параграфів та їхні порядкові номери пишуть в одному рядку із заголовком. Кожний розділ рекомендується починати з нової сторінки.

Приклад

1. Методи дослідження фізичного розвитку
 - 1.1 Соматоскопія
 - 1.2 Антропометрії
2. Методи оцінки фізичного розвитку

- 2.1 Метод стандартів
- 2.2 Метод антропометричного профілю
- 2.3 Метод індексів

Сторінки роботи повинні мати поля: ліве – 25 мм, верхнє – 20 мм, праве – 10 мм, нижнє – 20 мм.

Усі сторінки роботи нумеруються від титульної до останньої, без пропусків або літерних додатків. Першою сторінкою вважається титульний аркуш, на ньому номер сторінки не ставиться, другою – сторінка, що містить «зміст», на ній також номер не ставиться, а наступна сторінка вже має номер – 3 і далі по порядку. Порядковий номер сторінки розміщується праворуч на верхньому полі сторінки.

Комплексна курсова робота відкривається титульним аркушем (додаток А). На ньому вказуються назви університету, факультету і кафедри, де вона виконувалась, назва теми роботи, прізвище, ім'я, по батькові автора, прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь і звання наукового керівника, рік і місце виконання роботи. На другій сторінці знаходиться план виконання комплексної курсової роботи (додаток Б)

На наступній сторінці розміщується зміст роботи з позначенням сторінок, на яких розпочинаються розділи чи підрозділи, а їхні заголовки та підзаголовки мають бути виділені в тексті й відповідати змісту (Додаток В).

Заголовки структурних частин роботи «ЗМІСТ», «СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ», «ДОДАТКИ» друкують великими літерами симетрично до тексту. Заголовки підрозділів друкують маленькими 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. Відстань між заголовком та текстом повинна дорівнювати 3-4 інтервали.

Кожну структурну частину роботи треба починати з нової сторінки.

Нумерацію сторінок, розділів, підрозділів, пунктів, малюнків, таблиць подають арабськими цифрами.

Першою сторінкою роботи є титульний лист який включають до загальної нумерації сторінок роботи. На титульному аркуші номер сторінки не ставлять, на наступних сторінках номер проставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки в кінці, або сторінки нумерують арабськими цифрами знизу у правому кутку. Отже, першою сторінкою, де стоятиме цифра, буде Зміст.

Номер розділу ставиться після слова «РОЗДІЛ», після номера крапку не ставлять, потім з нового рядка друкують заголовок розділу.

Підрозділи нумерують у межах кожного розділу. Номер підрозділу складається з номера розділу I порядкового номера підрозділу, між якими ставлять крапку. В кінці номера підрозділу повинна стояти крапка, наприклад: «2.3.» (третій підрозділ другого розділу). Потім у тому ж порядку йде заголовок підрозділу.

Якщо в роботі зустрічаються ілюстрації, фотографії, креслення, схеми, карти, таблиці, їх потрібно подавати безпосередньо після тексту, де вони згадані вперше, або на наступній сторінці (при цьому їх включають до загальної кількості сторінок).

Кожна таблиця повинна мати назву, яку розміщують над таблицею і друкують симетрично до тексту. Назву і слово «Таблиця» починають з великої літери. Назву не підкреслюють.

Наприклад:

Таблиця (номер) Таблицю розміщують таким чином, щоб її можна було читати без повороту переплетеного блоку роботи або з поворотом за годинниковою стрілкою.

Ілюстрації позначають словом «Рис.» і нумерують послідовно в межах розділу. Номер ілюстрації повинен складатися з номера розділу і порядкового номера ілюстрації, між якими ставиться крапка. Наприклад: Рис. 1.2 (другий рисунок першого розділу). Номер ілюстрації, її назва і пояснювальні підписи розміщують послідовно під ілюстрацією.

Додатки подають після списку використаних джерел, розміщуючи їх у порядку появи посилань у тексті роботи. Кожен додаток повинен починатися з нової сторінки. Додаток повинен мати заголовок, надрукований угорі малими літерами з першої великої симетрично відносно тексту сторінки. Посередині рядка над заголовком малими літерами з першої великої друкується слово «Додаток ...» і велика літера, що позначає додаток. Додатки слід позначати послідовно великими літерами української абетки, за винятком літер Г, Є, І, І, Й, О, Ч, Ї. Наприклад: Додаток А, додаток Б і т. д. Один додаток позначається як додаток А.

4. Підготовка до захисту й захист курсової роботи

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

Процедура захисту включає:

- доповідь студента про зміст роботи;
- запитання до студента;
- відповіді студента на запитання членів комісії із захисту комплексної курсової роботи та осіб, присутніх на захисті;
- заключне слово студента;
- рішення комісії щодо оцінки роботи.

