

**Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського**

Факультет фізичного виховання і спорту

Драчук А.І.

Яковлів В.Л.

**Методичні рекомендації щодо написання
курсівих робіт**

**(за спеціальністю: 017 Фізична культура і спорт,
014 Середня освіта. Фізична культура)**

Вінниця – 2025

Рекомендовано
вченою радою факультету фізичного
виховання і спорту Вінницького
державного педагогічного
університету
імені Михайла Коцюбинського
(пр. № 4 від 15. 11. 2025 р.)

Рецензенти: **Вознюк Т. В.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри теорії і методики спорту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Щепотіна Н. Ю. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Драчук А.І., Яковлів В.Л. Методичні рекомендації щодо написання курсових робіт за спеціальністю: 017 Фізична культура і спорт, 014.11 Середня освіта. (Фізична культура). Методичні рекомендації для здобувачів СВО бакалавра факультету фізичного виховання і спорту. Вінниця: ВДПУ імені М. Коцюбинського, 2025, 43 с.

У методичних рекомендаціях викладені вимоги до написання курсових робіт здобувачами факультету фізичного виховання і спорту за навчальними дисциплінами.

ЗМІСТ

ВСТУП	4
1. ОСНОВНІ ВИМОГИ ЩОДО НАПИСАННЯ КУРСОВИХ РОБІТ	6
1.1. Планування роботи	7
1.2. Вибір теми дослідження	8
1.3. Визначення предмета й об'єкта дослідження	10
1.4. Визначення мети та завдань дослідження	11
1.5. Розробка наукової гіпотези	12
1.6. Вибір методів дослідження	13
2. МАТЕМАТИКО-СТАТИСТИЧНА ОБРОБКА РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ	15
3. ОСНОВНІ ВИМОГИ ДО РУКОПISУ Й ОФОРМЛЕННЯ	22
4. ПІДГОТОВКА ТА ЗАХИСТ КУРСОВИХ РОБІТ	28
5. ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА КУРСОВИХ РОБІТ	30
5.1. З навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування»	30
5.2. З навчальної дисципліни: «Управління підготовкою юних спортсменів»	32
ВИКОРИСТАНІ ТА РЕКОМЕНДОВАНІ ЛІТЕРАТУРНІ ДЖЕРЕЛА	34
ДОДАТКИ	38

ВСТУП

Курсова робота є однією з форм залучення здобувачів освіти до самостійного отримання знань при вивченні певної проблеми у форматі передбаченої програмою навчальної дисципліни на підставі опрацювання наукової та методичної літератури. Вона сприяє формуванню в здобувачів освіти творчих здібностей щодо аналізу й узагальнення фактів, навичок ведення наукової та методичної роботи, а також проведення експериментальних наукових досліджень.

Відповідно до навчальних планів факультету фізичного виховання і спорту здобувачі вищої освіти повинні виконувати курсові роботи:

- третій курс ступеня вищої освіти бакалавра у 6-му семестрі за дисциплінами: «Теорія і методика фізичного виховання» - для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура); «Основи теорії і методики спортивного тренування» - для спеціальності 017 Фізична культура і спорт;

- четвертий курс ступеня вищої освіти бакалавра за дисципліною «Управління підготовкою юних спортсменів» - за спеціальностями 014 Середня освіта (Фізична культура), 017 Фізична культура і спорт у 7-му семестрі.

Тематика курсових робіт розробляється та затверджується на кафедрах факультету фізичного виховання і спорту.

Написання курсової роботи складається з декількох етапів. На першому етапі здійснюється добір і опрацювання наукової літератури

з досліджуваної теми. На другому етапі на підставі попереднього вивчення літератури складається план курсової роботи.

Третій етап виконання курсової роботи передбачає узагальнення матеріалу й оформлення текстової частини.

Заключний (четвертий) етап присвячений редагуванню та завершальному оформленню курсової роботи.

Обсяг курсової роботи становить 25-30 сторінок друкованого тексту.

Курсові роботи захищаються на відповідних кафедрах факультету фізичного виховання і спорту перед комісією, яку призначає завідувач кафедрою, до складу комісії входять провідні викладачі. Курсові роботи зберігаються на кафедрі впродовж 3 років.

1. ОСНОВНІ ВИМОГИ ЩОДО НАПИСАННЯ КУРСОВИХ РОБІТ

Написання курсової роботи є одним із важливих етапів до підготовки і захисту кваліфікаційних робіт, які є складовою підсумку державної атестації випускників на предмет відповідності їх підготовки державному освітньому стандарту. Курсова робота є одним із важливих видів навчального процесу та виконується здобувачем відповідно до навчального плану кожної зі спеціальності в межах годин, відведених на вивчення дисципліни, з якої передбачено виконання цих робіт.

За змістом і характером роботи курсові можна поділити на кілька типів: теоретичні (виконуються на підставі аналізу й узагальнення літературних відомостей з вибраної теми); емпіричні (передбачають вивчення й узагальнення передового досвіду педагогів-новаторів в галузі фізичної культури і спорту); конструкторські (пов'язані з винахідницькою роботою здобувачів освіти, такими що представляють технічний опис конструкцій тренажерів, їхнє призначення й обґрунтування доцільності використання, передбачає створення комплексу електронних варіантів методичних рекомендацій, комп'ютерних програм тощо); експериментальні (побудовані на педагогічному експерименті в галузі фізичної культури і спорту). Треба відзначити, що, незалежно від типу, кожна курсова робота передбачає самостійний аналіз наукового матеріалу, необхідного для розкриття теми.

Тематика курсових робіт щорічно переглядається і затверджується відповідною кафедрою одночасно затверджується графік їхнього виконання. Студентові надається право вибору теми курсової роботи.

Зміст курсової роботи повинен забезпечити розкриття вибраної теми.

1.1. Планування роботи

Процес виконання курсової роботи відбувається за такою схемою:

- вибір теми дослідження;
- вивчення науково-методичної літератури;
- визначення об'єкта і предмета дослідження;
- визначення мети і завдань;
- вибір відповідних методів дослідження;
- формулювання назви роботи;
- підготовка і проведення досліджень;
- математико-синтаксична обробка результатів дослідження;
- узагальнення отриманих даних;
- формулювання висновків і практичних рекомендацій;
- оформлення роботи, перевірка на плагіат;
- захист.

