МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛУЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

(магістерський курс)

Навчально-методичний посібник

Луцьк
Вежа-Друк
2026

УДК 796(075.8)
Ф 50

Рекомендований до друку вченою радою Луцького національного технічного університету (протокол № 8 від 29.01.2026 р.).

Автори: к.фіз.вих., доцент Савчук С. А. (розділ 1, 7), к.фіз.вих., професор Безверхня Г. В. (розділ1, 4), д.фіз.вих., професор Бакіко І. В. (розділ 5), к.пед.н., доцент Ковальчук В. Я. (розділ 2), к.пед.н., доцент Панасюк О. О. (розділ 3), к.пед.н., доцент Губіна А. М. (розділ 6).

Рецензенти:
Андрєєва О. В. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності Національного університету фізичного виховання і спорту України;
Гакман А. В. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри спорту та фітнесу Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича;
Чижик В. В. кандидат біологічних наук, професор, кафедри теорії та методики фізичного виховання Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії імені Тараса Шевченка.

Фізична культура і спорт (магістерський курс): навч.-метод. посіб. / А. С. Савчук, Г. В. Безверхня, І. В. Бакіко [та ін.]. – Луцьк : Вежа-Друк, 2026. – 224 с.
Ф 50

ISBN 978-966-940-754-2

У посібнику висвітлено навчально-методичні основи нормативних дисциплін освітньої програми А7 «Фізична культура і спорт (магістерський курс)». Подано методичні вказівки до підготовки та виконання практичних завдань, контрольні питання та рекомендована література. Даний навчально-методичний посібник розрахований для здобувачів другого рівня вищої освіти (магістри) спеціальності А7 «Фізична культура і спорт (магістерський курс)» та викладачів закладів вищої освіти спортивної спрямованості.

УДК 796(075.8)

© Автори, 2026
© Безушко Х. (обкладинка), 2026

ISBN 978-966-940-754-2

ЗМІСТ

ВСТУП 4
І. МЕТОДОЛОГІЯ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ ТА АКАДЕМІЧНЕ ПИСЬМО 5
1.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять 5
1.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи 69
1.3. Екзаменаційні питання 70
1.4. Глосарій 74
ІІ. ПЕДАГОГІКА І ПСИХОЛОГІЯ ВИЩОЇ ШКОЛИ 78
2.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять 78
2.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи 115
2.3. Глосарій 116
ІІІ. СПОРТ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ 117
3.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять 117
3.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи 148
3.3. Глосарій 151
IV. ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ 156
4.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять 156
4.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи 166
4.3. Глосарій 169
V. УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ 177
5.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять 177
5.2. Екзаменаційні питання 196
5.3. Глосарій 202
VI. FOREIGN LANGUAGE OF PROFESSIONAL DIRECTION 205
6.1. Instructional and methodological materials for practical classes 205
6.2. Self-control questions and credit questions 207
6.3. Glossary 208
VII. ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРА 212
7.1. Методика написання випускної кваліфікаційної роботи 212
7.2. Аналіз та узагальнення результатів дослідження 216
7.3. Формулювання загальних висновків 216
7.4. Оформлення списку використаних джерел та додатків 218
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА 221

ВСТУП

Спортивно-оздоровча діяльність – один з видів спеціальної галузевої діяльності, яка управляінням організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості, тобто організацє продуктом діяльності метою яких є фізкультурні послуги.

Спортивно-оздоровча діяльність – з часом займає вагоме місце у всесвітньому просторі – систематично збільшується загальний об'єм світового ринку спортивної індустрії. Для результативного розвитку спортивної індустрії треба фахівці-управлінці. Необхідно для залучення населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності використовувати менеджмент – формувати мотивацію, знайти кваліфікованих спеціалістів, організувати місце економічного комфорту. Тому це попит на спеціалістів у сфері фізичної культури та спорту постійно піднімається.

Метою освітньої програми є забезпечити підготовку висококваліфікованих та конкурентоспроможних професіоналів здатних розв'язувати завдання та практичні проблеми інноваційного, освітнього, управлінського та наукового характеру у сфері фізичної культури і спорту в освітніх організацій, а також органах управління освітою, фізичною культурою і спортом.

Саме тому кафедра фізичної культури, спорту та здоров'я ЛНТУ готує магістрів за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт».

І. МЕТОДОЛОГІЯ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ ТА АКАДЕМІЧНЕ ПИСЬМО

1.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять

ТЕМА 1: Методологічні основи наукового дослідження. Логіка побудови наукового дослідження.Аналіз структури наукової роботи

ПЛАН

1. Значення наукових досліджень у фізичній культурі та спорті.
2. Схема наукового дослідження.
3. Аналіз літератури і практики.
4. Вибір теми та визначення завдань.
5. Вибір методів дослідження.
6. Розробка гіпотези та плану досліджень.
7. Вибір методів дослідження.
8. Підбір досліджуваних.
9. Організація умов проведення дослідження та оформлення результатів.

Література

1. Галян О.В. Методологія та організація наукових досліджень: навч.-метод. видання. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 26 с.

2. Грипич С.Н., Буравкова Л.М. Науково-дослідницька діяльність студентів : навч. посіб. К. : Кондор, 2021. 288 с.

3. Петрушенко В.Л. Філософія і методологія науки : Навч. посіб. Львів : «Новий світ 2000», 2021. 200 с.

4. Сопова Д.О. Академічна чесність як складова професійної підготовки майбутніх фахівців в університетах Європейського Союзу : дис. … д-ра філософії з педагогіки : Київський ун-т імені Бориса Грінченка. Київ, 2020. 228 с.

1. Значення наукових досліджень у фізичній культурі та спорті

На практиці тренер, вчитель, інструктор реалізовують багато завдань з тренування, навчання, оздоровлення та організації навчально-виховного та тренувального процесу. Якщо дана робота відбувається позитивно, фахівець і його вихованці досягають позитивного результату, то більшість спеціалістів, задовольняються їх результатами. Якщо затрачені зусилля не далі очікованого результату, або тренер і його учні ставлять перед собою інші завдання, то їх реалізація потребує від наставника:

– системного вивчення особливостей окремих вихованців і колективу;

– дослідження фізичного розвитку, фізичної підготовленості і функціонального та психологічного стану вихованців;

– спостереження і детального аналізу тренувальних занять;

– аналізу власної діяльності і досвіду роботи колег;

– пошуку і добору найадекватніших засобів, методів і форм тренування;

– апробації ефективності різних режимів м’язової діяльності в

конкретних умовах навчально-тренувальної роботи;

– визначення оптимальних параметрів фізичних і психічних навантажень для спортсменів під час виконання різних за характером та інтенсивністю фізичних вправ;

– забезпечення комфортних педагогічних умов реалізації завдань спортивного тренування.

Педагогічне дослідження – це ретельний науковий аналіз різних педагогічних явищ з метою пізнання їх механізмів, причин і наслідків для узагальнення і визначення ефективних методів, засобів і форм педагогічного наслідку. Активність тренера є науковою роботою і носить досліджуваний характер. Крім того, будь-яке дослідження має бути окреслене, мати визначене спрямування і сформульовану назву.

При оволодінні певними знаннями, використовуються належні способи дослідження. Дані об'єкти часто не можуть бути відтворені в науковій роботі. До прикладу, не реально в дослідженні відновити історію розвитку стародавніх Олімпійських Ігор, розвиток Запорізької Січі, походження людини. Спеціальними способами наукового дослідження даних об'єктів є логічний і історичний методи пізнання.

Логічний і історичний і методи використовується для вивчення соціальних об'єктів. Вказаня методи застосовуються, де об'єктом дослідження є власне сама історія чи її явища, процеси та елементи.

Сутність історичного методу полягає в тому, що історія об'єкту, який вивчається, відтворюється у всій своїй багатогранності, з врахуванням всіх епізодів і обставин. Коли нас цікавили певні події, робота певних особистостей, їхні взаємини, вчинки та ін., тоді історичний метод необхідний. Тобто, не можна вивчити історію розвитку певного виду спорту, якщо абстрагуватися тільки великою кількістю певних фактів, що і складають дану історію.

Логічний метод дослідження – це метод відновлення історичного розвитку об'єкта як результату, підсумку належного процесу, у ході якого сформувалися належні умови його подальшого існування і розвитку як стійкого, системного утворення.

Вивчаючи об'єкт, слід відволіктися від всіх історичних випадковостей, певних фактів, деталей, які були викликані різними подіями. З історії виокремлюється головне та істотне. Історія загалом вивчається, образно говорячи, не такою, як була, а у «виправленому» виді. Логічно відновлена історія – це узагальнена історія, вивільнена від усього несуттєвого. У ній є тільки те, що важливе.

Дослідник має змогу виправляти історію об'єкту, якщо при цьому сама історія не ігнорується, якщо вивільняється тільки те, що є несуттєвим, не спотворює суть загальної логіки історичного процесу.

Принцип діалектичної єдності історичного і логічного не припускає довільних спекуляцій. Він потребує, щоб логіка міркування прослідковувалась за історичним процесом.

Таким чином, об'єктивною передумовою історичного і логічного

методів є їх зв’язок, оскільки «логічний метод у сутності є тим самим історичним методом, тільки позбавленийй від історичної форми і від зайвих випадковостей. Початок історії має починатись з думок, а його подальший розвиток буде відображати історичний процес в абстрактній і теоретично послідовній формі; відображення виправлене, але виправлене законам, що надає історичний процес».

У процесі використання методу, перераховані закономірності постають у чистому вигляді, від певних випадків і поворотів реальної історії. Історичний метод допускає фіксацію певних випадків, але він не супроводжує до простого опису подій у їхній історичній послідовності, а допускає їх особливу реконструкцію, що гарантує пояснення і розуміння історичних подій, розкриття внутрішньої логіки. Історична реконструкція – це особливий тип теоретичного знання.

