

**Міністерство освіти і науки України
Заклад вищої освіти
«Відкритий міжнародний університет
розвитку людини «Україна»
Хмельницький інститут соціальних технологій**

**Адирхаєв С.Г.
Кравчук Л. С.**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО
ПІДГОТОВКИ ТА ОФОРМЛЕННЯ КУРСОВОЇ
РОБОТИ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«АДАПТИВНИЙ СПОРТ»**

*(для студентів спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти)*

Хмельницький 2020

УДК 796(072)
A30

Розглянуто на засіданні кафедри фізичної терапії, ергоterapiї, фізичної культури і спорту (Протокол № 1 від 07.09.2020 р.)

Укладачі: Адирхаєв С.Г.
Кравчук Л. С.

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Хмельницького інституту соціальних технологій
Університету «Україна»
(протокол №1 від 24 вересня 2020 року)*

Рецензенти:

- Белікова Н.О.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедрою фітнесу і рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки
- Солтик О. О.** – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедрою теорії і методики фізичного виховання і спорту Хмельницького національного університету

A30 Адирхаєв С.Г., Кравчук Л. С.

Методичні рекомендації до підготовки та оформлення курсової роботи з навчальної дисципліни „Адаптивний спорт” (для студентів спеціальності: 017 „Фізична культура і спорт” першого (бакалаврського) рівня вищої освіти) / уклад. С. Г. Адирхаєв, Л. С. Кравчук. – Хмельницький, 2020. – 30 с.

Ці методичні рекомендації складено відповідно до Закону України «Про вищу освіту», державних стандартів вищої освіти України, Положення про організацію освітнього процесу у Хмельницькому інституті соціальних технологій ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

УДК 796(072):796

© Адирхаєв С.Г., Кравчук Л. С., 2020
© ХІСТ Університету „Україна”, 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1. Робота над текстом курсової роботи.....	8
2. Оформлення курсової роботи.....	16
3. Підготовка до захисту й захист курсової роботи.....	22
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	23
ДОДАТКИ	24
<i>Додаток А.</i> Орієнтовний перелік тем для написання курсових робіт.....	24
<i>Додаток Б.</i> Зразок титульного аркуша курсової роботи.....	26
<i>Додаток В.</i> План виконання курсової роботи.....	27
<i>Додаток Г.</i> Зразок оформлення списку використаних джерел курсової роботи.....	28

ВСТУП

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

Мета 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 курсової роботи є формування умінь і навичок:

- опрацювання 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.

У результаті підготовки курсової роботи студент повинен набути *з-поміж загальних компетентностей наступні:*

СК 3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.

СК 4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.

СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

СК 15. Здатність виконувати професійні функції у сфері фізичної культури і спорту, з урахуванням стану здоров'я представників різних верств населення, у тому числі осіб з інвалідністю, та інтегрувати їх у фізкультурно-спортивне середовище, створюючи умови для розвитку й саморозвитку.

СК 16. Здатність контролювати функціональний стан та ступінь наявних порушень функціонування організму відповідно до нозологій осіб з інвалідністю для уникнення загострення патологічних станів в ході здійснення фізкультурно-спортивної діяльності.

СК 17. Здатність розв'язувати професійні завдання в умовах інклюзивного підходу до фізкультурно-спортивної діяльності з урахуванням вимог універсального дизайну та доступності занять для маломобільних осіб.

З-поміж спеціальних (фахових, предметних) компетентностей такі:

РН 1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

РН 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

РН 3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

РН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

РН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати і представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

РН 6. Мати базові знання із проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці.

РН 11. Обґрунтовувати вибір заходів із фізкультурно-

спортивної реабілітації та адаптивного спорту.

РН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

РН 22. Проектувати, організовувати та проводити заняття фізкультурою і спортом з урахуванням особливостей стану здоров'я.

РН 23. Безпечно та ефективно використовувати методи контролю основних життєвих показників осіб різного віку та осіб з інвалідністю.

РН 24. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію інклюзивного фізкультурно-спортивного середовища з урахуванням вимог універсального дизайну та доступності занять для маломобільних осіб.

Виконання 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. 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 завданням навчальної дисципліни і тісно пов'язуватися з практичними потребами конкретного фаху. Вона затверджується на засіданні кафедри. Виконання курсових робіт визначається навчальним планом підготовки фахівців.