1.2. Вибір теми дослідження

Вибір теми курсової роботи – одне із відповідальних і складних завдань, від правильного вирішення якого значною мірою залежить успіх роботи. Велика кількість тем, які потрібно розробляти як практично, так і теоретично вимагає знання загальних положень і методик. Важливим критерієм правильності вибору теми слугує актуальність (теоретична й практична вагомість), що у свою чергу передбачає подальше застосування одержаних результатів у практиці фізичної культури та спорту.

Ознаками актуальності теми є:

- загальний інтерес з боку вчених, педагогів, тренерів до проблеми;
- наявність практичної потреби в розробці питання на сучасному етапі;
- потреба розробки теми у зв'язку з регіональними особливостями.

На сучасному етапі найбільш актуальними є дослідження, пов'язані з оздоровчим, навчальним і виховним впливом засобів фізичної культури і спорту, в тому числі нових, нетрадиційних фізкультурно-спортивних видів за віком, рівнем підготовленості, способом життя, навчальної, трудової діяльності тих, хто займається. Особливе значення має дослідження прикладного напрямку застосування засобів і методів фізичної культури і спорту.

Виникає значна потреба в розробці питань щодо удосконалення методик навчання техніки виконання різних видів вправ, техніко-тактичних прийомів (ТТП). Значну допомогу можуть надавати

сучасні інформаційні технології. Спеціального наукового обґрунтування погребує організація й методика проведення тренувального заняття:

- зміст заняття та його окремих частин, планування послідовності вивчення ТТП з урахуванням можливостей переносу ефекту (позитивного, негативного) від оволодіння одним прийомом на інший - наступний;

- вплив сучасного обладнання й інвентарю на розвиток фізичних якостей, оволодіння технікою та тактикою виду спорту;

- регулювання навантаження й відпочинку в процесі тренувальною заняття з врахуванням межі можливих навантажень;

- вплив уваги й пам'яті на процес вивчення нових вправ протягом всього заняття;

- стосунки між тренером і спортсменами в процесі заняття, диференційований і індивідуальний підхід тренера до спортсменів;

- система домашніх завдань, самостійних занять і їх ефективність.

Правильний вибір теми курсової роботи, її успішне виконання забезпечує відповідна матеріально-технічна й експериментальна база для проведення досліджень, основу якої становить насамперед необхідна література з теми, науково-дослідна апаратура, сучасне обладнання та наявність лабораторного обладнання, місце проведення досліджень і відповідний контингент осіб, що беруть участь у експерименті.

При виборі теми треба чітко уявляти її межі. Успішний результат виконаного дослідження залежить не від кількості

поставлених завдань, а від ґрунтовності й глибини їхнього аналізу (розкриття). Більш об'ємна тема для здобувача може бути непосильною, тому що вимагає певного досвіду ведення науково-дослідної роботи та часу виконання.

1.3. Визначення предмета й об'єкта дослідження

Об'єктом педагогічної науки, до якої належить сфера фізичної культури і спорту, є навчально-тренувальний процес, навчально-організаційний, управлінський процес, тренувальний процес. Основним об'єктом наукових досліджень можуть бути педагогічні процеси, які відбуваються в ДЮСШ, ЗВО, спортивному клубі.

Об'єкт дослідження повинен бути чітко окреслений, щоб можна було прослідкувати коло об'єктивної реальності, до складу якого входить і предмет в ролі важливого елемента при безпосередньому взаємозв'язку з іншими складовими цього об'єкта.

Предметом педагогічного дослідження можуть виступати: прогнозування, удосконалення й розвиток навчально-виховного процесу, управління підготовкою спортсменів в умовах загальноосвітнього і середньо-спеціального та вищого закладу освіти; зміст тренувального процесу; форми і методи спортивної підготовки; діагностика навчально-тренувального процесу; шляхи, умови, фактори удосконалення процесу навчання, виховання, тренування; характер психолого-педагогічних вимог і взаємодії між тренером і спортсменами; особливості та тенденції розвитку спортивно-педагогічної науки й практики педагогічних стосунків. Отже, об'єктом виступає те, що досліджується, а предметом – те що в

цьому об'єкті має наукове пояснення. А тому предмет дослідження визначає і тему дослідження. Наведемо приклад:

Об'єкт дослідження – система фізичного виховання і спорту здобувачів вищої освіти, *предмет дослідження* – процес формування мотиваційно-ціннісного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичної культури і спорту, *тема дослідження* – формування мотиваційно-ціннісного ставлення здобувачів вищої освіти до фізичної культури і спорту.

1.4. Визначення мети та завдань дослідження

Виходячи із теми курсової роботи, її об'єкта та предмета, необхідно приступити до визначення мети та завдань дослідження. Мета формулюється коротко та зрозуміло, висловлюючи те основне, що повинен зробити дослідник і до якого кінцевого результату він наближується.

Метою дослідження курсових робіт може бути розробка методик і засобів навчання, тренування, виховання певних рис особистості, розвиток фізичних якостей, форм і методів спортивного тренування в різних структурах ДЮСШ, ЗВО, спортивних клубах, спортивних товариствах тощо. Зміст тренувального процесу, шляхів і засобів удосконалення управлінням навчально-тренувальним і виховним процесами.

Наприклад, мета роботи, пов'язана з методикою розвитку координаційних здібностей у спортсменів на основі використання спеціально розробленої програми, може бути сформульована так: «Удосконалення методики розвитку координаційних здібностей у

юних легкоатлетів групи початкової підготовки під впливом засобів спортивних ігор». Визначивши мету курсової роботи, потрібно окреслити ряд завдань, які треба вирішувати в процесі дослідження. Таких завдань може бути 2-4. Наприклад, в ролі одного із них може бути завдання, яке пов'язане з вивченням стану питання; друге – розробка експериментальної методики навчання або тренування, і третє – з виявленням ефективності його застосування на практиці. Завдання повинні бути сформульовані чітко і лаконічно. Формулювання завдань не повинні починатися однаково, тому пропонуємо можливі початки: “Вивчити”, “Розробити”, “Виявити”, “Установити”, “Обґрунтувати”, “З’ясувати”.

