МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ТЕОРІЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ З ОСНОВАМИ МЕТОДИК

Запоріжжя

2024

ІНДИВІДУАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ

1. Написання ЕСЕ

Есе – це невеликий за обсягом прозовий твір, що має довільну композицію і висловлює індивідуальні думки та враження з конкретного питання (проблеми).

Мета есе – розвиток навичок самостійного творчого мислення у студента й письмового послідовного викладу ним власних думок. Написання есе дозволить студенту навчитись чітко і грамотно формулювати думки, структурувати інформацію, використовувати основні категорії аналізу, виділяти причинно-наслідкові зв'язки, ілюструвати поняття відповідними прикладами, аргументувати свої висновки, а також володіти науковим стилем мовлення.

Вимоги до написання есе

Обсяг

до 3-х сторінок друкованого тексту, оформленого згідно діючих правил

Мова

українська

Зміст

висловлюються думки та особисте ставлення автора до обраної тематики

понад усе цінується самостійність і оригінальність, парадоксальність думок та оцінок, нестандартні ідеї

на першому плані – особистість автора

Композиція

композиція довільна

чіткість, послідовність та логічність висловлювань

обов'язковим є аргументованість і переконливість

Оформлення

естетичний вигляд роботи

дотримання правил граматики, орфографії і пунктуації

Стиль

стиль – художній або публіцистичний

емоційність досягається вживанням метафор, алегоричних образів

коректність у висловленні дискусійних думок

Особливості мови

розмовна інтонація

допускається розмовна лексика, що створює враження «живої бесіди» з читачем

уживання неповних речень, питальних та окличних конструкцій, риторичних звертань, запитань, тверджень

головна вимога – індивідуальність авторського стилю

Структура студентського есе

Назви структурних розділів, наведених нижче, не зазначаються у тексті есе. Виняток становить розділ «Список використаних джерел» (за його наявності).

1. Дані про автора: ПІБ, курс, група і спеціальність студента зазначаються курсивом в правому верхньому куті на першій сторінці.

Наприклад:

Суюнов А., курс 1, група 8.0177-2с

2. Тема есе: обирається згідно варіанту, наводиться посередині жирним шрифтом.

Наприклад:

Роль тренера при підготовці спортсмена

3. Вступ: коротко розкривається зміст обраної тематики і актуальність її розгляду. Якщо тематика стосується конкретної проблеми, визначається сутність ситуації, яка дозволить її вирішити. Можливе наведення цитат і крилатих висловів.

4. Основна частина: використовуючи тези і аргументи, здійснюється розкриття обраної тематики.

Думки автора есе викладаються у формі коротких тез. Думка повинна бути підкріплена доказами, тому за тезою слідують аргументи.

Аргументи – це факти, явища суспільного життя, події, життєві ситуації і життєвий досвід, наукові докази, посилання на думку вчених тощо. Аргументи мають бути логічно та стилістично пов’язані між собою. Доцільно приводити в середньому два-три аргументи на користь кожної тези. Кількість тез залежить від тематики, авторського плану та логіки розвитку думок. Кожну тезу і аргументи до неї можна виокремити підзаголовками.

Наявність ілюстрацій, таблиць, схем, графіків, діаграм і т. п. в тексті есе не обов’язкова, однак вони додають бали студенту під час оцінки його есе викладачем.

5. Висновки: ґрунтуються на наведених аргументах, є лаконічним узагальненням авторських роздумів. У вступі проблема (тема) ставиться, а у висновку – резюмується точка зору автора.

6. Список використаних джерел (за необхідності): складається згідно із ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 «Система стандартів з інформації, бібліотечної та видавничої справи. Бібліографічний запис. Бібліографічний опис. Загальні вимоги та правила складання».

Правила оформлення студентського есе

Есе подається викладачу у наступному вигляді:

листи формату А-4;
шрифт Times New Roman, кегель 14;
міжрядковий інтервал – 1,5;
відступ (абзац) – 1,25;
поля з усіх боків – 2 см.

Якщо при написанні есе використано цитати або витяги з літературних джерел, у тексті обов’язково мають міститись зноски на них зі списку, наприклад: [2, с. 14], де 2 – номер джерела, 14 – сторінка.