Для завдань логічного відтворення історії об'єкта велике значення має виявлення і виокремлення його вихідного основного елемента. У цьому вихідному, головному елементі концентруються найбільш істотні сторони складної системи, і, почавши з його аналізу, дослідник зможе глибоко і чітко осягнути все різноманіття історичних явищ.

Отже, логіцчний і історичний методи пізнання не тільки відрізняться один від одного, але й певною мірою збігаються. Водночас важливо віділити, що логічний і історичний методи пізнання не замінюють один одного, а доповнюють самі себе. Було б невірно обмежувати який-небудь з них як важливий чи продуктивний. Від характеру історичного об’єкту та завдань наукового дослідження більш важливим може бути будь-який з цих методів.

2. Схема наукового дослідження

Загальну схему наукового дослідження варто подати наступним чином:

– Обґрунтування актуальності обраної теми.

– Постановка мети і конкретних завдань дослідження.

– Визначення об'єкта і предмета дослідження.

– Вибір методів (методики) проведення дослідження.

– Опис процесу дослідження.

– Обговорення результатів дослідження.

– Формулювання висновків і оцінка одержаних результатів.

Наукові результати ділять на два види: теоретико-методологічні та інструментальні.

Багато хто думає, що креативний процес є можливим тільки під час «натхнення». Це груба помилка: звичайно добре, коли дослідження настільки захоплюють, що з’являється творчий потенціал, але для досягнення кінцевого результату, важливе не тільки – натхнення, а наполеглева праця.

Принципи наукової праці

– Постійно думати про предмет дослідження.

– Не працювати без плану.

– Контролювати хід роботи й коригувати за результатами контролю як загальний план, так і окремі його частини.

Для дослідника треба оволодіти технікою написання статей і підготовки доповідей на наукових конференціях. Опублікувати статтю – це значить зформувати науковий матеріал надбанням спеціалістів для застосування в їхній професійній діяльності. Треба подавати науковий матеріал просто і зрозуміло. Треба враховувати:

– вступну частину;

– останні дослідження і публікації, на які спирається автор, виділення невирішених частин загальної проблеми;

– формулювання мети та завдань;

– виклад власне матеріалу дослідження;

– висновки та перспективи подальших досліджень у цьому напрямку.

Методика підготовки доповіді на науковій конференції є дещо іншою. План доповіді – аналогічний плану статті. Проте, специфіка доповіді викликає суттєві зміни у змісті та формі. При підготовці доповіді варто врахувати, що певна частина матеріалу показана на слайдах. Тому в доповіді викладають коментарі (але не повторення!) до ілюстративного матеріалу. Це дає змогу на 20-30% скоротити її.

Варто зазначити, що за 10 хв. людина може викласти матеріал, який розміщений на 4 сторінках машинописного тексту, тому об'єм доповіді є меншим від об'єму статті.

3. Аналіз літератури і практики

Для написання наукової праці, варто проводити літературний аналіз. Знайомство з літературою варто починати із заголовку. Корисно ознайомитися з вихідними даними книги. Це дасть змогу оцінити сучасність книги, її характер (навчальний, науковий, популярний тощо). Варто звернути увагу на довідковий апарат книги, список літературних джерел. Те, що опрацьовує читач, варто узагальнювати і записувати. Існують наступні форми запису:

– цитування;

– план (лаконічне викладення основних питань, що розглядаються у публікації);

– тези (розшифрування кожного пункту плану);

– конспект (викладення матеріалу без аналізу).

4. Вибір теми та визначення завдань

Сформувати методику дослідження – це означає визначити тему дослідження, його конкретні завдання та відповідно до них намітити весь хід наукової роботи і створити необхідні організаційні і матеріальні умови. Вище згадане є змістом роботи дослідника на першому етапі його праці.

Вибір теми і визначення конкретного завдання дослідження – основні фактори успіху наукової діяльності.

Кількість тем, які потребують розробки, теоретично і практично невичерпні. Але знання певних положень допоможе менш досвідченому досліднику успішно вирішити «перші складності в науковій роботі»

Загальні положення при виборі теми дослідження:

Перше положення. Варто пам'ятати, що тему наукової роботи не варто шукати на стороні, за межами своєї практичної діяльності. Належний інтерес до науки, будь-якого питання починається в процесі участі самого дослідника в практиці педагогічної роботи. У данному випадку кожне положення теорії і методики фізичного виховання, може викликати сумнів як застаріле, і відповідно, може бути розглянуте із сучасної позиції.

Друге положення. Обрана тема має бути актуальною для сьогодення та майбутньої практики фізичного виховання. Актуальність теми можна дослідити з конкретного випадку, тобто, чи знайде тема своє місце в практиці на сьогоднішній день, або в майбутньому. Тому основними напрямками в науковій діяльності з фізичного виховання є вивчення мети, завдань, методів і засобів об'єктивно існуючих потреб суспільства на кожній стадії еволюції.

Треба пам'ятати, що актуальність теми визначається не назвою, а «виходом» у практичну діяльність. Глибоке розуміння практики, різнобічне знайомство з літературними джерелами – успіх цінності наукової теми.

Третє положення. Тема наукової роботи не повинна здобувачу нав'язуватись. Вона обирається після продумування за власним бажанням. Дослідник повинен захопитись своєю роботою. Коли запитали І. Ньютона, як він прийшов до своїх відкриттів, він сказав: «Постійно думав про них».

Четверте положення. Для правильно обраної теми характерна не широта поставлених питань, а глибина й досконалість їх розробки. Тема має мати визначені межі. Дуже обширна тема не має можливостей вивчати явище у всіх його зв'язках, що веде до великого накопичення матеріалу, який опрацювати всебічно одній людині дуже нелегко.

П'яте положення. При виборі теми слід враховувати напрямок своєї педагогічної діяльності. Практичний досвід і знання викладання в закладі освіти, наприклад є дуже цінними в дослідженні закономірностей спортивної спеціалізації школярів.

Водночас, варто враховувати свої особисті здібності, а також рівень теоретичних знань.

Перераховані положення жодним чином не знижують значення наукового керівника, консультації старших колег, поради яких можуть попередити помилки краще, ніж найкращі інструкції.

Визначення завдань. Після обрання теми варто визначити конкретні завдання дослідження. До прикладу, якщо тема пов'язана з вивченням закономірностей спортивної розминки перед змаганнями юнаків у бігу на 100 м, тоді одним із завдань може бути визначення залежності між швидкістю рухової реакції й часом завершення розминки.

Завдань дослідження має бути декілька і кожне з них у конкретному формулюванні відображає ідею наукової роботи.

Варто відмітити, що визначенням завдань досягають більшої конкретизації теми дослідження.

5. Вибір методів дослідження

Одним із головних розділів наукової роботи на підготовчому етапі є **вибір методів дослідження.**

Для реалізації завдань теорії і методики фізичного виховання найбільш ефективними є наступні методи дослідження:

1. Педагогічний експеримент.

2. Методи безпосередньої реєстрації (методи педагогічного дослідження):

– Педагогічне спостереження;
– Хронометрування і хронографування;
– Стенографування і магнітофонний запис;
– Метод контрольних випробувань (контрольні вправи);
– Методи реєстрації техніки виконання фізичних вправ (кіно- і фотознімки,динамометрія, інші методи реєстрації);
– Аналіз літературних джерел;
– Аналіз документальних матеріалів;
– Анкетування;
– Математичні методи дослідження.

Узагальнення досвіду науково-педагогічних працівників або тренерів відносити до самостійних методів дослідження не варто, тому що це реалізовується застосуванням вище перерахованих методів: педагогічного спостереження, аналізу літературних джерел тощо. Те ж саме можна сказати і про соціологічні дослідження, в яких для вивчення специфічних завдань застосовують педагогічні методи: анкетування, оппитування, стенографування та ін.

Вибір методів дослідження визначається певними завданнями наукової діяльності. Про значення вибору методу дослідження І.П. Павлов наголошував: «...Метод – найперша і основна річ. Від методу, від способу дії залежить важливість дослідження. Вся справа у ефективності методу. При ефективному методі і не дуже талановита людина може зробити багато. А при неефективному методі і геніальна людина буде працювати марно і не отримає цінних, точних даних. Цією істиною ви повинні перейнятися. Наслідок, будете мати справу з людиною, і якщо ви будете користуватись неефективними методами, то ваша роль буде пуста, нікому не потрібна».

Таким чином, важливо знайти такі методи дослідження, які б були притаманні до тих явищ, які досліджуються. Методи дослідження, які можна використовувати для вивчення питань змісту занять, можуть не підійти для вивчення ефективності методів розучування фізичних вправ.

Використовувати різні методи дослідження варто в кожному окремому випадку. Можна наголосити про правила для застосування того чи іншого методу.

1. Коли суть дослідження допускає застосування педагогічного експерименту, тоді він повинен вводитись в наукову роботу.

2. Варто використовувати не один метод дослідження, а декілька, у поєднанні з фізіологічними методами і методами психологічного аналізу. Комплексне застосування методів дає можливість всебічно і об’єктивно вивчати явище. Психологія і фізіологія, які входять до складу педагогічних

досліджень, впливають на розкриттю педагогічних законів.

3. Дослідник зобов'язаний досконало володіти методом до початку основних досліджень.

4. Кожний новий метод має попередньо пройти апробацію на предмет виявлення його ефективності до початку головних досліджень.

5. Кожний метод дослідження потребує старанної попередньої організації, який передбачає розробку документації для фіксування отриманих результатів.

6. При повторних дослідженнях варто створювати ідентичні умови використання методів.

6. Розробка гіпотези та плану досліджень

Ядром теоретичної концепції розв'язання виявлених суперечностей є гіпотеза дослідження, яку визначають як передбачення, при висловленні якого на основі певних фактів робиться висновок про існування об'єкта, зв'язку або причини явища. При цьому, що дуже важливо, цей висновок не можна вважати абсолютно доведеним.