1.5. Розробка наукової гіпотези

Знання предмета дослідження дозволяє розробити наукову гіпотезу – передбачити важливий шлях вирішення поставлених завдань, а також можливі результати вивчення педагогічного явища та теоретичне пояснення фактів. Джерелами розробки гіпотези може бути узагальнення педагогічного досвіду, аналіз наукових фактів і подальший розвиток наукових теорій. Будь-яка гіпотеза повинна розглядатися насамперед як вихідне положення для дослідження, яке може підтвердитися чи не підтвердитися.

Загальним для гіпотез є те, що всі вони будуються та перевіряються на значному за обсягом фактичному матеріалі.

1.6. Вибір методів дослідження

Не зважаючи на те, що галузь фізичного виховання і спорту належить до педагогічних наук, її розвиток багато в чому залежить від рівня таких наук як педагогіка, психологія, соціологія, фізіологія, біологія, математика, інформатика тощо. У зв'язку з цим, у дослідженнях, що стосуються проблем фізичного виховання і спорту широко використовуються різні методи наукового пізнання з інших галузей науки та техніки. З одного боку, це явище можна вважати позитивним, тому що дає змогу вивчити питання, які досліджуються, в комплексі, а з іншого боку – багато різних методів певною мірою погіршує вибір відповідності конкретному дослідженню.

У цьому випадку основним орієнтиром для вибору методів дослідження повинні служити завдання курсової роботи. А тому завдання, окреслені перед початком дослідження, визначають способи їх вирішення та вибір відповідних методів.

У педагогічних дослідженнях фізіологічна і педагогічна діяльність вивчається з метою розкриття закономірного характеру навчально-тренувального процесу. Тому в дослідженнях у галузі фізичного виховання і спорту, основними методами є педагогічні, а інші методи розглядаються в ролі підпорядкованих педагогічним закономірностям.

Таким чином, у практиці проведення досліджень, спрямованих на вирішення завдань теорії і методики спортивного тренування, найбільше розповсюдження отримали такі методи:

1. Аналіз науково-методичної літератури, нормативних, документальних і архівних матеріалів.

2. Педагогічне спостереження.
3. Бесіда, інтерв'ю, анкетування.
4. Контрольні вправи, тестування.
5. Хронометрування.
6. Експертна оцінка.
7. Педагогічний експеримент.
8. Математико-статистичні методи.

2. МАТЕМАТИКО-СТАТИСТИЧНА ОБРОБКА РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

У більшості випадків у дослідженнях здобувачів вищої освіти, що виконують курсові роботи, можуть розв'язуватися питання виявлення ефективності тої або іншої методики навчання і тренування з використанням визначених засобів, прийомів і способів організації занять. Вони, звичайно, вирішуються шляхом проведення порівняльного педагогічного експерименту з виділенням експериментальних і контрольних груп, результати яких в теорії статистики прийнято називати незалежними.

Коли ми маємо дію з результатами, отриманими на початку або в кінці, на різних етапах проведення експерименту в одній і тій же групі (наприклад, при проведенні послідовного експерименту), ці результати є залежними.

У деяких випадках досліднику насамперед потрібно відповісти на питання: чи є ефективною застосована експериментальна методика? З цією метою розраховується достовірність різниць між отриманими в результаті проведення порівняльного педагогічного експерименту, даними експериментальних і контрольних груп або в разі послідовного експерименту – достовірність між результатами спортсменів, отриманих в констатуючому та формуючому експериментах. У педагогічних дослідженнях різниці вважаються достовірними при 5% рівні значущості, тобто при твердженні того чи іншого положення допускається похибка не більше, ніж у 5 випадках із 100.

Визначення достовірності різниць за t-критерієм Стьюдента:

t-критерій Стьюдента використовується тільки тоді, коли результати експерименту представлені у вигляді нормального розподілу результатів вимірювання.

Наведемо можливості використання критерію Стьюдента на конкретному прикладі. Наприклад, вам потрібно в'яснити ефективність кавчання виконання штрафних кидків м'яча в кошик за визначеною методикою. З цією метою проводиться порівняльний педагогічний експеримент: одна група (експериментальна), яка складається з 8 осіб, займається за визначеною експериментальною методикою, а інша (контрольна) – за традиційною, загальноприйнятою. Наукова гіпотеза полягає в тому, що застосована нова методика буде більш ефективною. Підсумком експерименту є виконання 50 штрафних кидків, за результатами яких треба розрахувати достовірність різниць і перевірити правильність висунутої гіпотези.

Що треба зробити для розрахунку достовірності різниць за t-критерієм Стьюдента.

1. Вирахувати середнє арифметичне величини x для кожної групи окремо за наступною формулою:

$$\bar{x} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i$$

де x , - значення окремого вимірювання;

n - загальне число вимірювань у групі.

Порівняльні результати штрафних кидків м'яча в кошик

Групи	<i>n</i>	Кількість влучень							
Експериментальна	8	35	40	28	32	30	25	43	44
Контрольна	8	23	20	43	35	15	26	24	28

Проставивши у формулу фактичні значення із табл. 1, отримали:

$$\bar{X}_e = \frac{35+40+\dots+44}{n} = \frac{277}{8} \approx 35$$

$$\bar{X}_k = \frac{23+20+\dots+28}{n} = \frac{214}{8} \approx 27$$

Зіставлення середньоарифметичних величин показує, що в експериментальній групі дана величина ($X=35$) вище, ніж у контрольній ($X=27$). Відповідно до кінцевого твердження того, що діти, які входили до експериментальної Групи, навчились виконувати кидки краще, тому треба переконатися в статистичній достовірності різниць (t) між розрахованими середньоарифметичними значеннями.

2. В обох групах вираховувалось стандартне відхилення (S) за наступною формулою:

$$S = \frac{X_{i \max} - X_{i \min}}{K},$$

де $X_{i \max}$ - найбільший показник; $X_{i \min}$ - найменший показник; K табличний коефіцієнт.

Порядок вираховування стандартного відхилення (S):

- визначити $X_{i \max}$ в обох групах;
- визначити $X_{i \min}$ в обох групах;

- визначити число вимірювань в кожній групі (n);
- знайти за спеціальною таблицею (табл. 2) значення коефіцієнта K , який відповідає числу вимірювань у групі (8).