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

Виконання курсових робіт спрямоване на досягнення таких цілей: ґрунтовне засвоєння необхідного теоретичного матеріалу та закріплення навичок дослідницької /

експериментальної роботи згідно з завданням наукового керівника; уміння використовувати одержані знання в конкретній ситуації; уміння теоретично обґрунтувати одержані результати; здатність чітко формулювати одержані результати та робити з них висновки; грамотно, без помилок, написати текст роботи відповідно до правил оформлення наукової документації; уміння логічно побудувати доповідь, захистити сформульовані положення та висновки; проявити здібності до самостійного пошуку розв'язання задачі.

Типова структура курсової роботи має бути такою: титульний аркуш; план виконання 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. РОБОТА НАД ТЕКСТОМ КУРСОВОЇ РОБОТИ

Рационально 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.

Виконання курсової роботи організовується відповідно до графіку, затвердженого кафедрою.

Процес роботи над дослідженням поділяється на чотири основні етапи:

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

Загалом послідовність виконання 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 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 курсової роботи

- процедура захисту курсової роботи на кафедрі.

Структура курсової роботи

Структура курсової роботи включає такі основні елементи:

- титульний аркуш,
- план виконання 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 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 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 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 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.

Другий етап починається з **вивчення та конспектування літератури з теми** 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 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 курсової роботи – це запорука успіху розкриття теми.

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

Готуючись до *викладу тексту 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 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 курсової роботи складається з двох розділів, підрозділів, пунктів та підпунктів. Кожний розділ починають з нової сторінки. У кінці кожного розділу та підрозділу формулюють короткі висновки.

У теоретичній частині роботи подається аналіз літератури з проблеми, яка досліджується. Його можна подати під назвами: «Розвиток ідей...», «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 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.

2. ОФОРМЛЕННЯ 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 дотримуватись вимог державного стандарту України ДСТУ ГОСТ 7.1:2015.

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 компліятивності праці, а недостатнє – знижує наукову цінність викладеного 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 круглій дужці. 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 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 курсової роботи має бути в межах 25–30 сторінок друкованого тексту.

Літературне оформлення 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 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. Кожен 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.

Курсова робота відкривається титульним аркушем (Додаток Б). 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 курсової роботи.

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.

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, 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 була 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, Ї, О, Ч, Б. Наприклад: Додаток А, додаток Б і т. д. Один додаток позначається як додаток А.

3. ПІДГОТОВКА ДО ЗАХИСТУ Й ЗАХИСТ КУРСОВОЇ РОБОТИ

Захист 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 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 довелося зіткнутися у процесі дослідження; які положення не знайшли підтвердження.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бріскін Ю.А. Адаптивний спорт. Спеціальні олімпіади. Львів, Ахіл, 2013. 128 с.
2. Бріскін Ю.А. Організаційні основи паралімпійського спорту. Львів : Кобзар, 2014. 180с.
3. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів. Київ : Олімпійська література, 2006. 263 с.
4. Бріскін Ю. А. Теоретико-методичні основи інваспорту : монографія. Льві : Кварт, 2005. 355 с.
5. Бріскін Ю. А., Передерій А. В., Строкатов В. В. Паралімпійський спорт. Львів: Арал, 2001. 141 с.
6. Еко У. Як написати дипломну роботу: Гуманітарні науки. Тернопіль : Мандрівець, 2007. 224 с.
7. Єріна А. М., Захожай В .Б., Єрін Д. Л. Методологія наукових досліджень : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2004. 212 с.
8. Жалоба І. В. Основи наукового дослідження : навчально-методичний комплекс. Київ : КиМУ, 2006. 23 с.
9. Іваницька О. П., Жалоба І. В. Методичні рекомендації до виконання і захисту випускних кваліфікаційних робіт. Київ : КиМУ, 2010. 30 с.
10. Методичні рекомендації щодо підготовки та редагування бібліографічних посібників у виданнях / уклад.: П. М. Сенько, О. М. Устіннікова. Київ : Кн. палата України, 2018. 40 с.
11. Методичні рекомендації щодо складання списку використаної літератури / уклад. : Мельник Н. А., Устіннікова О. М. Київ : НТБ ім. Г. І. Денисенка, 2019. 23 с.
12. Нові інформаційні технології в наукових дослідженнях: програма для аспірантів. Київ : ВПЦ Київський університет, 2020. 35 с.
13. Постоловський Р. М., Тихомирова Є. Б. Основи наукових досліджень. Опорний конспект лекцій. Рівне : РІС КСУ, 2017.