Гіпотеза дослідження – це науково обґрунтоване передбачення ходу і результатів дослідження. Наукова гіпотеза завжди потрібна в тих випадках, коли дослідження опирається на формуючий експеримент. Її не потрібно в дослідженнях з історії фізичної культури, при обґрунтуванні педагогічного досвіду, оскільки ці дослідження опираються на констатуючий експеримент, а також на логіку та історичну мету дослідження.

Знання предмету дослідження вже на підготовчому етапі дозволяє побудувати так названу **«робочу гіпотезу»,** тобто пропозиції про можливі напрямки реалізації завдань, результати вивчення даного явища.

Варто сказати що, побудувавши «робочу гіпотезу», експериментатор деколи потрапляє в її полон. Погано це тому, що тоді думка дослідника сковується ланками улюблених його пропозицій, що не дає можливості перебудовувати хід дослідження, коли цього вимагають обставини. «Робоча гіпотеза» розглядається лише первинною канвою, відправною точкою для наступних досліджень.

Експериментатор може сформувати і декілька гіпотез, одна з яких підтвердиться в педагогічному експерименті, а інші – ні, або можуть бути відкинуті всі гіпотези, чи підтверджені дві, що буде свідчити, що поставлена мета з однаковою ефективністю може досягатися різними шляхами. Зрештою, і негативні результати можуть бути дуже корисними для розвитку педагогічної науки.

Якщо гіпотези мають конструктивний характер, а дослідження проведене коректно і дані є вірогідними, то негативні результати зможуть мати особливе значення для перегляду застарілих педагогічних положень і уявлень.

Гіпотеза допомагає знайти вихід теорії в практику; сприяє появі нових наукових фактів та ідей; формує предмет дослідження; дозволяє не захоплюватися побічними явищами; формує науковий напрямок, по якому легко йти експериментатору.

Джерелами розробки гіпотези є не лише педагогічний досвід та аналіз

існуючих наукових фактів, але й здоровий глузд та інтуїція експериментатора. Її структура може мати дві або три частини.

Якщо гіпотеза складається з двох частин, то твердження і передбачення об'єднуються у формі гіпотетичного твердження: це повинно бути так і так, оскільки існують такі причини. Якщо гіпотеза складається з трьох частин, то вона включає:

а) твердження;

б) передбачення;

в) наукове обґрунтування.

До прикладу, процес фізичного виховання першокласників буде таким; якщо зробити так і так, тому що існують такі педагогічні закономірності: по-перше...; по-друге...; по-третє...

До формулювання гіпотези висуваються такі **методологічні вимоги:**

1. Логічної простоти. В змісті формулювання не повинно бути зайвих слів. Її призначення – пояснити якомога більше фактів якомога меншою кількістю передумов. Наприклад, зайвим завжди є попередній вступ перед формулюванням гіпотези: «В результаті констатуючого експерименту зроблено передбачення, що...», або: «Внаслідок попереднього вивчення вивченої проблеми та аналізу предмету дослідження висунута гіпотеза...» тощо.

2. Логічної несуперечливості. По-перше, гіпотеза має бути системою суджень, в якій ні одне з них не заперечує іншого; по-друге, вона не суперечить наявним достовірним фактам; по-третє, відповідає усталеним в науці фактам.

3. Вірогідності. Основне передбачення гіпотези повинно мати можливість її реалізації.

4. Широти застосування. Із запропонованої гіпотези можна робити висновки не тільки з випадку для розв'язання якого вона висувається, але і для інших феноменів.

5. Верифікації. Це означає, що будь-яка гіпотеза може бути перевірена. В педагогічній науці критерієм істини є педагогічна практика.

Гіпотеза не має бути банальною, її не можна формувати на доведенні зрозумілих істин. Чи варто, перевіряти гіпотези, згідно з якими «збільшення кількості уроків має сприяти формуванню навичок школярів», «використання ігор на уроках позитивно позначиться на ставленні школярів до фізичного виховання» тощо. Вона завжди передбачає пошук чогось невідомого в науці і практиці.

Гіпотеза педагогічного дослідження має формулюватися так, щоб її можна було експериментально перевірити. Не можна досліджувати перебіг певного педагогічного явища залежно від одночасної дії багатьох факторів. До прикладу, не можна вивчати залежність ефективності розвитку певних рухових чи особистісних здібностей школяра, змінюючи одночасно зміст виховання чи навчання, форми занять, прийоми й методи навчання та виховання. Адже за таких умов не можна перевірити, що саме вплинуло на ефективність навчально-виховного процесу.

Будь-яку гіпотезу слід вивчати лише як канву, відправну точку наступного дослідження.

7. Вибір методів дослідження

Кожна наука має певну сукупність методів проведення досліджень при вивченні власного предмету, яку можна класифікувати на наступні групи:

– ***методи накопичування фактів,*** що мають відношення до об'єкту дослідження (спостереження, реєстрація, вимірювання);

– ***методи описування фактів*** або властивостей ідеалізованого об'єкту дослідження та факторів, що відбивають ці властивості, а також явищ (процесів), що досліджуються, розвиток яких визначається цими факторами;

– ***методи аналізу фактів, властивостей, факторів і явищ*** за різними показниками і критеріями (оцінка, зіставлення, порівняння, класифікація, впровадження, систематизація);

– ***методи обґрунтування*** наукових висновків, серед яких мають бути наступні методи: побудови (синтезу), доведення, оцінки достовірності;

– ***методи вибору і обґрунтування*** наукових рекомендацій, у т.ч. методи побудови (синтезу), оцінки й оптимізації;

– ***методи інтерпретації та експериментальної перевірки*** висновків і рекомендацій;

– ***методи техніко-економічної оцінки*** рекомендацій.

У процесі вирішення наукової проблеми дослідник, самостійно знаходить методи та способи їх реалізації. Всі прийняті методичні рішення варто фіксувати у формі методик, які періодично переглядаються.

Методика дослідження – сукупність прийомів і методів правильного та цілеспрямованого вивчення феноменів. При визначенні методики варто застосовувати не тільки власний досвід, але й досвід інших дослідників.

Обрану методику треба удосконалювати на основі критичного аналізу попередніх розробок і результатів їх впровадження. Оскільки метод не є щось незалежне від завдань, об'єкту і умов дослідження, методи диференціюють та індивідуалізують.

8. Підбір досліджуваних

Успіх наукової роботи характеризується правильним підбором експериментальних і контрольних груп досліджуваних.

Вік, стать, рівень фізичної підготовленості, професійна належність досліджуваних обумовлюється перш за все напрямком наукової роботи.

Вибирати кількість досліджуваних можна за правилом «чим більше, тим краще». Але не можна захоплюватись великою кількістю на шкоду якості експериментальної роботи, не враховуючи умов дослідження і можливостей наукового співробітника.

При виборі контингенту досліджуваних варто передбачити навіть такі характеристики, як режим їх життя і трудової діяльності. Тільки тоді буде організований збір об'єктивних даних.

Примусова участь людей в експерименті втрачає гарантії успіху дослідження. Людина має свідомо і сумлінно відноситись до своєї місії

досліджуваного. Тільки в такому випадку можна гарантувати об'єктивність у зборі фактичного матеріалу. У деяких педагогічних експериментах без впровадження фізіологічних методів можна організувати дослідження так, що всі, хто займається руховими діями, навіть не усвідомлюють, що вони є учасниками дослідження. У такому разі, досягається найбільша об'єктивність дослідження.

У тих випадках, коли наукова діяльність передбачає порівняння результатів педагогічного процесу в декількох групах досліджуваних, створюють експериментальні групи, в яких використовують новий елемент навчального-виховного, або тренувального процесу і контрольні групи, в яких для співставлення зберігається звичайно прийнята постановка навчання і виховання, або тренування.

Ефективність педагогічного процесу залежить від низки факторів: індивідуальних особливостей особистості вчителя, контингенту тих, хто займається, методів навчання, засобів, умов організації занять тощо. Отже, потрібно штучно ізолювати фактор, який вивчається, від впливу всіх решта величин. Тільки в цьому випадку можна бути переконаним, що зафіксований результат дослідження, наприклад, вивчення нового методу навчання є наслідком тільки цього методу, а не якого-небудь іншого фактору: віку, статі, рівня підготовленості, форми організації занять тощо. Варто комплектувати контрольні та експериментальні групи рівноцінні за віком, статтю, підготовленістю, професійної належності. В експерименті, в якому вивчається, наприклад, той або інший метод розвитку сили, групи комплектуються із осіб з однаковим рівнем розвитку цієї якості. Досліджувані можуть бути урівнені шляхом підбору в кожну із порівнювальних груп рівноцінних пар.

Порівнюють експериментальні групи тільки на одній основі. Об'єктивність результату експерименту може досягатись при організації його перехресним способом.

Спираючись на закони математичної статистики, можна підрахувати, що найбільшою об'єктивністю при виборі досліджуваних для експериментальних і контрольних груп є спосіб випадкового вибирання (парні в одну, непарні – іншу, за картками з номерами прізвищ і т.п.). Випадкове вибирання досліджуваних можна здійснювати за таблицями випадкових чисел.

Завдання деяких досліджень потребують відбору досліджуваних за вибірковим методом.

У математичній статистиці існує закон великих чисел, який характеризує взаємопогашення випадкових відхилень і дає нагоду знайти у масі явищ дію об'єктивного закону.

На об'єктивній дії закону великих чисел заснований вибірковий метод статистики, в якому вивчаються не всі одиниці тієї або іншої сукупності, а лише випадково відібрана їх частина. При цьому, характеристика вибраної частини відноситься до всієї сукупності.

Для встановлення фактів вибірковий метод дає нагоду використання несуцільного спостереження, яке підпорядковується двом положенням:

1-е, кількість випадків спостережень має бути достатньо великим, що

дає можливість виконати значну за кількістю вибірку, на основі якої робляться загальні висновки;

2-е, різні характеристики явища повинні об'єктивно оцінюватися у вибірковій і генеральній сукупності; тільки в цьому випадку матеріали несуцільного спостереження будуть повністю відображати явище, яке вивчається.