Таблиця 2

**Значення коефіцієнта (K) С.І. Єрмолаєва для визначення
середнього квадратичного відхилення (S)**

n	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
0	-	-	1,13	1,69	2,06	2,33	2,53	2,70	2,85	2,97
10	3,08	3,17	3,26	3,34	3,41	3,47	3,53	3,59	3,64	3,69
20	3,74	3,78	3,82	3,82	3,90	3,93	3,96	4,00	4,03	4,06
30	4,09	4,11	4,14	4,14	4,19	4,21	4,24	4,26	4,28	4,30
40	4,32	4,34	4,36	4,38	4,40	4,42	4,43	4,45	4,47	4,48
50	4,50	4,51	4,51	4,54	4,56	4,57	4,59	4,60	4,61	4,63
60	4,64	4,65	4,66	4,68	4,69	4,70	4,71	4,72	4,73	4,74
70	4,76	4,77	4,78	4,79	4,80	4,81	4,82	4,82	4,84	4,84
80	4,85	4,86	4,87	4,88	4,89	4,90	4,91	4,92	4,92	4,93
90	4,94	4,95	4,96	4,96	4,97	4,98	4,99	4,99	5,00	5,01
100	5,02	5,02	5,03	5,04	5,04	5,05	5,06	5,06	5,07	5,08
110	5,08	5,09	5,10	5,10	5,11	5,11	5,12	5,13	5,13	5,14

Для цього в лівому крайньому стовпці під індексом (n) знаходимо цифру 0, тому що кількість вимірювань на нашому прикладі менше 10, а у верхньому ряду цифру 8; на їхньому пересіченні знаходимо – 2,85, що відповідає значенню коефіцієнта K при 8 досліджуваних;

- підставляємо отримані значення у формулу і робимо потрібні вираховування:

$$S_e = \frac{44 - 25}{2,85} \approx 6,6$$

$$S_k = \frac{43 - 15}{2,85} \approx 9,8$$

3. Вираховуємо стандартну похибку середнього арифметичного значення (m) за формулою:

$$m = \frac{S}{\sqrt{n-1}}, \text{ коли } n < 30, \text{ і } m = \frac{S}{\sqrt{n}}, \text{ коли } n \geq 30.$$

Вираховуємо для кожної групи значення:

$$m_e = \frac{6,6}{\sqrt{8-1}} = \frac{6,6}{2,6} \approx 2,5;$$

$$m_k = \frac{9,8}{\sqrt{8-1}} = \frac{9,8}{2,6} \approx 3,8;$$

4. Вирахуємо розрахункове значення t -критерію Стьюдента:

$$t = \frac{\bar{X}_e - \bar{X}_k}{\sqrt{m_e^2 + m_k^2}} = \frac{35 - 27}{\sqrt{2,5^2 + 3,8^2}} = \frac{35 - 27}{\sqrt{6,2 + 14,44}} = \frac{8}{\sqrt{20,7}} \approx \frac{8}{4,5} \approx 1,7$$

5. За спеціальною таблицею (табл. 3) визначаємо табличне значення t -критерію Стьюдента. Попередньо приймаємо рівень значущості ($p = 0,05$) та визначаємо число ступенів свободи (V);

$$V = n_1 + n_2 - 2 = 8 + 8 - 2 = 14$$

Після цього отримане значення (t) порівнюється з табличним при 5% рівні значущості ($t_{0,05}$) при числі ступенів свободи

$f = n_e + n_k - 2$, де n_e і n_k – загальне число індивідуальних результатів відповідно в експериментальній і контрольній групах. Якщо отримано t в експерименті більше табличного значення $t_{0,05}$, то різниця між середнім арифметичним двох груп вважається достовірною при 5% рівні значущості, і навпаки, іноді, коли отримано t менше табличного значення $t_{0,05}$ вважається, що різниця недостовірною і вона в середньоарифметичних показниках груп має випадковий характер. Табличне значення при 5% рівні значущості ($t_{0,05}$) визначається наступним чином:

- вирахувати число ступенів свободи $V = 8+8-2-14$; знайти за таблицею 3 табличне значення $t_{0,05}$ якщо $V = 14$.

Таблиця 3

Граничні значення t-критерію Стюдента для 5% і 1% рівня значущості залежно від числа студентів свободи

Число ступенів свободи	Граничне значення		Ступінь свободи	Граничне значення	
	p=0,05	p=0,01		p=0,05	p=0,01
1	12,71	63,60	21	2,08	2,82
2	4,30	9,93	22	2,07	2,82
3	3,18	5,84	23	2,07	2,81
4	2,78	4,60	24	2,06	2,80
5	2,57	4,03	25	2,06	2,79
6	2,45	3,71	26	2,06	2,78
7	2,37	3,50	27	2,05	2,77
8	2,31	3,36	28	2,05	2,76
9	2,26	3,25	29	2,04	2,76
10	2,23	3,17	30	2,04	2,75
11	2,20	3,11	40	2,02	2,70
12	2,18	3,06	50	2,01	2,68
13	2,16	3,01	60	2,00	2,66
14	2,15	2,98	80	1,99	2,64
15	2,13	2,95	100	1,98	2,63
16	2,12	2,92	120	1,98	2,62
17	2,11	2,90	200	1,97	2,60
18	2,10	2,88	500	1,96	2,59

На нашому прикладі табличне значення $t_{0,05} = 2,15$, порівнюємо його з вирахуванням t , яке рівне 1,7, т. ч. це число менше табличного значення (2,15). Відповідно, різниця між отриманими в експерименті середніми арифметичними значеннями вважається недостовірною, а відповідно недостатньо підстав для того, щоб говорити про те, що одна методика навчання кидків м'яча в кошик є ефективнішою за іншу. У такому випадку можна констатувати: $t = 1,7$ ($p > 0,05$) означає, що при проведенні 100 аналогічних експериментів вірогідність (p) отримання подібних результатів, коли середні арифметичні величини експериментальних груп будуть вищі від контрольних, більше 5%-го рівня значущості або менше 95 випадків із 100.