Доповідь студенту необхідно підготувати заздалегідь у формі виступу, в якому доцільно висвітлити такі важливі питання: актуальність теми дослідження; мета, завдання, об'єкт, предмет дослідження; що вдалося встановити, виявити, довести; якими методами це досягнуто; елементи новизни в теоретичних положеннях та у практичних рекомендаціях; з якими труднощами довелось зіткнутися у процесі дослідження; які положення не знайшли підтвердження.

Додаток А
Титульний аркуш комплексної курсової роботи

Повна назва закладу вищої освіти

Повна назва факультету

Повна назва кафедри

КОМПЛЕКСНА КУРСОВА РОБОТА

з _____
Назва дисципліни

на тему: _____

Галузь знань _____

Спеціальність _____

Спеціалізація _____

Студента(ки) _____ курсу, група _____
Шифр Підпис Ініціали, прізвище

Керівник _____
Посада, вчене звання, науковий ступінь Підпис Ініціали, прізвище

Кількість балів _____

Оцінка за шкалою:

національною _____ /ЄКТС _____

Члени комісії _____
Підпис Ініціали, прізвище

Підпис Ініціали, прізвище

Підпис Ініціали, прізвище

Хмельницький 20____

Додаток Б
План виконання комплексної курсової роботи

Повна назва закладу вищої освіти

Повна назва факультету

Повна назва кафедри

ЗАВДАННЯ
на виконання комплексної курсової
роботи _____
Назва дисципліни

Студента(ки) _____ курсу, група _____
Шифр Підпис Ініціали, прізвище

Під керівництвом _____
Посада, вчене звання, науковий ступінь Підпис Ініціали, прізвище

Тема комплексної курсової
роботи: _____

План виконання комплексної курсової роботи

№	Зміст роботи	Термін виконання
1	Обґрунтування актуальності дослідження	
2	Визначення об'єкту та предмету дослідження	
3	Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження	
4	Формулювання висновків	
5	Термін здачі закінченої роботи на кафедру	

Додаток В

ЗМІСТ

Вступ	3
Розділ 1. Назва першого розділу	5
1.1. Назва першого параграфа 1-го розділу	5
1.2. Назва другого параграфа	8
1.3. Назва третього параграфа	13
Розділ 2. Назва другого розділу	17
2.1. Назва першого параграфа 2-го розділу	17
2.2. Назва другого параграфа	21
2.3. Назва третього параграфа	25
Висновки	30
Список використаних джерел	32
Додатки.....	35

Додаток Г
Приклади оформлення бібліографічного опису в списку
використаних джерел

Характеристика джерела	Приклад оформлення
один автор	М'ясоїд П.А. Задачі з курсу загальної психології: Навч. посібн. / П. А. М'ясоїд — К. : Вища школа, 2000. — 183 с.
два автори	Кушнарєнко Н.М. Організація та методика науково-дослідної діяльності: Підручник / Н. М. Кушнарєнко, В. М. Шейко. — К. :Знання, 2004. — 307 с.
три автори	Основи наукових досліджень: Підручник / А. С. Григор'єв, М. І. Пилипчик, В. В. Шостак. — К. : Знання, 2007. — 207 с.
чотири і більше	Педагогічна майстерність: Підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамушенко, І. Ф. Кривонос та ін. / За ред. І. А. Зязюна. — К. : Вища школа, 1997. — 347 с. або Педагогічна майстерність: Підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамушенко, І. Ф. Кривонос та ін.; за ред. І. А. Зязюна. — К. : Вища школа, 1997. — 347 с.
Багатотомні видання	Християнство: В 2т. Т. 1. А-К : Енциклопед. слов. / Ред. кол. : С. С. Аверинцев и др. — М. : Большая Рос. энцикл.,1993. — 863 с.
Перекладні видання	Браун-Галковська М. Домашня психологія : Пер. з польськ. / М. БраунГалковська. — Львів : Свічадо, 2000. — 176 с.
Збірки наукових праць	Обчислювальна і прикладна математика: Зб. наук. пр. — К. : Либідь, 1993. — 99 с.
Словники	Дрякіна В.І. Російсько-український музичний лексикон: 2000 термінів / В. І. Дрякіна, Ю. А. Соколовський. — М-во освіти і науки України.— Кіровоград : Алтей,1997. — 239 с.
Складові збірника	Козак Л.М. Структурно-информационная организация системы психического статуса здоровья человека / Л. М. Козак // Проблемы человека (экология, здоровье, образование): материалы I-ого Междунар. науч. семинара. — Ужгород .— 1995. — С. 31-48.
Складові журналу (газети)	Турбан В.В. Невизначеність як психологічна категорія / В. В. Турбан // Практична психологія та соціальна робота. — 1999. — №7. — С. 6-9
Тези доповідей	Безклубенко С. До уточнення понять “культура”, “культурологія” / С. Безклубенко // Інформаційна та культурологічна освіта на зламі тисячоліть : Матеріали міжнар. наук. конф. до 70-річчя ХДАК. — Х., 1999. — Ч. 1. — С. 44-45.