Таким чином, вибірковий метод, який містить несуцільне спостереження, дає нагоду отримати потрібні статистичні відомості у більш короткі терміни, з меншими витратами засобів і праці, а також дослідити такі сукупності, суцільне вивчення яких неможливе. Але в ньому обов'язково повинні максимально відображатись риси генеральної сукупності, тобто вибіркова сукупність має бути репрезентативною.

Кожна вибірка відрізняється від загальної сукупності. Але ступінь відмінностей у числових характеристиках генеральної і вибіркової сукупності піддається виміру. Знання теорії помилок, володіння статистичною технікою обчислення помилок дають нагоду вияснити ту помилку, яка відрізняє числові характеристики вибіркової сукупності. Вияснення помилки здійснюється при обробці отриманого матеріалу.

Організація вибіркового дослідження має бути такою, щоб не проявлявся суб'єктивізм експериментатора.

Будь-яка статистична техніка не спроможна виправити помилки, які допущені при зборі матеріалу.

Все вище перераховане про відбір досліджуваних ніяк не розцінюється як можливість повного вирівнювання складу досліджуваних груп. Можна вирівняти стать, вік, рівень фізичної підготовленості тощо, але не можна вирівняти рівень розумового розвитку. Будь-які спроби застосування тестів розумового розвитку суперечать природі навчально-виховного процесу.

9. Організація умов проведення дослідження та оформлення результатів

Організація умов дослідження вимагає створення нормальних обставин, які відповідали б завданням дослідження. Особливо важливо сформувати однакові та рівні умови при повторних порівняльних дослідженнях. До прикладу, неприпустимо проводити початкові дослідження рухових здібностей на відкритому повітрі, а кінцеві – в приміщенні.

Суттєве значення для успіху дослідження мають своєчасна підготовка необхідного обладнання, інвентарю та апаратури. Кожна дрібниця може не тільки порушити хід експерименту, але й зірвати його. До прикладу, під час хронометрування зламався олівець, а запасного немає. Все дослідження перетворилось у дарма витрачений час.

При використанні спірографів, динамометрів, секундомірів та інших приладів, необхідно періодично перевіряти правильність їх показників.

ТЕМА 2: Теоретичні методи наукових досліджень у фізичній культурі та спорті

ПЛАН

1. Класифікація (угруповання) специфічних методів дослідження у фізичній культурі і спорті.
2. Методи організації навчально-виховної роботи у дослідних групах.
3. Підготовка помічників експериментатора.
4. Оформлення документації.
5. Організація умов дослідження.
6. Опитування, як метод збору первинної соціологічної інформації.

1. Класифікація (угруповання) специфічних методів дослідження у фізичній культурі і спорті

У практиці фізичної культури і спорту застосовують наступну класифікацію методів дослідження:

– Методи організації навчально-виховної роботи у дослідних групах;
– Методи отримання ретроспективної інформації;
– Аналіз документальних матеріалів;
– Опитування: анкетування, інтерв'ю, бесіда;
– Методи збору поточної інформації;
– Методи математичної обробки;
– Аналіз літературних джерел;
– Експериментальні методи (аналіз поточної навчальної документації, опитування: анкетування, інтерв'ю, бесіда, реєстрація техніки виконання, стенографування, педагогічний аналіз і оцінка, хронометрування, контрольні випробування).

2. Методи організації навчально-виховної роботи у дослідних групах мають три різновиди:

1) експериментальний метод, при якому у навчально-виховний процес вводяться якісь нові педагогічні чинники для вивчення ефективності їх впливу;

2) контрольний метод, при якому витримуються загальноприйняті форма і зміст навчально-виховної роботи як критерій порівняння з експериментальним методом;

3) індивідуальний метод, при якому навчально-виховний процес здійснюється педагогом у відповідності з особистими планами без будь-якого втручання дослідника.

Перші два методи часто супроводжують один одному при організації порівняльного експерименту у дослідних групах. Експериментальний метод може використовуватись без контрольного. Контрольний метод без експериментального втрачає свій сенс, а тому окремо не використовується.

Індивідуальний метод використовується в тих випадках, коли варто ознайомитись з педагогічним процесом, але в нього не втручаючись. Необхідність виділення вказаних методів в окрему групу проголошується

специфічністю їх завдання відтворення того чи іншого навчального процесу. Цими методами реалізовується головне – вирішуються різні педагогічні завдання, ступінь вирішення яких визначається методами другої групи.

Методи збору поточної інформації можуть бути різними – від звичайного візуального аналізу та оцінки до використання сучасних пристроїв. Різні спроби створити постійне угруповання цих методів будуть приречені на провал, оскільки вони постійно змінюються. Можна говорити лише про ті методи, які прижилися на практиці досліджень і не мають тенденції до зникнення.

Відмінною рисою всіх перерахованих методів є те, що з їх допомогою можна отримувати дані про результативність педагогічного процесу в ході самого виховання та навчання.

Методи отримання ретроспективної інформації включають літературний аналіз, аналіз документальних матеріалів та анкетування ретроспективних подій. На відміну від попередньої групи, за допомогою даних методів можна отримати дані тільки в ретроспективному плані. Відомо, що навіть сама оперативна публікація потрапляє до читача мінімум через декілька місяців після завершення дослідження. Тому головним завданням застосування методів ретроспективної інформації є визначення того, що раніше зроблено іншими дослідниками з даної теми. В залежності від завдань дослідження аналіз документальних матеріалів та анкетування можуть застосовуватись, як зазначено вище, і для збору поточної інформації.

Методи математичної обробки дуже різноманітні: від найпростіших методів встановлення достовірності відмінностей за загальноприйнятими статистичними параметрами до складних, типу факторного аналізу. Який вибрати метод – залежить від конкретних завдань дослідження. Перераховані групи методів тісно пов'язані між собою. Вони не можуть змінюватися ізольовано.

До прикладу, неможливо застосовувати методи організації навчально-виховної роботи, попередньо не маючи інформацію про те, що вже є на практиці фізичного виховання, тобто не використовуючи методи отримання ретроспективної інформації. Добутий методами збір поточної інформації фактичний матеріал не буде достовірний без методів математичної обробки.

Отже, методи математичної обробки обслуговують методи збору поточної інформації і деякі методи отримання ретроспективної інформації; методи збору поточної і ретроспективної інформації обслуговують методи організації навчально-виховної роботи.

Таким чином, для будь-якого педагогічного дослідження головними є методи організації навчально-виховної роботи, всі решта виконують службову функцію. Інколи дослідження може обходитися без методів організації навчально-виховної роботи, але тоді це буде історико-соціологічне дослідження, а не педагогічні.

Сутність **педагогічного експерименту і педагогічного спостереження** полягає в поєднанні декількох перерахованих методів. Педагогічний експеримент передбачає: експериментальний метод організації навчально-

виховної роботи, один або декілька методів збору поточної інформації, метод математичної обробки і в деяких випадках – контрольний метод. Передує їм застосування методів отримання ретроспективної інформації. Все це є підставою вважати експеримент комплексним методом наукового пізнання.

Педагогічне спостереження обов'язково включає в себе індивідуальний метод організації навчально-виховної роботи, один або декілька методів збору поточної інформації (обов'язково педагогічний аналіз і оцінку) і інколи – метод математичної обробки. Цим методам передують методи отримання ретроспективної інформації. Отже, педагогічний експеримент і спостереження є певними системами застосування декількох методів дослідження.

У тому й іншому випадках можуть застосовуватися однакові методи збору поточної інформації. Іноді до методів дослідження відносять також узагальнення досвіду роботи викладачів. Робити це недоцільно, оскільки узагальнення досвіду роботи – одна з можливих напрямків у дослідженні, яке реалізується вмілим застосуванням деяких перелічених методів.

Те саме можна сказати і про соціологічні дослідження, в яких для реалізації специфічних завдань застосовуються «звичайні» методи: анкетування у всіх його різновидах, стенографування та ін. Вибір методів дослідження визначається насамперед конкретними завданнями наукової діяльності. Про те, яке вони мають значення для успіху планованого дослідження, І.П. Павлов зазначав: «... метод – найперша, основна річ. Від методу, від способу дії залежить уся серйозність дослідження. Уся справа в ефективному методі. При ефективному методі і не дуже талановита людина може зробити багато. А при неефективному методі і геніальна людина буде працювати даремно і не отримає цінних, точних даних». Застосовувати ті чи інші методи дослідження треба відповідно до їх доцільністю у кожному конкретному випадку. Тому можна стверджувати тільки про деякі спільні вимоги в визначенні придатності різних методів.

1-а вимога. Метод має мати певну стійкість до дії супутніх факторів. Розуміти це слід у сенсі здатності методу відображати тільки той стан досліджуваних, який викликаний дією експериментального фактору, а не чинників, що виникли неочіковано.

До прикладу, встановивши більшу ефективність нового способу навчання, дослідник має бути впевнений, що використаний ним метод визначив зміни, які відбулися під впливом саме нового способу, а не очікуваних факторів. Відповідно до цієї вимоги варто оцінювати достовірність того, які зміни того чи іншого показника: чи справді виникли стійкі зміни в даних чи це є випадковість. У визначенні стійкості методу важливу роль відіграє математична обробка результатів дослідження.

2-а вимога. Метод має мати певну вибірковість по відношенню до досліджуваних явищ. Інакше кажучи, він має відповідати досліджуваному явищу, і відбивати те, що він покликаний відображати відповідно до завдання дослідження. Якщо застосована контрольна рухова дія для визначення рівня розвитку швидкісних здібностей, тоді дослідник має бути переконаний, що обрана тестова вправа відображає саме рівень розвитку швидкості, а не,

припустимо, швидкісної витривалості. У вищій мірі важливо знайти такі методи дослідження, які були б адекватними досліджуваних явищ. Абсолютно неправомірно поширювати методи дослідження, що відповідають одній галузі наукових питань або одній науковій проблемі.