Підсумкове оформлення таблиці з урахуванням отриманих розрахунків і з приведенням відповідних параметрів може бути таким:

Таблиця 4

Результати виконання штрафних кидків м'яча баскетболістів експериментальної та контрольної груп

Групи	n	Очки							X	S	m	t	P
Експериментальна	8	35	40	28	32	30	25	43	35	6,6	2,5	1,7 > 0,05	
Контрольна	8	23	20	43	35	15	26	24	27	9,8	3,8		

3. ОСНОВНІ ВИМОГИ ДО РУКОПISУ Й ОФОРМЛЕННЯ

Оскільки мова піде про вимоги щодо змісту курсових робіт, оформлення текстового й ілюстративного матеріалу, особливостей бібліографічного опису, тому будь-яких стандартних вимог до структури курсової роботи немає. Але сама логіка викладення результатів передбачає виділення наступних частин і розділів:

1. Титульний лист.
2. Зміст.
3. Вступ.
4. Аналіз літературних джерел щодо теми дослідження.
5. Методи і організація дослідження.
6. Результати дослідження і їх обговорення.
7. Висновки.
8. Список літератури.
9. Додатки.

Залежно від типу курсової роботи її структура може варіюватися. Наприклад, курсова робота реферативного типу (теоретична) будується на основі аналізу літератури з вибраної теми (навчальних посібників, монографій, авторефератів, дисертацій, журнальних статей, збірників наукових статей, матеріалів наукових конференцій тощо). Тоді основні вимоги до такої роботи такі: змістовність, ґрунтовні знання літератури, логічність і послідовність викладення, самостійність аналізу, а також зовнішнє оформлення.

Теоретична (реферативна) робота, повинна мати титульний лист, зміст, вступ, текст, написаний за розділами теоретичного аналізу

проблеми, висновки, список використаної літератури, додатки. У вступі зазначається актуальність теми, мотивація її вибору, мета та завдання дослідження, об'єкт і предмет, практична та теоретична значущість. Аналіз літературних джерел виступає як самостійний метод дослідження. Оскільки аналіз літератури становить основний зміст таких робіт, то немає потреби виділяти спеціальний розділ “Аналіз літературних джерел з теми дослідження”. Відповідно до завдань дослідження весь зібраний матеріал систематизується і поділяється на розділи і параграфи. У перспективі подібні роботи можуть становити основу розділу “Аналіз літературних джерел з теми дослідження” кваліфікаційних робіт, пов'язаних загальною тематикою з курсовими роботами.

Зупинимося на характеристиці всіх розділів курсової роботи.

Робота починається з **титульного листа**, на якому вказується Міністерство, до якого належить ЗВО, назва ЗВО, факультет і кафедра, на якій виконана робота, прізвище, ім'я, по батькові (повністю), курс і група, спеціальність, освітня професійна програма за якою навчається здобувач, вид роботи (курсова), тема роботи, відомості про наукового керівника, місто та рік виконання роботи (додаток 2).

Зміст – це наочна схема, перелік всіх без винятку заголовків роботи із зазначеннями сторінок, розташованих на стрічці так, щоб можна було судити про співвідношення заголовків між собою за значенням (розділи, параграфи). Лівіше розташовуються назви розділів, які пишуться прописними буквами, трохи правіше – назва

розділів і ще правіше підрозділів. Назва розділів і підрозділів пишеться звичайними літерами (додаток 3).

Вступ – присвячений обґрунтуванню актуальності теми, визначенню об’єкта та предмета досліджень, мети та завдань, постановці наукової гіпотези, перерахуванню основних методів, які використовуються для вирішення поставлених завдань, практичній і теоретичній значущості. Його обсяг може обмежуватися 2-3 сторінками.

У розділі **«Аналіз літературних джерел з теми дослідження»** дається теоретичний аналіз науково-методичної літератури з посиланням на авторів використаних джерел, обсяг розділу – 10-15 сторінок. Студент повинен проаналізувати думки різних авторів із визначених питань, зіставити їх, дати особисту інтерпретацію.

У розділі **“Методи та організація дослідження”** описуються умови проведення експериментальних досліджень (де проводились, з яким контингентом, в яких умовах, де і як проводились виміри тощо); методи, які використовувалися в експериментальній частині, методики розробки експериментальної програми тощо. При використанні методик потрібно робити посилання на авторів.

У розділі **“Результати дослідження та їх обговорення”** подаються відомості, отримані в ході експерименту, їх аналіз і обговорення відповідно до поставлених завдань, з представленням таблиць, діаграм, графіків.

У тексті автор оперує тільки статистичними показниками, отриманими в результаті обробки цифрового матеріалу. Первинні

результати досліджень оформляються у вигляді протоколів, які виносяться в додатки.

У **висновках** узагальнюються результати проведеного дослідження. Кожен пункт висновку позначається відповідним номером і повинен відповідати поставленим у роботі завданням.

Крім висновків, варто подати **практичні рекомендації** щодо застосування вправ, методики тренувань, тестування, які були апробовані в ході досліджень.

Список літератури включає перелік використаної літератури в алфавітному порядку з повним бібліографічним описом джерел і з нумерацією по порядку. При цьому, до списку входить тільки та література, на яку були зроблені посилання в тексті роботи. Спочатку перераховується література українською мовою, потім іноземною. Використання російськомовних джерел та літератури країн агресорів РФ, Білорусії заборонено.

Додатки – до цього розділу потрібно включали такий матеріал: анкети, первинні результати вимірів, схеми приладів тощо.

ОФОРМЛЕННЯ ТЕКСТУ КУРСОВОЇ РОБОТИ

Текстовий матеріал. Курсова робота має бути надрукована через 1,5 інтервали, шрифт Times New Roman кегель №14 на стандартних листах формату А4 (210х297мм) з дотриманням розмірів полів: верхнє і нижнє – 20 мм, праве – 15 мм, ліве – 30 мм. Кожний рядок повинен містити не більше, ніж 60-65 знаків, включаючи інтервали між словами. Нумери сторінок вказуються праворуч верхньої частини листка без крапок і літературних знаків. Кожна сторінка нумерується. Першою сторінкою вважається титульний

лист, другою – зміст, але вони не нумеруються. Нумерація сторінок починається з цифри 3 на третьому листку. Назву основних розділів пишуть прописними буквами, а підрозділів – звичайними. Заголовки пишуть по центру, виділяючи їх від основного тексту зверху і знизу двома інтервалами; крапки в кінці заголовків і підрозділів не ставляться; не допускається переносів слів; текст повинен ділитися на абзаци, якими виділяються відносно відокремлені за змістом частини. Кожний абзац починається з нового рядка, відступ — 1,15 знаків. Зв'язок списку літератури з текстом здійснюється за допомогою посилань, для нумерації яких використовуються арабські цифри.