ДОДАТКИ

Додаток А

Орієнтовний перелік тем для написання курсових робіт

1. Вдосконалення фізичної підготовленості волейболісток з ДЦП середнього шкільного віку у підготовчий період.
2. Методика розвитку швидкісно-силових якостей у учнів із загальним захворюванням 13-14 років
3. Рухливі ігри, як засіб розвитку фізичних якостей у дітей молодшого шкільного вікуз ДЦП.
4. Напрямки розвитку адаптивного спорту в Україні.
5. Організація змагань у паролімпійському спорті.
6. Спортсмени України у паролімпійському спорті.
7. Розвиток фізичних якостей у студентів з порушенням постави засобами гри в бадмінтон.
8. Організаційні засади, структура та матеріальна основа розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні
9. Зміцнення загального фізичного здоров'я засобами рухливих ігор на базі Хмельницького обласного регіонального центру Інваспорт.
10. Застосування методу колового тренування як важливий чинник оптимізації навчання на заняттях спортивної секції на базі Хмельницького обласного ДЮСШ серед дітей віком 8-10 років з вадами слуху.
11. Використання ігрового навантаження на заняттях з фізичного виховання з учнями спеціальних медичних груп на базі ХІСТ.
12. Особливості формування індивідуального підходу до учнів с особливими потребами на уроках фізичної культури.
13. Адаптивна фізична культура, як нова інтегральна наука, навчальна дисципліна, найважливіша область соціальної практики.
14. Адаптивне фізичне виховання як вид адаптивної фізичної культури.
15. Адаптивний спорт як вид адаптивної фізичної культури.

16. Адаптивний спорт, як соціальне явище.
 17. Фактори, що зумовлюють виникнення та розвиток адаптивного спорту.
 18. Концепція адаптивного спорту в системі міжнародного олімпійського руху.
 19. Історія виникнення руху «Спеціальної Олімпіади».
 20. Хронологія Спеціальних Олімпіад.
 21. Основні принципи діяльності організації «Спеціальні Олімпіади». Структура Міжнародної організації «Спеціальні Олімпіади», її завдання та функції.
 22. Види спорту в програмі СО, поняття про програми СО.
 23. Організація та проведення змагань за програмою СО.
 24. Характеристика і зміст обов'язкової тренувальної програми СО з виду спорту.
 25. Історія та хронологія Дефлімпійських ігор.
- Студент має право запропонувати свою тему курсової роботи.

Додаток Б
Зразок титульного аркуша курсової роботи

Міністерство освіти і науки України
Заклад вищої освіти
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини
«Україна»
Хмельницький інститут соціальних технологій
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і
спорту

КУРСОВА РОБОТА

з дисципліни „_____”
на тему „_____”

Виконав:

студент ____ курсу групи _____
_____ форми навчання

(ПІБ)

Науковий керівник:

(науковий ступінь, вчене звання)

(ПІБ)

Хмельницький -202__

Додаток В
План виконання курсової роботи

Заклад вищої освіти
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини
«Україна»
Хмельницький інститут соціальних технологій

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії,
фізичної культури і спорту

ЗАВДАННЯ

на виконання курсової роботи _____

Назва дисципліни

Студента(ки) _____ курсу, група _____

Шиф _____ Підпис _____ Ініціали, прізвище _____

Під керівництвом _____

Тема курсової роботи: _

План виконання курсової роботи

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

Додаток Г
Приклади оформлення
бібліографічного опису в списку
використаних джерел згідно
ДСТУ 8302:2015

Книги
Один автор

1. Ващенко І. В. Професійна успішність працівників правоохоронної сфери: онтологія проблематики. *Проблеми сучасної психології* : Зб-к наук. пр. Кам'янець Подільського нац. ун-ту ім. Івана Огієнко, Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Вип. 12. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2011. С. 159–168.

2. Клименко В. В. Теоретики-методологічні проблеми психології (психосеміотичний аналіз понять) : монографія. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 304 с.