Вибірковість методу встановлюється двома шляхами:

а) шляхом теоретичного аналізу результатів тієї фізичної діяльності, в якій вони не можуть бути виражені в метричних одиницях виміру (гімнастика, ігри і т.п.);

б) шляхом обчислення міри зв'язку між показниками методу дослідження та результативністю тієї діяльності, яка є предметом спеціальної підготовки (до прикладу, біг, метання).

Перший шлях є одним для зазначених фізичних вправ, хоч він і не є достатньо об'єктивним. Вибірковість методу у даному випадку встановлюється на основі знання психофізіологічних закономірностей, що є в основі досліджуваної діяльності індивіда. Визначивши провідні для даної діяльності системи її забезпечення, знаходять такі методи, за допомогою яких можна оцінити функціонування саме цих систем. Наприклад, для діяльності боксера велике значення має рівень анаеробних можливостей організму. Виходячи з цього і повинні бути ппідібрані такі методи, якими можна було б визначати цей рівень. Інший шлях не виключає необхідності теоретичного аналізу. Але перевага цього шляху є в тому, що для об'єктивізації його можна застосовувати математичні розрахунки.

3-я вимога. Метод має мати наповненість, тобто давати максимум корисної інформації. Достатня наповненість методу дозволить отримати той об'єм інформації, який дасть можливість характеризувати істинний стан явища. Велика наповненість методу робить його і більш стійким до дії супутніх факторів.

4-а вимога. Метод має володіти надійністю, тобто здатністю давати ідентичні результати за умови:

а) багаторазових досліджень одним і тим самим дослідником одних і тих самих респондентів;

б) проведення досліджень одним і тим самим дослідником, на різних групах респондентів;

в) проведення досліджень різними дослідниками, але на одних і тих саммих групах респондентів.

Ступінь відтворюваності методу характеризуєтьсяя в тих випадках, коли він дає змогу оцінити досліджуване явище в будь-яких кількісних показниках. Існують два способи визначення ступеня відтворюваності методу. При першому способі порівнюються середні помилки середніх арифметичних показників, отриманих на кількох аналогічних групах респондентів або кількома дослідниками. Якщо коливання двох або більше середніх арифметичних величин мають зони збігу (наприклад, 56±2 і 60±3), то ступінь відтворюваності методу вважається достатнім. При другому способі вираховуються коєфіцієнти кореляції між показниками, зібраними на аналогічних групах респондентів або кількома експериментаторами. При

коефіцієнті кореляції 0,9 і вище відтворюваність методу вважається високою, при коефіцієнті менше 0,6 – низькою.

Приступаючи до оцінки відтворюваності методу, слід передбачати число показників, яке буде отримано за допомогою даного методу. Інакше кажучи, треба знати, чи буде досліджуване явище оцінюватися за двома показниками (вихідним і кінцевим) або за кількома (вихідним, проміжним і кінцевим). Якщо за характером дослідження треба зробити два виміри показників, то й відтворюваність методу має оцінюватися на двократне використання методу. Це має принципове значення, оскільки встановлено, що відтворюваність методу може бути штучно підвищена за рахунок збільшення кількості показників, за якими вона визначається. Доведено, що при дворазовому застосуванні тестової вправи для виявлення рівня розвитку швидкісних здібностей людини коєфіцієнт кореляції становить 0,2 – 0,4, а при 7 – 15-кратному застосуванні він зростає до 0,7 – 0,9. Визначення ступеня відтворюваності методу важливо в будь-яких дослідженнях.

Якщо вона не вирахувана, не можна стверджувати про достовірність показників, які отримані в одноразових вимірах, тому що при повторних дослідженнях можуть бути інші дані, а отже можуть бути зроблені інші висновки. У порівняльних експериментах тим більше складно судити про достовірність відмінностей між кінцевими і вихідними показниками, якщо не знати заздалегідь ступеня відтворюваності методу. Навіть у тих випадках, коли метод не дає будь-яких відмінностей, нереально зробити правильний висновок: чи дійсно немає відмінностей, або метод не зміг їх виявити. Зокрема, низька відтворюваність деяких контрольних вправ може бути пояснена низкою причин: низькою фізичною підготовленістю досліджуваних, відсутністю чіткої методики проведення вимірювань, неможливістю досить точно відтворити вихідне положення й інші складові техніки руху, різною точністю вимірювальної апаратури, відмінністю в індивідуальних можливостях експериментаторів.

Варто пам'ятати, що низька відтворюваність деяких контрольних вправ аж ніяк не означає їх повної непридатності для тестування. Вже зазначалося, що однією з причин неефективної відтворюваності є відсутність стандартизації виконання дії та її вимірювання. Таким чином, сувора уніфікація всіх складових тестування може підвищити коєфіцієнт відтворюваності контрольних вправ.

5-а вимога. Якщо дослідження допускає використання педагогічного експерименту, то він має бути введений в наукову роботу. І.П. Павлов стверджував про переваги експерименту перед спостереженням: «Спостереження збирає те, що йому пропонує природа, досвід бере у природи те, що він хоче».

6-а вимога. У міру доцільності варто використовувати не один метод дослідження, а декілька. Якщо цього вимагають завдання дослідження, в поєднанні зфізіологічними методами та методами психологічного аналізу.

Комплексне застосування методів дає змогу ретельно вивчати явище. При поєднанні педагогічних та фізіологічних методів дослідження, а також

методів психологічного аналізу, не повинна порушуватися спрямованість педагогічних досліджень. Спрямованість дослідження характеризується не фактом застосування різних методів, а завданнями наукової діяльності. При такій постановці питання в будь-якому педагогічному дослідженні провідними є педагогічні методи. Саме вони найбільш повно можуть охарактеризувати педагогічну сутність проблеми. Інші методи дослідження відіграють тільки допоміжну роль. Зрозуміло, характер досліджуваного явища, може зменшувати або збільшувати частку значущості, наприклад, фізіологічних методів у педагогічному дослідженні.

Так, при вивченні досвіду роботи педагогів значення фізіологічних методів, зводиться до нуля, при порівняльній ж характеристиці способів розвитку фізичних якостей роль цих методів в отриманні об'єктивних даних незмірно зростає. Зрозуміло, внесення елементів психологічних та фізіологічних досліджень в педагогічні дослідження не формальний, не механічний акт. Воно виправдано тільки тоді, якщо без цього не може бути досягнута об'єктивність педагогічних даних.

7-а вимога. Дослідник зобов'язаний досконало оволодіти методом дослідження до початку збору основних даних.

8-а вимога. Кожен новий метод має бути попередньо апробований на предмет визначення його ефективності. Це дасть можливість порівняти показники, які отримані новим методом, з показниками, які були отримані раніше. Подібне зіставлення, дозволить визначити, якою мірою можна порівнювати отримати дані з тими результатами, які були одержані при дослідженні аналогічногоявища або аналогічної функції старим методом.

9-а вимога. Будь-який метод дослідження потребує попередньої організації умов, передбачаючи вивчення документації для фіксування отриманих результатів.

10-а вимога. При повторних дослідженнях варто створювати ідентичні умови використання методів. Дотримання вказаних вимог при виборі методів дослідження формує основу для об'єктивізації отриманих даних і підвищує достовірність результатів дослідження.

3. Підготовка помічників експериментатора

Успіх дослідження часто залежить від якості підготовки помічників дослідника. Всі вимоги, які пред'являються до дослідника, в рівній мірі відносяться і до його асистентів.

Роль помічників особливо очевидна в дослідженнях із застосуванням декількох методів. Ще більш складна їх роль у педагогічному експерименті. Кожен педагогічний експеримент пов'язаний з проведенням занять. Зміст їх, планування, визначення методики проведення – усе це предмет турбот дослідника. Проте, існує дві думки про те, хто має проводити заняття: сам дослідник або його асистент. Проведення експериментальних занять самим експериментатором дає йому змогу реалізовувати намічене більш цілеспрямовано, з великим захопленням, допомагає особисто відчути весь хід заняття. Але в цьому є і свої негативні сторони, які виявляються, коли мова йде про об'єктивне порівняння застосовуваних методів виховання та

навчання, нових форм організації занять і т.п.

Уявіть собі педагогічний експеримент, завданням якого є порівняльний аналіз нових методів активізації учнів з методами, які застосовуються у практиці класно-урочних занять. Приступаючи до дослідження, дослідник, побудувавши робочу гіпотезу, за якою намічені ним методи активізації, за всіма ознаками, має дати позитивні результати. І ось він бере два рівноцінних класів: перший – експериментальний, а другий – контрольний.

Чи треба доводити, що проводячи уроки в обох класах, дослідник не може неупереджено, цілком об'єктивно оцінювати, хід самого заняття і т.п. Не можна обійти увагою і такий нюанс. Наприклад, робоча гіпотеза дослідника виправдовується і нові методи дають позитивні результати. Умови ж дослідження зобов'язують його в контрольному класі продовжувати використовувати старі, свідомо малоефективні методи. Психологічно не всі можуть витримати таку боротьбу із самим собою.

Крім того, проведення занять дослідником не дає йому нагоди аналізувати весь хід навчання і виховання і одночасно фіксувати спостережуване у належних документах. Якщо заняття проводить асистент дослідника, він має робити це за конспектами і вказівкам експериментатора. Асистент має мати високу кваліфікацію і бути досить неупередженим до проведення наукової роботи. Краще всього, якщо він у рівній мірі з повагою ставиться і до припущень дослідника і до тих методів роботи, які для нього є звичними. Це підвищує об'єктивність увідношенні і до нового і до старого. При цьому дослідник, звільнений від необхідності особисто проводити заняття, може глибше, різнобічне оцінити весь хід уроку, більш кваліфіковано і детально зафіксувати спостережуване.