Наприклад, якщо автор посилається на роботу, яка подана в списку використаної літератури під номером 9, то ця цифра і повинна ставитися в тексті роботи у квадратних дужках (О.С. Куц [9] стверджує ...), або у дослідженнях останніх років установлено ефективність сучасних інформаційних технологій у підготовці фахівців з фізичної культури і спорту [9; 11; 20]). Тоді, коли потрібно навести цитату, дослівний опис визначених положень або висновків, то зазначається і номер сторінки, звідки ці висловлювання взяті. Наприклад, (“Навчання руховим діям, - вказує Н.І. Ніколаєнко [10. - С.11], складається...”). Цитата в роботі береться в лапки.

Цифрова інформація. У курсових роботах значне місце посідає цифрова інформація, що найчастіше оформлюється у вигляді таблиць, які повинні відрізнятися компактністю та мати одноманітність у побудові. Кожна таблиця нумерується та має назву. Слово “Таблиця” скорочувати не можна, порядковий номер цифрою (без знаку №) пишеться в правому верхньому куті листка, нижче

посередині рядка розміщується назва таблиці жирним шрифтом і ще нижче – сама таблиця. У тексті на всі таблиці повинні бути посилання, коли в роботі тільки одна таблиця, то слово “таблиця” пишеться повністю. В інших випадках скорочено, наприклад, «... У табл. 2 ...».

Графічний матеріал. Важливим доповненням до статистичного аналізу й узагальнення результатів є ілюстрація (рисунок). Вони можуть бути у вигляді графіків, схем, діаграм, фотографій. Рисунок мають окрему нумерацію. Підпис до рисунку робиться внизу в такому порядку, скорочене слово (рис.), порядковий номер рисунка (без знаку №), крапка, назва рисунку з великої літери, в кінці крапка не ставиться. Розміщувати в роботі ілюстрації потрібно безпосередню після посилань у тексті, наприклад, (рис. 10), в якому вони згадуються вперше, або на наступній сторінці, якщо в указаному місці вони не поміщаються.

Найчастіше результати досліджень представлені у вигляді діаграм і графіків, для оформлення яких потрібно використовувати програму EXSEL.

4. ПІДГОТОВКА ТА ЗАХИСТ КУРСОВИХ РОБІТ

Виконана курсова робота здається науковому керівникові за 10-15 днів до захисту. Відповідно до Положення про дотримання академічної доброчесності науково-педагогічними працівниками та здобувачами вищої освіти Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (Наказ Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського від 26 лютого 2025 р. №38 од), курсова робота обов'язково повинна пройти перевірку на академічний плагіат. Перевірку курсових робіт здобувачів вищої освіти здійснює безпосередньо керівник курсової роботи на етапі загальної перевірки. При виявленні факту академічного плагіату надається мотивований висновок на доопрацювання або дозвіл на захист, візуючи свій підпис на титульному листку.

Захист курсових робіт здійснюється перед комісією, призначеною завідувачем кафедри, в яку входять два-три викладачі кафедри за участю наукових керівників. Список здобувачів допущених до захисту, з визначенням місця захисту, дня і часу оголошуються завчасно. Захист курсової роботи повинен показати рівень науково-теоретичної підготовки здобувача. Зміст роботи дозволяє зробити висновок про те, якою мірою здобувач оволодів навичками наукового дослідження, а відповіді на поставлені в процесі захисту питання – наскільки самостійно мислить та вміє відстоювати власну думку.

Одним із важливих етапів підготовки є написання тексту доповіді, розрахованого на 8-10 хв. публічного виступу, і підготовка ілюстрованого матеріалу, тому що читати текст курсової роботи не дозволяється. Доповідь потрібно скласти за таким планом:

1. Коротке визначення вибору теми, актуальність (теоретична і практична значущість).
2. Постановка завдань, мети, об'єкту і предмету.
3. Методи дослідження.
4. Аналіз теоретичних і експериментальних даних.
5. Висновки.

На захист, зазвичай, запрошують усіх здобувачів, які спеціалізуються в цьому виді спорту. Під час захисту ведеться спеціальний протокол, в якому записується дата проведення захисту, тема курсової роботи, фіксуються поставлені запитання та відповіді здобувача, оцінка за курсову роботу. Оцінка оголошується після завершення захисту й обговорення його результатів членами комісії.

Після захисту на титульному листі курсової роботи записується номер протоколу, дата захисту й оцінка, завірена керівником роботи. Захищені курсові роботи зберігаються на кафедрі протягом 3-х років. Оцінка також записується в екзаменаційну відомість і залікову книжку. При незадовільній оцінці, робота повертається здобувачу для усунення недоліків із подальшим повторним захистом. Неявка на захист без поважної причини розглядається як заборгованість. Студенти, які не виконали та не захистили курсову роботу в запланований термін до екзаменів не допускаються.

5. ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА КУРСОВИХ РОБІТ

Представлена орієнтовна тематика курсових робіт для ознайомлення здобувачів вищої освіти з напрямками проведення наукового пошуку. Кінцевий варіант теми курсової роботи узгоджується з керівником курсової роботи.

5.1. З навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування»

1. Структура багаторічної системи підготовки в обраному виді спорту.
2. Розвиток сили в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
3. Розвиток швидкісно-силових якостей в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
4. Розвиток спритності в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
5. Розвиток гнучкості в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
6. Розвиток загальної витривалості в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
7. Розвиток точності в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
8. Розвиток вестибулярної стійкості в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
9. Розвиток координації в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.

