

Практичне завдання 9.

Тема: Сутність, роль і значення наукових досліджень у фізичній культурі та спорті

Мета: сформувати практичне розуміння важливості наукових досліджень для розвитку фізичної культури, спорту та фітнесу, а також навчити студентів застосовувати наукові підходи у професійній діяльності.

Хід роботи:

1. Аналіз літератури та джерел

- Ознайомтеся з трьома науковими статтями (за останні 5 років) на тему інновацій у тренувальному процесі, фізичному вихованні чи фітнесі.
- Складіть короткі анотації (5–7 речень) до кожної статті, виділивши основну ідею, методи дослідження та практичне значення.

2. Порівняльний аналіз

- Визначте спільні та відмінні риси у висновках досліджень.
- Складіть таблицю, де буде відображено: *тема дослідження – застосовані методи – результати – практичне значення для спорту/фітнесу.*

3. Приклад із практики

- Опишіть приклад упровадження результатів наукового дослідження у тренувальний процес (наприклад, використання технологій моніторингу навантажень, нових методик відновлення, інноваційного обладнання).
- Обґрунтуйте, чому цей приклад можна вважати підтвердженням важливості наукової діяльності для професії тренера чи викладача фізичного виховання.

4. Міні-дослідження

- Розробіть невелике опитування (5–7 запитань) для студентів своєї групи щодо їхнього ставлення до науки у спорті.
- Проведіть опитування, проаналізуйте результати та зробіть висновки (0,5–1 сторінка).

Формат виконання:

- Письмова робота (3–5 сторінок друкованого тексту).
- Оформлення таблиці обов'язкове.
- У роботі повинні бути використані посилання на наукові джерела.

Критерії оцінювання:

- Повнота і глибина аналізу (до 30 балів).
- Якість порівняльної характеристики та таблиці (до 20 балів).
- Аргументованість прикладу з практики (до 20 балів).
- Якість та логічність міні-дослідження (до 20 балів).
- Оформлення та відповідність вимогам (до 10 балів).