Щоправда і цей спосіб не позбавлений недоліків. Зокрема, є небезпека спотворення думки дослідника, внесення асистентом на урок тих особистих мотивів, які небажані для даного дослідження. Пртое, дані недоліки можна нейтралізувати ретельним підбором асистентів і гарною їх підготовкою. Враховуючи, що обидва способи мають свої переваги й недоліки, найдоцільніше йти по лінії дублюючих експериментів, коли дослідження ведеться у двох і більше парах суміжних груп. Тоді в одній парі груп заняття може проводити сам експериментатор, а в іншій – асистент. Подібний контроль підвищуєоб'єктивність отриманих результатів.

4. Оформлення документації

Без суворої фіксації даних не може бути наукових фактів. Будь-яка наукова робота недопустима без ретельно розробленої наукової документації, в якій має бути зафіксовано все, що має яке-небудь відношення до наукової роботи. Стандартних форм документації немає. Вони визначаються багатьма факторами (завданнями, методами дослідження і т.д.). Але в будь-якому випадку дослідник повинен мати «Журнал-щоденник досліджень», протоколи досліджень та лікарсько-педагогічні картки досліджуваних.

Журнал-щоденник досліджень призначений для фіксації всіх складових, пов'язаних з проведенням експериментальної роботи. При педагогічному експерименті в нього вносять всі конспекти занять і зауваження.

Досвід роботи підказує, що записи в журналі-щоденнику найдоцільніше вести такий спосіб. На титульному аркуші зошита записують назву теми, прізвище експериментатора, початок і кінець експериментальної частини роботи. Згодом в порядку черговості проведення експериментів фіксують дані: номер експерименту, дату і місце проведення, склад присутніх досліджуваних, хто проводить заняття, зміст заняття – його відповідність конспекту, умови проведення занять, загальні зауваження.

Обов'язкова наявність місця для приміток про хід даного експерименту. До прикладу, при вивченні рівня розвитку фізичних якостей під впливом різних методів в журнал-щоденник записують не тільки загальні дані, що характеризують склад респондентів, зміст розминки, хто її проводив, пропоновані випробування, а й умови останніх (вологість, сила вітру, температура, стан гранту і т.д.).

Вносять умови оцінки випробувань, певні заздалегідь (наприклад, вид хвату і висота підтягування на перекладині, розташування ніг при стрибках у довжину з місця, вид старту при бігу). При відсутності цих загальних даних стане неможливим порівнювати між собою результати контрольних випробувань, проведених на початку і в кінці експерименту.

Протоколи досліджень бувають двох видів: індивідуальні та загальні (групові – зведені). Хоча існують різні форми протоколів, у кожній з них є спільні риси. В індивідуальних протоколах зазначаються: порядковий номер протоколу, дата проведення дослідження, час його проведення (початок і кінець), прізвище досліджуваного, дата народження, рівень спортивної підготовленості, вид і місце проведення дослідження, реакція досліджуваного на заняттях в експерименті (за спостереженнями експериментатора і особистим враженням досліджуваного), робоче навантаження в день обстеження і напередодні, сон, самопочуття, бажання займатися, прийом їжі і день обстеження, нарешті, реєстрований показник (наприклад, результати контрольних випробувань на швидкість, силу).

Настільки докладні дані, здавалося б мають пряме відношення до дослідження, варто на той випадок, коли треба буде знайти причини відхилень в низці отриманих даних. Коли проводяться багаторазові дослідження однієї і тої самої особи, варто складати списки досліджуваних із зазначенням дати народження, рівня спортивної підготовленості та подібних постійних «паспортних» даних. Це дозволить скоротити кількість пунктів в індивідуальному протоколі. У загальних протоколах підсумовуються реєстровані індивідуальні дані. Цим полегшується загальний порівняльний аналіз динаміки результатів.

Лікарсько-педагогічні картки призначені для медичної та педагогічної характеристик кожного досліджуваного. Медична частина картки за формою і змістом відповідає лікарсько-фізкультурним картками і заповнюється з аналогічних карт лікарського кабінету до і після експерименту. У залежності від завдань дослідження в дану частину картки можуть бути внесені певні додаткові дані.

У педагогічній частині картки передбачається характеристика

досліджуваного як особистості в цілому (відношення його до праці, до друзів в колективі, до занять руховими діями, до участі в експерименті та ін.) Заповнюється вона за особистими спостереженнями експериментатора, а також зі слів друзів.

5. Організація умов дослідження

Організація умов дослідження передбачає створення обстановки, що відповідає завданням дослідження. Особливо важливо створити абсолютно однакові умови при повторних експериментів. До прикладу, не варто проводити початкове випробування фізичних якостей на відкритому повітрі, а кінцеве – в спортивному залі.

Істотну роль в успіху дослідження відіграє своєчасна і ретельна підготовка необхідного інвентарю та апаратури. Будь-яка непередбачена дрібниця може не тільки порушити хід експерименту, а й просто зірвати його. При застосуванні спірографів, динамометрів, секундомірів та інших приладів, що мають поділки, варто періодично перевіряти правильність їх показань. Використовуючи динамометри, краще зберегти їх в недоторканності до повторних досліджень. Цим досягається велика «чистота» вимірів, оскільки виключається можливий вплив на показники повторних досліджень будь-яких змін в самих динамометрах. Користуючись приладами, що діють на постійному або змінному струмі, варто при кожному дослідженні перевіряти напругу в мережі.

6. Опитування, як метод збору первинної соціологічної інформації

Широке застосування методів опитування пояснюється тим, що отримана від респондентів інформація, багатша від тієї, яку можна отримати іншими методами. Крім цього, вона легко піддається математично-статистичному опрацюванню, а отримати її можна оперативно і дешево.

Водночас методи опитування не позбавлені недоліків, серед яких можна відзначити такі:

– суб’єктивність отриманої інформації, оскільки респонденти схильні переоцінювати значення певних фактів і явищ та своєї ролі в них, або недооцінювати їх;

– викривлення інформації, причиною якого можуть бути помилки, допущені в процесі підготовки інструментарію дослідження, визначення вибіркової сукупності (вибірки) або інтерпретації одержаних показників;

– недостатня поінформованість опитуваних.

Методи опитування в педагогічних дослідженнях використовується в наступних формах:

– у вигляді інтерв’ю (усне опитування);

– анкетування (письмове опитування);

– бесіди (багатостороннє обговорення піднятої проблеми);

– експертного опитування і тестування зі стандартними формами оцінки результатів опитування;

– з використанням соціометрії, яка дозволяє виявити міжособистісні відношення в групі людей.

Бесіда – це метод отримання інформації шляхом двохстороннього або

багатостороннього обговорення піднятої дослідником проблеми, або окремих її аспектів. Вона передбачає отримання інформації про явище, яке вивчається, в логічній формі від обстежуваної особи, членів групи, яка досліджується та від оточуючих людей (батьків, педагогів, глядачів тощо). Бесіди можуть бути формалізованими і неформалізованими.

Формалізована бесіда – передбачає стандартизовану постановку питань і реєстрацію відповідей на них, що дозволяє експериментатору швидко групувати й аналізувати отриману інформацію.

Неформалізована бесіда проводиться за не жорстко стандартизованими питаннями, що дозволяє послідовно задавати додаткові питання, зважаючи на ситуацію, яка складається під час бесіди. В ході бесіди, зазвичай, досягається тісніший контакт між експериментатором і респондентами, що сприяє отриманню повнішої і глибшої інформації.

Зазвичай, процес бесіди не протоколюють, але при необхідності роблять для себе помітки, які дозволяють після спілкування повно відтворити хід бесіди і запротоколювати її. В окремих випадках, зі згоди респондента, застосовують магнітофон або диктофон.

Інтерв'ю – це метод отримання інформації шляхом усних відповідей респондентів на систему питань, які усно задаються експериментатором.

В основі інтерв'ю лежить звичайна бесіда, яка відрізняється тим, що ролі співрозмовників закріплені і нормовані, а мета визначається задумом і завданнями дослідження.

За метою, яку прагне реалізувати експериментатор, розрізняють інтерв'ю думок (оцінка явищ і подій) та документальне інтерв'ю, яке пов'язане з виявленням фактів.

Специфіка інтерв'ю полягає в тому, що експериментатор визначає тільки тему майбутньої бесіди й основні питання, на які хоче отримати відповіді. Всі необхідні дані, беруть з інформації, яка була отриммана в процесі спілкування особи, що бере інтерв'ю з особою, що його надає. Успіх інтерв'ю, повнота і якість отриманої інформації залежить від характеру спілкування і взаєморозуміння сторін.

Метод експертного опитування є одним з найефективніших в системі педагогічних досліджень, оскільки передбачає отримання даних за допомогою знань компетентних осіб, які дають свої заключення при розгляді певних питань.

Результати опитувань, що ґрунтуються на судженнях фахівців, називають **експертними оцінками.**

За допомогою цього методу можна:

– уточнювати основні положення методики дослідження, вибирати методи і прийоми збору інформації і її обробки;

– оцінювати достовірність й уточнювати дані масових опитувань, особливо у випадках, коли існує небезпека їх перекручення;

– глибше аналізувати результати дослідження і прогнозувати характер змін педагогічного явища, що вивчається;

– підтверджувати й уточнювати відомості, одержані іншими методами;

– аналізувати результати дослідження, особливо, якщо вони можуть по-різному тлумачитися.

Соціометричний метод (метод соціометрії) дозволяє виявити міжособистісні стосунки в групі людей за допомогою їх попереднього опитування.

Для дослідження структури стосунків в групі застосовують два варіанти соціометрії: параметрична і непараметрична.

Параметрична соціометрія передбачає суворо визначену кількість виборів за заданим критерієм. До прикладу, респонденту пропонують назвати трьох друзів, з якими він хотів би (або не хотів би) грати в одній команді.