10. Розвиток спеціальної витривалості в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
11. Розвиток швидкості в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
12. Характеристика методів і засобів підготовки на етапі початкової підготовки в обраному виді спорту.
13. Оперативний контроль у процесі тренувальних занять в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
14. Поточний контроль в підготовці спортсменів в обраному виді спорту на етапі початкової підготовки.
15. Особливості фізичної підготовки на етапі початкової підготовки в обраному виді спорту.
16. Особливості технічної підготовки на етапі початкової підготовки в обраному виді спорту.
17. Особливості тактичної підготовки на етапі початкової підготовки в обраному виді спорту.
18. Особливості теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки в обраному виді спорту.
19. Технологія початкового відбору юних спортсменів до занять в обраному виді спорту.
20. Контроль тренувальних навантажень в обраному виді спорту.
21. Планування тренувального процесу групи початкової підготовки в річному циклі в обраному виді спорту.
22. Технологія навчання технічним елементам (на прикладі обраного) у виді спорту.

23. Методика застосування технічних засобів навчання в підготовці юних спортсменів у обраному виді спорту.

5.2. З навчальної дисципліни «Управління підготовкою юних спортсменів»

1. Методика застосування комплексного педагогічного контролю в управлінні підготовкою юних спортсменів.
2. Документи планування навчального-тренувального процесу юних спортсменів та методика їх складання.
3. Методика виховної роботи з юними спортсменами.
4. Організація і методика проведення змагань з юними спортсменами.
5. Організація і методика проведення фізкультурно-оздоровчих і спортивно- масових заходів за місцем проживання.
6. Управління спортивною підготовкою юних спортсменів в річному циклі тренування
7. Управління підготовкою юних спортсменів в процесі багаторічного тренування.
8. Організація і методика проведення лікарсько-педагогічного контролю в спорті.
9. Форми і методи пропаганди фізичної культури і спорту.
10. Характеристика основних спортивних споруд, їх устрій і оснащення
11. Організація підготовки спортивних резервів в Україні.

12. Форми організації масової, оздоровчої, фізкультурної та спортивної роботи в школі, ДЮСШ, ЗВО.
13. Організація фізичного виховання в спортивно-оздоровчих таборах.
14. Дослідження вікових особливостей юних спортсменів.
15. Організація виховної роботи з юними спортсменами ДЮСШ.
16. Управління підготовкою юних спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки.
17. Управління підготовкою юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.
18. Методика реабілітації та поліпшення фізичного стану вихованців різних нозологій у групах фізкультурно-реабілітаційної підготовки у ДЮСШ для інвалідів.
19. Рухливі ігри, підготовчі і підвідні вправи як один із засобів підготовки юних спортсменів.
20. Еволюція правил змагань і їх вплив на розвиток техніки та тактики в обраному виді спорту.
21. Морально-вольова підготовка юних спортсменів у обраному виді спорту.
22. Критерії оцінювання якості проведення навчально-тренувальних занять у обраному виді спорту з метою їх вдосконалення.

ВИКОРИСТАНІ ТА РЕКОМЕНДОВАНІ ЛІТЕРАТУРНІ ДЖЕРЕЛА

Основна

1. Арефьев В.Г. Основы теории та методики физического воспитания: учебник. В.Г. Арефьев 2-ге вид. перероб. і доп. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2020. 378 с.
2. 1. Важинський С. Е., Шербак Т. І. Методика та організація наукових досліджень : навч. посіб. Суми : СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2016. 260 с.
3. Вознюк Т. В. Основы теории і методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2016. 240 с.
4. Василюк В., Ярмошук О. Навчально-методичний посібник основи теорії та методики спортивного тренування для здобувачів вищої освіти спеціальності А7 «Фізична культура і спорт» (Лекційний та практичний курс). Рівне. 2025. 77 с.
5. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів. К.: Освіта України, 2010. 388 с.
6. Волков Л.В. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту: посібник. Київ: Олімпійська література. 2002. 293 с.
7. Гейтенко В.В., Пристинський В.М., Зайцев В.О. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту: навчально-методичний посібник. Слов'янськ: вид-во Б.І. Маторіна, 2021. 171 с.
8. Гуревич Р.С., Сидоренко В.Д., Кадемія М.Ю. Як підготувати і захистити дипломну роботу? (для студентів педагогічних вищих навчальних закладів очної та заочної форми навчання освітньо-кваліфікаційних рівнів «бакалавр-спеціаліст-магістр»). Вінниця: ТОВ «Планер». 2010. 80 с.
9. Диференціація фізичної підготовки спортсменів: монографія/авт. кол.: Линець М.М., Гичкан О.А, Хіменес Х.Р. [та ін.]; за заг.ред. М.М. Линця. Львів: ЛДУФК, 2017. 304.
10. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум : навчально-методичний посібник: О.М. Бурла, В.І. Гончаренко, І.М. Кравченко [та ін.]; МОНУ, СумДПУ ім. А.С.

- Макаренка, Навчальнонауковий інститут фізичної культури. Суми: Видавництво СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. 184 с.
11. Костюкевич В.М. Дипломна робота: структура, зміст, методика написання. Вінниця: ТОВ «Планер». 2005, 213 с.
 12. Костюкевич В.М., Воронова В.І., Шинкарук О.А., Борисова О.В. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): Навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД». 2016, 554 с.
 13. Костюкевич В.М., Коннова М.В. Методологія наукових досліджень: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Планер». 2017, 172 с.
 14. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки: у запитаннях і відповідях: навчально-методичний посібник. Київ: КНТ, 2018. 160 с.
 15. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120 с.
 16. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та юнаків: навчальний посібник. К.: Олімпійська література. 2005. 196 с.
 17. Кутек Т.Б., Вовченко І.І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка. 2022. 108 с.
 18. Павленко В.О., Насонкина Е.Ю., Павленко Є.Є. Сучасні технології підготовки в обраному виді спорту [підручник]. Харків, 2020. 550 с.
 19. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. Підручник. Київ: Перша друкарня, 2020. 704с.
 20. Приходько ВВ. Концепція управління сучасною системою підготовки спортсменів: монографія. Дніпро. 2018. 464.
 21. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячо-юнацького спорту: підручник. К.: Кондар-Видавництво. 2016. 542 с.

22. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту / В. В. Гейтенко, проф. В. М. Пристинський, В. О. Зайцев. Навчально-методичний посібник. Слов'янськ: вид-во Б. І. Маторіна, 2021. 171 с.
23. Тодорова Валентина. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с.
24. Шинкарук ОА. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посібник. Київ: ТОВ «НВП Поліграф-сервіс». 2013. 136 с.
25. Яковлів В.Л. Управління підготовкою юних спортсменів: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Планер». 2018, 173 с.