Орієнтовний перелік тем курсових робіт

№	Тема курсової роботи
1	Особливості побудови мезоциклів підготовки у важкій атлетиці
2	Педагогічна характеристика змагальної діяльності в гандболі
3	Аналіз процесу підготовки у пауерліфтингу
4	Техніка виконання поштовху важкоатлетами високої кваліфікації різних вагових категорій
5	Теоретичні основи прогнозування спортивних здібностей у веслуванні на байдарках і каное
6	Фізична підготовка футболістів у річному циклі
7	Особливості застосування сучасних фітнес-технологій на заняттях фізичного виховання у ЗВО
8	Теоретичні передумови відбору у веслуванні на байдарках і каное
9	Виховання фізичних якостей старшокласників у дюсш як педагогічна проблема
10	Теоретичний аналіз стану розвитку спритності у юних волейболісток, які займаються у дюсш
11	Аналіз сфер діяльності регіональних управлінь молоді та спорту
12	Характеристика вольових якостей у спорті
13	Роль фізичної підготовки у змагальній діяльності кваліфікованих тхеквондистів
14	Формування опорно-ресорної властивості стопи з урахуванням вибору спортивної спеціалізації
15	Індивідуальні стилі діяльності гравців як складова тактики гандбольної команди
16	Вітчизняний досвід управління закладами масового спорту (на прикладі центрів фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх")
17	Теоретичні основи технічної підготовки юних баскетболістів у ДЮСШ
18	Методика функціональної підготовки футболістів різних ігрових амплуа
19	Особливості розвитку анаеробної витривалості у підлітковому віці
20	Аналіз існуючої системи фізичної культури і спорту студентів з обмеженими психофізичними можливостями в умовах навчання у закладах вищої освіти
21	Особливості професійної діяльності фахівців «Фізичної культури і спорту»
22	Роль спортивної орієнтації і відбору у діяльності ДЮСШ
23	Роль планування і контролю у системі підготовки гандболістів
24	Порівняльний аналіз організаційної роботи Хмельницької міської федерації та федерації Хмельницької області зі спортивної боротьби
25	Особливості процесу навчання техніці змагальних вправ у пауерліфтингу

ЛІТЕРАТУРА

1. Еко У. Як написати дипломну роботу: Гуманітарні науки / Умберто Еко / пер. за ред. О.Глотова. – Тернопіль: Мандрівець, 2007. – 224 с.
2. Єріна А.М., Захожай В.Б., Єрін Д.Л. Методологія наукових досліджень: Навчальний посібник / А.М.Єріна, В.Б.Захожий, Д.Л.Єрін. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 212 с.
3. Жалоба І.В. Основи наукового дослідження: Навчальнометодичний комплекс / І.В.Жалоба. – К.: КиМУ, 2006. – 23 с.
4. Іваницька О.П., Жалоба І.В. Методичні рекомендації до виконання і захисту випускних кваліфікаційних робіт / О.П.Іваницька, І.В.Жалоба. – К.: КиМУ, 2006. – 30 с.
5. Методичні рекомендації щодо підготовки та редагування бібліографічних посібників у виданнях / [уклад.: П. М. Сенько, О. М. Устіннікова]. – К.: Кн. палата України, 2008. – 40 с.
6. Методичні рекомендації щодо складання списку використаної літератури / уклад.: Мельник Н. А., Устіннікова О. М. – К.: НТБ ім. Г. І. Денисенка, 2010. – 23 с.
7. Нові інформаційні технології в наукових дослідженнях: програма для аспірантів. – К.: ВПЦ Київський університет, 2012. – 35 с.
8. Основні вимоги до дисертацій та авторефератів дисертацій // Бюлетень Вищої атестаційної комісії України.–2007.–№6 (92).–С.9–16.
9. Постоловський Р.М., Тихомирова Є.Б. Основи наукових досліджень. Опорний конспект лекцій / Р.М.Постоловський, Є.Б.Тихомирова. – Рівне: РІС КСУ, 2004.
10. Юськів Б.М. Методичні поради до виконання кваліфікаційної роботи магістра за спеціальністю 8.030404 Міжнародна інформація— / Б.М.Юськів.– Рівне: РІС КСУ, 2007. – 33 с.