Непараметрична соціометрія передбачає вибір, не обмежену кількість осіб. Цей варіант можливий лише за умови позитивного ставлення респондентів до дослідження. Якщо опитувані ставляться до дослідження байдуже, безвідповідально, то можливі відповіді: «Вибираю всіх».

Анкетування – це метод отримання інформації шляхом письмових відповідей респондентів на систему стандартизованих питань анкети.

Воно є найпоширенішим способом опитування, оскільки:

– доступне основній масі дослідників, які не мають великого педагогічного життєвого і наукового досвіду, не здатні швидко і легко вступати в контакт з людьми; дозволяє охопити велику кількість людей;

– дозволяє методами математичної статистики опрацьовувати отримані результати.

Для контролю опитуваних за рівнем поінформованості в темі опитування застосовують прямі фільтри і «пастки». До прикладу, при опитуванні батьків можна ввести «фільтр» за критерієм наявності дітей (на наступні питання відповідають тільки ті, у кого є діти дошкільного і молодшого шкільного віку).

Питання «пастки» допомагають визначити сумлінність респондентів. До прикладу, для оцінки різних інноваційних систем фізичного виховання, або видів аеробіки (які, зазвичай, називають іменами їх авторів) при опитуванні спеціалістів включають одну-дві неіснуючі назви. Якщо вони будуть оцінені окремими респондентами, то ці особи підозрюються у неуважності або несумлінності.

Зондажні анкетування використовуються для вивчення громадської думки. Вони містять 3-4 питання, на які відповіді великої кількості осіб дозволяють отримати інформацію, що сприяє якісній підготовці повного змісту анкети.

Основне анкетування дає можливість отримати матеріал у будь-якому дослідженні про внутрішні спонукання людей; події минулого і сьогодення, про продукти діяльності, іншими словами – про що завгодно. Основне анкетне опитування складає основу констатуючого експерименту практично у всіх педагогічних дослідженнях з фізичної культури і спорту.

Експрес-анкетування може застосовуватись у процесі формуючого експерименту, або і після його проведення, коли варто отримати інформацію, за допомогою якої можна пояснити ті чи інші факти, поведінку учасників експерименту, причини їх успіхів і поразок. До цього виду анкетування

залучається невелика кількість кваліфікованих осіб, які добре володіють досліджуваною проблемою.

Суцільне анкетування передбачає опитування всієї генеральної сукупності осіб, причетних до піднятої дослідником проблеми.

Вибіркове анкетування передбачає опитування лише частини генеральної сукупності – вибіркової сукупності. Саме це анкетування є найпоширенішим.

Особисте анкетування передбачає безпосередній контакт дослідника з респондентом, який заповнює анкету у його присутності. Це забезпечує:

1) повернення всіх анкет;

2) контроль правильності заповнення анкет;

3) допомогу респондентам у процесі відповіді на питання.

Особисте опитування може бути груповим і індивідуальним.

Групове анкетування передбачає одночасне опитування великої кількості осіб, що дозволяє отримати значний матеріал при мінімальній затраті часу. Проводячи групове анкетування, треба забезпечити такі умови, які б гарантували самостійність відповідей кожного учасника опитування. У приміщенні, де проводиться опитування, має витати ділова, творча атмосфера.

Індивідуальне анкетування передбачає опитування однієї особи, що створює умови для якісних відповідей, оскільки експериментатор може уточнити питання і допомогти респонденту у випадку виникнення труднощів, сумнівів тощо.

За способом спілкування з респондентами анкетування може бути не лише особистим, але й заочним.

Заочне анкетування передбачає відповіді на питання у відсутності експериментатора, що дозволяє сумлінному респондентові некваплиро, ґрунтовно вивчити питання, зрозуміти, що від нього хочуть і дати кваліфіковані, глибокі й вичерпні відповіді.

За способом вручення анкет заочне анкетування може бути поштовим і роздатковим.

Поштове анкетування полягає в тому, що анкети розсилаються дослідником і повертаються до нього поштою. Його перевага в тому, що серед опитаних можуть бути особи, які територіально знаходяться на великій відстані. Недоліком є: низький відсоток повернення анкет; невпевненість у самостійному заповненні анкет респондентами; трудність визначення відповідності респондентів передбачуваному контингентові.

Роздаткове анкетування передбачає особисте вручення анкети респондентові, самостійні відповіді на питання, повернення анкети різними способами.

Роздаткове анкетування можна провести через своїх колег чи друзів. Переваги цього виду очевидні. Вони полягають у можливості проконсультувати респондента чи довірену особу та оцінити відповідність респондентів передбачуваній вибірці.

Анкета складається з трьох частин:

– вступна частина – містить мотивацію і мету анкетування, підкреслює

значення участі в ньому респондента, гарантує таємницю відповідей і чітко викладає правила заповнення. У цій частині вказується наукова установа, від імені якої виступає експериментатор;

– основна частина – містить перелік питань, на які треба дати відповіді, що дозволяють вирішити окремі завдання дослідження;

– демографічна частина – складається з питань, які визначають паспортну характеристику респондентів.

Тема 3: Метод педагогічного спостереження

ПЛАН

1. Поняття про спостереження, його основні риси.
2. Об’єкт та предмет спостереження.
3. Педагогічне спостереження як метод дослідження.
4. Основні вимоги та процедура проведення спостереження.
5. Види спостереження.

1. Поняття про спостереження, його основні риси

Спостереженням називається цілеспрямоване, довільне й, зазвичай, спеціально організоване сприйняття тих чи інших явищ дійсності. Від простого споглядання, із яким у спостереження багато спільних рис, останнє відрізняється наявністю мети, якій підпорядковані не лише організація конкретного способу спостереження, а й вибір власне об’єкту та предмету спостереження, визначеність сфери спостережуваних явищ. Основною рисою спостереження є його невтручання в перебіг спостережуваних явищ. Дана властивість надає йому низку переваг, але має й недоліки порівняно з іншими методами психолого-педагогічних досліджень.

Під **методикою** розуміють певним чином фіксовану, викладену зрозуміло для інших, предметно репрезентативну систему засобів збору й обробки емпіричних даних, що відповідає певному колу досліджуваних завдань. Інакше кажучи, методика − це основа спостереження. До неї належать як необхідні такі фактори: вибір об’єкта спостереження; схема чи план процесу спостереження; опис процедури стандартизованого оцінювання; опис організації роботи. Методики спостереження відрізняються передусім видами діяльності спостерігача (видами спостереження), способами розподілу досліджуваних явищ (вибором одиниць оцінювання), за специфікою способів фіксацій даних (запис, звуко-, кіно-, відеозапис й ін.), а також вибірковою чи суцільною фіксацією подій.

2. Об’єкт та предмет спостереження

Об’єктами педагогічного спостереження можуть бути тільки ті сторони фізичної культури, які можна фіксувати, не порушуючи навчально-тренувальний процес. До можливих об’єктів педагогічного спостереження належать:

– завдання навчання й виховання;

– засоби фізичного виховання, їх місце на занятті (наприклад комплекси фізичних вправ);

– методи навчання й виховання (наприклад: методи слова та показу, інтервальний метод тренування);

– поведінка вихованців і тренера;

– характер та величина тренувального навантаження;

– деякі елементи техніки виконання рухів;

– тактичнідії;

– величини просторових пересувань спортсменів або приладів (довжина розбігу, дальність польоту диска);

– кількісна сторона процесу (кількість гребків плавця, кількість кроків бігуна).

Спостереження можуть бути об’єктивними тільки тоді, коли предметом вивчення є чітко визначені факти. За допомогою спостереження неможливо вивчати ті моменти, які не можна оцінити візуально, недоцільно вивчати «на око» величину суглобових кутів, м’язових зусиль тощо.

У таких випадках варто застосовувати відповідні об’єктивні методи реєстрації: наприклад фото-, відео-зйомку. Іноді дуже важко оцінити й реєструвати об’єктивні явища педагогічного процесу, наприклад, точність, пластичність, або ж скованість рухів − усе це об’єктивно існує, але не піддається чіткому оцінюванню й фіксації. У цьому випадку застосовується принцип суддівства «на враження» в деяких видах спорту, де оцінки виставляються балами, тому бажано мати декілька спостерігачів.

3. Педагогічне спостереження як метод дослідження

Педагогічне спостереження – це цілеспрямоване планомірне сприйняття й аналіз навчально-виховного процесу та його оцінка на основі заздалегідь розробленого плану.

Об’єктами педагогічного спостереження можуть бути:

– засоби навчання, виховання та розвитку фізичних якостей, їхнє співвідношення, місце в занятті;

– реалізація на заняттях принципів фізичного виховання;

– поведінка вихованців, їхнє ставлення до тренування, активність;

– поведінка тренера, його ставлення до вихованців, ефективність дій;

– взаємовідносини педагога з вихованцями та між вихованцями;

– фізичні навантаження на тренуванні, їх характер і величина, відповідність вікові та підготовленості вихованців;

– прийоми регулювання навантаження на заняттях та їх адекватність;

– техніка виконання вихованцями вправ;

– прийоми активізації вихованців на тренуванні;

– ефективність виконання домашнього завдання;

– форми організації занять та їх доцільність.

Загальні спостереження можуть бути загальні й окремі.

Загальні спостереження передбачають виявлення комплексу педагогічних явищ, які в сукупності дозволяють оцінити якість навчально-тренувального процесу, його результати.

Окремі (тематичні) спостереження обмежені вузькими рамками об'єкта дослідження. До прикладу, об'єктом спостереження може бути поведінка вихованців, величина навантаження тощо.

За програмою спостереження можуть бути розвідувальні й основні.

Розвідувальні спостереження не мають чітко розробленої програми і є попередніми. Такі спостереження проводяться для уточнення і поглиблення гіпотези дослідження і його методики.

Основні спостереження проводяться за чітко розробленою програмою і загальнодоступними засобами фіксації результатів, що дозволяє залучати до спостережень помічників.

За стилем розрізняють внутрішні і зовнішні спостереження.