3. Колярова А.О. Розвиток рефлексії тілесного досвіду в умовах різних навчальних середовищ. *Технології розвитку інтелекту*. 2018. Т. 2. № 9 227 (20). URL : http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/article/view/354

4. Ложкін Г. В. Психологічний потенціал успішної особистості. *Успішність особистості: потенціал та обмеження* : тези доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 18 березня 2010 р.) / за редакцією М. Л. Смульсон, Л. М. Зінченко. Київ, 2010. С. 31–35.

Два і більше авторів

1. Бабаян Ю. О., Грішман Л. О. Особливості психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних умовах. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки*. 2014. Вип. 2.13. С. 17–21.

2. Бондарук А., Ткаченко М. Тренінгове заняття «Формування позитивного мислення». Світловодськ, 2015. 9 с. URL : <http://svitlosvit.com.ua/uploads/files/default/treningove-zanyattya-formuvannya-pozit.mislennya.doc>.

3. Павлова И. А., Гуменников И. В., Монастырный Е. А., Барышева Г. А., Касати Ф. Интегральные индексы как комплексные способы оценки благополучия старшего поколения / под науч. ред. докт. экон. наук Барышевой Г. А. Томск : СТТ, 2017. 286 с.

Колективний автор

1. История философии : энциклопедия / Составитель и главный научный редактор А. А. Грицанов. Минск : Интерпрессервис ; Книжный Дом, 2002. 1376 с

2. Котлер Ф. Основы маркетинга: учеб. пособие / пер. с англ. В.Б. Боброва. Москва, 1996. 698 с.

3. Методичні рекомендації до підготовки та захисту дипломних робіт магістра зі спеціальності 053 «Психологія» / за заг. ред. Г.А. Пріба. Київ: ППК ДСЗУ, 2019. 42 с.

4. Соціально-психологічна діяльність психолога в соціономічній сфері : кол. моногр. / Н. В. Волинець, С. М. Кондратюк, Л. В. Левицька, А. П. Фрадинська, І. В. Войціх, О. А. Новікова та ін.; за ред. Н. В. Волинець. Київ : ТАЛКОМ. 2018. 576 с.

Без автора

1. Матеріал для проведення гуманітарної підготовки з персоналом. Тема : Прикордонник – уповноважений представник держави на кордоні. Висока культура поведінки персоналу – запорука позитивного іміджу держави в очах суспільства. Київ, 2013. 8 с. URL : granica.at.ua/document/gumanitarna/gp_tema_14_kultura_povedinki.doc.

Автореферати дисертацій

1. Ковальчук О. П. Психологічні особливості професійної мотивації офіцерів Повітряних Сил Збройних Сил України : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Харків, 2013. 20 с.

2. Сметаняк В. І. Психологічні особливості ціннісного самовизначення старшокласників : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07 / Прикарпатський університет імені Василя Стефаника. Івано-Франківськ, 2003. 20 с.

Дисертації

1. Мул С. А. Психологія готовності офіцера-прикордонника до професійної діяльності : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.01 / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2016. 539 с.

2. Ставицький О. М. Теоретичні та методичні засади професійної підготовки майбутніх офіцерів-прикордонників : дис... д-ра пед. наук : 13.00.07. Хмельницький, 2015. 528 с.

Багатотомні видання

1. Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання населення в умовах соціально-економічної нестабільності: матеріали VII Міжнар. наук.-практ. конф. 28 жовт. 2014 р., м. Київ: у 2 ч. / уклад.: Л.М. Капченко, С.О. Тарасюк, Л.Г. Авдєєв та ін. Київ: ІПК ДСЗУ, 2014. Ч. 1. 218 с.

2. Генетика і селекція в Україні на межі тисячоліть: у 4 т. / гол. ред. В.В. Моргун. Київ: Логос, 2001. Т. 2. 636 с.

3. Словник української мови : в 11 тт. / АН УРСР. Інститут мовознавства ; за ред. І. К. Білодіда. Київ : Наукова думка, 1970-1980. Т. 3. С. 113.

Електронні ресурси

1. Наукові публікації і видавнича діяльність НАН України. Київ, 2007. URL: <http://www.nas.gov.ua/publications> (дата звернення: 25.03.2020).