Список літературних джерел треба подати в алфавітному порядку або в порядку їх згадування у тексті.

Есе повинно бути скріплене зліва та в окремій папці.

З метою розвитку творчих здібностей та виявлення креативності у студентів викладач може дати завдання – оформити есе у вигляді презентації в Power Point.

Перелік тем для написання студентських есе, доповідей

1. Формування мотивації заняттям спортом
2. Фізична культура і спорт як соціальний інститут
3. Творчість фахівців в спортивній практиці
4. Педагогічна майстерність фахівця з фізичної культури
5. Стилі управління в спорті
6. Заслужені тренери сучасності: секрети успіху
7. Я і мій тренер: професіонал, наставник, особистість
8. Спортивна підготовка - шляхи і перспективи вдосконалення
9. Проблеми особистісно орієнтованої підготовки
10. Спортивне довголіття
11. Інтелектуалізація спортивної підготовки як нова парадигма розвитку сучасної теорії і методики спорту.
12. Видатні спортивні родини. Генетичні детермінанти соматичних і фізичних особливостей
13. Історія спортивного успіху знаменитих людей в своєму вигляді спорту
14. Опис особистого досвіду підготовки
15. Спортсмени України в іноземних професійних клубах
16. Система відбору новачків у професійному спорту
17. Особливості розвитку професійного спорту в Європі
18. Особливості розвитку ОВС в Європі
19. Особливості підготовки спортсменів ОВС
20. Особливості підготовки спортсменів ОВС в Європі та США

Теми мультимедійних презентацій

1. Класифікація видів спорту
2. Соціальні функції спорту
3. Основні поняття і загальні положення організації та проведення змагань
4. Змагальна діяльність в спорті
5. Стомлення та відновлення в системі підготовки спортсменів
6. Позатренувальні і позазмагальні чинники в системі підготовки та змагальній діяльності спортсменів
7. Основні поняття проблеми спортивного відбору і орієнтації, їх взаємозв’язок та суттєві характеристики

8. Структура спортивного відбору: етапи, цільові установки, зміст
9. Основи управління в системі підготовки спортсменів
10. Комплексний контроль і облік в підготовки спортсменів
11. Модулювання і прогнозування в процесі підготовки спортсменів
12. Спортивно-технічна підготовка спортсменів в циклічних та командно-ігрових видах спорту
13. Спортивно-тактична підготовка спортсменів в циклічних та командно-ігрових видах спорту
14. Психологічна підготовка спортсменів в циклічних та командно-ігрових видах спорту
15. Особисті та професійні якості тренера викладача
16. Рухові якості і фізична підготовка спортсменів в циклічних та командно-ігрових видах спорту
17. Організація спортивного тренування в обраному виду спорту
18. Основи побудови процесу спортивної підготовки. Спортивна підготовка як багатолітній процес, її структура
19. Побудова тренування у мікроциклах
20. Побудова тренування у мезоциклах
21. Побудова тренування у макроциклах
22. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів
23. Енергозабезпечення м'язової діяльності. Системи енергозабезпечення м'язової діяльності і їх функціонування

Рекомендована література

Основна:

1. Іваній І.В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту: навчально-методичний посібник. Київ: Університетська книга, 2023. 128 с.
2. Зайченко І.В. Теорія і методика професійного навчання. Київ: Ліра-К, 2024. 580 с.
3. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки: у запитаннях і відповідях: навчально-методичний посібник. Київ: КНТ, 2019. 159 с.
4. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. Київ: НВП Поліграфсервіс, 2013. 136 с.
5. Шкребтій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. Київ: Олімп. л-ра, 2005. 257 с.

Інформаційні ресурси

1. З а к о н У к р а ї н и «Про фізичну культуру і спорт» від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12.
2. Закон України «Про антидопінговий контроль у спорті». *Відомості Верховної Ради України*. 2001. № 23. URL: http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=2353-14.
3. Закон України «Про підтримку олімпійського, паралімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні». *Відомості Верховної Ради України*. 2000. № 43. URL: http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=1954-14.
4. Олімпійська хартія Міжнародного Олімпійського комітету. URL: http://noc-ukr.org/files/OfficialDocuments/CHARTER%20July%202007-Feb08.pdf.