Додаткова

1. Балан Б. Особливості управління підготовкою футболістів 17-21 річного віку в період переходу до професійних команд. Науковий часопис НПДУ. Фізична культура і спорт. № 9(154). 2022. С.21-24
2. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.А. Психологія спорту. К.: Центр учбової літератури. 2022. 224 с.
3. Воронова В.І. Психологія спорту: Навч. посібник. К.: Олімпійська література, 2007. 298 с.
4. Добринський В.С., Мудрик Ж.С., Савчук С.І., Валькевич О.В., Захожа Н.Я. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів: методичні рекомендації. Луцьк: Вежа-Друк. 2021.
5. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів. К.: Освіта України. 2010. 388 с.
6. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей та молоді: навчальний посібник. К.: Олімпійська література. 2011. 224 с.
7. Кутек Т, Ахметов Р, Шаверський В. Програмоване управління технічною майстерністю кваліфікованих спортсменів. Фізична

- культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. 2020. Вип. 9 (28). С. 231-236.
8. Мітова О.О. Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх у процесі багаторічної підготовки. – монографія. Дніпро. ТОВ «Дріант». 2022. 396.
 9. Олійник Р.В. Генетичний прогноз спортивної обдарованості дівчат за показниками морфологічної будови рук. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт: збірник.* Чернігів: ЧДПУ. 2008. Вип. 55. Том 2. С.104-108.
 10. Приходько В. Розвиток спорту в умовах об'єднаних територіальних громад : монографія. Дніпро : Інновація, 2020. 348 с.
 11. Петренко С.І. Вплив навчально-тренувального процесу на підготовленість 12-14 річних футболістів з різними рівнем біологічного розвитку: автореферат дисерт.... канд.. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01 – Олімпійський та професійний спорт. Харків: ХДАФК. 2009. 20 с.
 12. Тищенко В, Лисенчук Г. Аналіз сучасних підходів до використання інноваційних технологій для вдосконалення спеціальної фізичної та техніко-тактичної підготовки в спорті. Науковий часопис Національного педагогічного ун-ту М.П.Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Вип.6 К (114) 19, 2019. С. 99-104.
 13. [Положення про дотримання академічної доброчесності науково-педагогічними працівниками та здобувачами вищої освіти Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського](http://www.vspu.edu.ua/content/position/pol7.pdf)
<http://www.vspu.edu.ua/content/position/pol7.pdf>

Додатки

Додаток 1

Зразки заяви

Завідувачу кафедри _____

здобувача _____

курс, група _____

освітньої програми _____

спеціальності _____

Заява

Прошу дозволити написання курсової роботи на тему: _____

Науковим керівником прошу призначити _____

Підпис здобувача _____ «___» _____ 202_ р.

«Погоджено» Підпис наукового керівника _____ «___» _____ 202_ р.

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики спорту

КУРСОВА РОБОТА

з управління підготовкою юних спортсменів

на тему:

Здобувача IV курсу групи А

Освітньої програми 017 Фізична культура і спорт

Спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

Зданевича Сергія Костянтиновича

Розширена шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка: ECTS _____

Члени комісії _____
(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

м. Вінниця – 2025 рік

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики спорту

КУРСОВА РОБОТА

з основ теорії і методики спортивного тренування

на тему:

здобувача III курсу групи В

Освітньої програми 017 Фізична культура і спорт

Спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

Грицюка Богдана Ігоровича

Розширена шкала _____

Кількість балів: _____ Оцінка: ECTS _____

Члени комісії _____
(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

м. Вінниця – 2026 рік

Орієнтовна структура курсової роботи

**ТЕМА: “РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ
ЗДІБНОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ГРУПИ ПОЧАТКОВОЇ
ПІДГОТОВКИ”**

Вступ (2-3 с.)

Розділ 1. Аналіз літературних джерел з теми дослідження

1.1. Вікові особливості дітей молодшого шкільного віку (5-6 с.).

1.2. Координаційні здібності як один із видів рухових якостей у спорті (4-6 с.).

1.3. Методи розвитку та критерії оцінки координаційних здібностей.

Розділ 2. Методи та організація дослідження

2.1. Методи дослідження.

2.2. Організація дослідження

Розділ 3. Результати дослідження та їх обговорення

3.1. Характеристика фізичного розвитку спортсменів групи початкової підготовки.

3.2. Динаміка показників координаційних здібностей юних спортсменів упродовж етапу початкової підготовки

Висновки (1-2 с.)

Список використаних джерел (1-2 с.)

Додатки

**Календарний план (орієнтовний) підготовки курсової роботи
студента (ки) факультету фізичного виховання і спорту групи
4ФКСЗ**

*Тема: «Методика удосконалення точності кидків у кошик на
заняттях з юними баскетболістами»*

№ п/п	Зміст роботи	Термін виконання		Відмітка про виконання
		Початок	Кінець	
1.	Розробка плану роботи.	05.05	05.06	1-а атестація
2.	Аналіз науково-методичної літератури.	06.06	10.09	
3.	Написання розділу «Огляд літератури».	11.09	12.10	2-а атестація
4.	Розробка методики і плану проведення досліджень.	13.10	30.10	
5.	Проведення досліджень.	01.11	02.02	
6.	Обробка отриманих результатів.	03.02	28.02	
7.	Написання II і III розділів.	01.03	30.03	3-я атестація
8.	Представлення першого варіанту роботи.	02.04		
9.	Виправлення і доопрацювання роботи.	05.04	15.04	
10.	Представлення кінцевого результату.	16.04		
11.	Підготовка до захисту: - підготовка тексту доповіді; - підготовка ілюстративного матеріалу; - репетиція захисту.	17.04	20.04	
12.	Захист роботи.	Відповідно	розкладу	

Виконавець _____ підпис

Науковий керівник _____ підпис

Дата заповнення _____

Навчальне видання

Драчук А. І.
Яковлів В.Л.

**Методичні рекомендації щодо написання
курскових робіт**

**(за спеціальністю: 017 Фізична культура і спорт,
014 Середня освіта. Фізична культура)**