**ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № з/п | Назва теми | Бали |
| 1. Теми для індивідуального науково-дослідного завдання – **есе** | | 10 |
|  | * + 1. Жінка в екстремальній спортивній діяльності     2. Твій погляд на ризикову поведінку в екстремальних видах спорту.     3. Екстремальність і гуманізм в спортивній діяльності.     4. Пошук відчуттів, заняття спортом і проведення вільного часу     5. Історія незвичайної подорожі, сходження, пригоди. |
| 2 | Зробити мультимедійну презентацію з різновидів екстремального спорту. Вибрати категорію спрямованості (водна, повітряна, гірська, наземна, екзотична).  Наприклад: гірська – вибрати з цієї категорії три види спорту (Альпінізм, гірські лижі, гірський туризм, льодолазіння, маунгінбайк, скелелазіння, скі-тур, сноубординг, трекінг, хели-скі) і зробити мультимедійну презентацію | 10 |

**Есе** (фр. досвід, проба, спроба, нарис) – це прозовий твір невеликого об’єму і вільної композиції.

Це виклад у вільній формі (як правило, короткий, в обсязі не більше однієї сторінки) думок з приводу цілей і сенсу кар’єри. Вільна форма дозволяє в повній мірі продемонструвати творчі здібності, нестандартність і гнучкість мислення, навички письмової комунікації і ефективної самопрезентації. У ньому здобувач розкриває свій погляд на кар’єру, описує причини і особливості вибору їм професії, характеризує образ майбутнього і розкриває власні стратегії досягнення кар’єрного успіху. Дивитись приклад на сайті <http://www.rdfo.ru/?menu=EssayEx1>

Наприклад: Лист А4

|  |
| --- |
| **Індивідуальне завдання *студента* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ групи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**  ***Есе*** на тему: «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_»  **Вступ**  *Структура і план есе.*  Структура визначається такими вимогами:  1) думки автора з проблеми викладаються у формі коротких тез (Т);  2) думка повинна бути підкріплена доказами, тому за тезою слідують аргументи (А).  **Висновки**   * Текст статті друкується через 1 інтервал, абзацний відступ – 1,25 см, вирівнювання по ширині, шрифт - не менше 14 кегль, російською або українською мовою (на сторінку форматом А4). * Обсяг – від трьох до семи сторінок комп’ютерного тексту. |

Деякі ознаки есе:

* наявність конкретної теми або питання. Твір, присвячений аналізу широкого кола проблем, за визначенням не може бути виконано в жанрі есе.
* есе виражає індивідуальні враження та міркування з конкретного приводу чи питання і явно не претендує на визначальну або вичерпне трактування предмета.
* як правило, есе передбачає нове, суб’єктивно забарвлене слово про що-небудь, такий твір може мати філософський, історико-біографічний, публіцистичний, літературно-критичний, науково-популярний або чисто белетристичний характер.
* в змісті есе оцінюються в першу чергу особистість автора – його світогляд, думки і почуття.

*Структура і план есе.*

Структура визначається такими вимогами:

1) думки автора з проблеми викладаються у формі коротких тез (Т);

2) думка повинна бути підкріплена доказами, тому за тезою слідують аргументи (А).

Аргументи – це факти, явища суспільного життя, події, життєві ситуації і життєвий досвід, наукові докази, посилання на думку вчених та ін. Кількість тез і аргументів залежить від теми, обраного плану, логіки розвитку думки: вступ; теза, аргументи; теза, аргументи; теза, аргументи; висновок.

*При написанні есе важливо також враховувати наступні моменти:*

1. вступ і висновок повинні фокусувати увагу на проблемі (у вступі вона ставиться, наприкінці – резюмується точка зору автора);
2. необхідно виділення абзаців, червоних рядків, встановлення логічного зв’язку абзаців: так досягається цілісність роботи;
3. стиль викладу: емоційність, експресивність, художність. Фахівці вважають, що належний ефект забезпечують короткі, прості, різноманітні за інтонацією пропозиції.

***Ознаки Есе.***

1. Невеликий обсяг.  Будь-яких жорстких меж не існує. Обсяг – від трьох до семи сторінок комп’ютерного тексту. Наприклад, в Гарвардській школі бізнесу часто пишуться есе всього на двох сторінках.

2. Конкретна тема і підкреслено суб’єктивна її трактування. Тема есе завжди конкретна. Вона не може містити багато тем чи ідей (думок), і відображає тільки один варіант, одну думку. І розвиває її. Це відповідь на одне питання.

3. Невимушеність розповіді. Автору такого твору важливо встановити довірливий стиль спілкування з читачем; щоб бути зрозумілим, він уникає навмисно ускладнених, неясних, надмірно суворих побудов. Дослідники відзначають, що гарне есе може написати тільки той, хто вільно володіє темою, бачить її з різних сторін і готовий пред’явити читачеві не вичерпний, але багатоаспектний погляд на явище, що стало відправною точкою його роздумів.

4. Орієнтація на розмовну мову. У той же час необхідно уникати вживання сленгу, шаблонних фраз, скорочення слів, надто легковажного тону. Мова, що вживається при написанні, повинен сприйматися серйозно.

Важливо визначити (усвідомити) тему, бажаний обсяг і цілі кожного параграфа. Почніть з головної ідеї або яскравої фрази. Завдання – відразу захопити увагу читача (слухача). Тут часто застосовується порівняльна алегорія, коли несподіваний факт або подія зв’язуються з основною темою.

***Правила написання есе.***

Внутрішня структура може бути довільною. Оскільки це мала форма письмової роботи, то не потрібно обов’язкове повторення висновків в кінці, вони можуть бути включені в основний текст або в заголовок.

Аргументація може передувати формулюванню проблеми. Формулювання проблеми може збігатися з остаточним висновком. На відміну від реферату, який адресований будь-якому читачеві, тому починається з «Я хочу розповісти про ...», а закінчується «Я прийшов до наступних висновків ...», есе – це репліка, адресована підготовленому читачеві (слухачеві). Тобто людині, який в загальних рисах вже представляє, про що піде мова. Це дозволяє автору зосередитися на розкритті нового і не захаращувати виклад службовими деталями.

***Основні помилки при написанні есе.***

1. Погана перевірка. Перечитайте і переконайтеся в тому, що у написаному немає жодних двозначних виразів, невдалих оборотів. Приклади: – «Працювати у Вас, в чудовому місці, де багато архітектури в готичному стилі, буде для мене захоплюючою проблемою».

2. Виснажливі передмови, недостатня кількість деталей. Занадто часто цікаве есе програє в тому, що представляє собою перерахування тверджень без ілюстрації їх прикладами.

3. Багатослівність. Есе обмежені певною кількістю слів, тому вам необхідно розумно розпорядитися цим обсягом.

4. Довгі фрази. Найкраще, коли довгі фрази чергуються з короткими. Спробуйте прочитати есе вголос. Якщо відчуєте, що у вас перехоплює подих, розбийте параграф на більш дрібні абзаци. Коли ви закінчите писати, зробіть таку вправу. Дайте кожному абзацу букву: або S (short), або M (medium), або L (long). S – менше 10 слів, M – менше 20 слів, L – 20 і більше слів. Правильним є наступний або схожий порядок букв – M S M S. Неправильним є така послідовність: S S S M L L L.

5. Не перевантажуйте есе. При написанні відкиньте слова з енциклопедій. Неправильне вживання таких слів відволікає увагу читача, применшує значення вашого твору.