Внутрішні спостереження передбачають, що експериментатор є безпосереднім учасником навчально-тренувального процесу, який є об'єктом спостереження і оцінки. Таке можливе за умови, коли експериментатор є членом спортивної команди.

Зовнішні спостереження характеризуються тим, що експеримментатор є лише свідком подій, що відбуваються на навчально-тренувальних заняттях.

За поінформованістю тих, хто займається, спостереження можуть бути відкритими і прихованими.

Відкриті спостереження передбачають поінформованість тих, хто займається (спортсмени, тренери) та їхню згоду на проведення спостереження під час занять.

Приховані спостереження передбачають, що ніхто з учасників навчально-тренувального процесу не знає про спостереження за ними і тому їхня поведінка є природною, оскільки спостерігача ніхто не бачить.

За тривалістю спостереження можуть бути безперервними і частковими.

Безперервні – це спостереження, які забезпечують стеження за розвитком будь-якого педагогічного явища від його початку і до кінця. Це може бути тренування або певна його частина.

Часткове спостереження передбачає вивчення окремих етапів педагогічного процесу.

Найчастіше це його початок і завершення.

Для того, щоб проводити спостереження, експериментатор має:

– визначити завдання спостереження;

– підібрати об'єкти спостереження;

– продумати способи проведення спостереження;

– визначити способи фіксації даних;

– продумати, як буде аналізуватися матеріал;

– розробити схему спостереження, яка дозволить не лише зафіксувати факти, а й пояснити їх.

4. Основні вимоги та процедура проведення спостереження

Для того, щоб підвищити якість і надійність спостереження, існує низка обов'язкових правил:

1) систематичність і багаторазовість спостереження відповідно явища в різний час і врізних ситуаціях (це потрібно для того, щоб можна було зробити

висновок про повторюваність, а значить, невипадковість явищ);

2) уникнення оцінних суджень, обов'язковість перевірки альтернативних гіпотез;

3) проведення спостереження кількомадослідниками;

4) зіставлення спостереження за окремим відрізком поведінки із загальною ситуацією;

5) пасивність, невтручання спостерігача в перебіг подій.

Існують обставини, що спричиняють помилки в спостереженні й пов'язані із самою особою експериментатора, його суб'єктивністю, зацікавленістю в результатах, психологічною установкою. Усе це може заважати неупередженому сприйняттю, оскільки часто можна побачити те, чого насправді невідбулося; бажане можна подати за дійсне.

Іншими чинниками помилок можуть бути особисті якості експериментатора: темперамент, емоційна стійкість, індивідуальний темп, стиль, витривалість тощо. Причини помилок: різниця в соціальному становищі експериментатора й досліджуваних; перше враження про попередні зустрічі; перенасиченість інформацією, одноманітна діяльність тощо.

Сама програма включає декілька етапів: визначення проблеми; вибір об'єкту та предмету дослідження; формування мети й завдань роботи; визначення основних понять; попередній умоглядний аналіз об'єкту; висунення основної та робочих гіпотез; збір власне даних; їх аналіз та інтерпретація. Великі вимоги висуваються щодо запису спостережень стосовно способів фіксації даних.

Основні вимоги наступні:

1) запис має бути фактологічним, тобто занотовуватися мають тільки явища, які не можна замінювати узагальненою оцінкою або характеристикою;

2) обов'язковий запис усієї ситуації, а не її фрагментом, тобто описуватися має фон, на якому відбуваються події;

3) запис має бути точним: відображати всі події, які стосуються певної гіпотези, у тому числі й такі, щосуперечать їй.

Існують наступні форми запису:

– протоколювання;

– словесний опис;

– графічна фіксація з використанням різних умовних позначень і систем зображення фізичних вправ, наприклад схематичних рисунків;

– стенографування;

– запис на стандартних бланках;

– ведення щоденника;

– звукозапис;

– фотозапис;

– кінозапис;

– відеозапис тощо.

Якщо ведеться протоколювання, то протокол має бути суцільним, без особливої рубрикації. Ведення щоденника використовується під час тривалих спостережень у спортивні діяльності. Оскільки саме спостереження й запис

часто розділені в часі, слід звернути увагу на те, щоб він проводився якомога швидше після спостереження, оскільки відомо, що негайне відтворення подій чи фактів за ефективністю значно відрізняється від віддаленого.

Ефективним є також запис подій у формі символів, що дає можливість мінімально відволікатися на саме записування й більше уваги приділяти власне спостереженню, а також полегшує аналіз результатів. За допомогою спостереження можна одержати не лише якісні, а й кількісні дані за умови так званого кількісного опису.

Для цього використовується шкала для визначення міри вияву певної події. Шкала здійснюється здебільшого у вигляді приписування балів певному явищу залежно від його інтенсивності. Інколи це може бути складений графік тривалості й інтенсивності. Але в будь-якому випадку треба чітко обґрунтувати процедуру приписування балів (тобто яка інтенсивність береться за один бал, яка − за два і яка максимальна). Кількісні дані отримуються також під час вимірювання часу перебігу явищ.

Цей метод спостереження називається **хронометражним.** Хронометраж проводиться як фіксація окремих видів явища й часу, який затрачується на виконання будь-яких дій. Хронометрування часто застосовується у фізичній культурі.

5. Види спостереження

Для вирішення різних дослідницьких проблем застосовуються різні види спостереження. Тому, залежно від позиції спостерігача, можна виділити наступні види спостереження: включене, невключене, частково включене. За цими критеріями виділяють такі види спостереження, коли експериментатор виступає як співучасник, як нейтральна особа, як керівник.

Включене спостереження або спостереження зсередини передбачає активну участь самого експериментатора в тому навчально-тренувальному процесі, який він повинен аналізувати й оцінювати. Зрозуміло, що подібні спостереження можливі, коли фізичні можливості експериментатора дають змогу йому виконувати всі вимоги педагогічного процесу. Найбільш імовірна сфера застосування включених досліджень − аналіз у групах здоров'я, під час туристичних походів. Часто включене спостереження використовують «діючі» спортсмени-експериментатори.

Позиція експериментатора-співучасника цінна тим, що він відчуває те, що і його досліджувані, тому може збагатити результати спостереження цінними даними, які не завжди помічають особи, які займають інші позиції.

Проте цей метод також має недоліки:

1. У ході включеного спостереження неможлива поточна реєстрація всіх подій і часто експериментатор фіксує всі події після заняття, відтворюючи їх у пам'яті. За тривалої участі експериментатор мислить категоріями досліджуваних, утрачає свіжість сприйняття. Потрібен деякий час для адаптації в колективі;

2. Частково включене спостереження. Часто спостерігачем є тренер, що дає змогу повніше враховувати різні обставини, які супроводжують процес спостереження, зокрема швидше й легше відділити суттєве від несуттєвого в

поведінці, оскільки експериментатор знає типову для кожного учня поведінку в певній ситуації. Недоліки цього методу – складність одночасного спостереження та запису; необхідність контролювати себе й вихованців; вірогідність наявності певної установки щодо можливостей спортсменів;

3. Найпростішим є невключене, або нейтральне спостереження. Таке спостереження найчастіше застосовують науковці, здобувачі-дослідники, керівники закладів загальної середньої освіти й ін. Воно характеризується тим, що спостерігач вивчає певне явище «в чистому вигляді», абсолютно не втручаючись у події, що відбуваються.

Такий вид спостереження є найбільш пасивним. Результати його можуть дати цінний матеріал, оскільки сторонній спостерігач найменшою мірою обтяжений установками щодо окремих вихованців або всього навчального процесу; він дивиться на ситуацію зовні, що дає йому шанс об'єктивним і неупередженим. Слабкою стороною невиключного спостереження є більш поверхове, як при включеному спостереженні, сприйняття педагогічної дійсності. Проте найбільшою проблемою такого спостереження є ефект демонстрації, коли вихованці (й тренер) поводяться не зовсім природно, не так, як би поводилися без сторонньої людини.

Особлива складність полягає в тому, що така демонстрована поведінка практично ніколи не усвідомлюється, тому її не можна усунути, навіть коли б піддослідні цілком щиро прагнули бути природними. Щоб зменшити ефект демонстрації, спостерігач має «приручити» до себе тих, кого буде вивчати; він повинен хоча б загально познайомитися з тренером й індивідуальними особливостями його роботи.

Треба пам'ятати: чим старші діти, тим ефект демонстрації виявляється більше. Чи допустимо з'явитися без попередження для педагогічного спостереження? Думка, що в цьому випадку можна досягнути більшої природності поведінки спостережуваних, найчастіше не виправдовується. Подібна раптова поява часто викликає в обстежуваних скованість, а отже дає спотворене уявлення про характер тренувального процесу.

Приховане й неприховане спостереження. Для того щоб зменшити ефект демонстрації, часто використовують такі технічні засоби, як скло Гезела (яке прозоре лише в однієї сторони) або записувальну техніку, тобто використовують так зване **приховане спостереження.** Проте, під час прихованого спостереження потрібно вирішити дві важливі проблеми: одну − етичного плану, другу − організаційного.

Стосовно організації прихованого спостереження слід зауважити, що вона є технічно досить складною. Найбільш доступним способом прихованого спостереження є спостереження з вікна закладу освіти за роботою на спортивному майданчику. Неприховане спостереження передбачає повідомлення обстежуваним запланованих мети, завдань дослідження. Неперервне й переривчасте спостереження за часовими признаками педагогічне спостереження є неперервним і переривчастим.

Неперервне спостереження характеризується тривалістю, яка властива педагогічному явищу, що вивчається. Проводячи таке спостереження,

експериментатор має можливість простежити розвиток явища від початку до завершення.

Переваги спостереження як методу дослідження. Спостереження, порівняно з іншими методами дослідження, має низку переваг:

– дає можливість спостерігати факти педагогічного процесу в «живому» вигляді, спотворюючи ситуацію якнайменше;

– дає змогу фіксувати події та факти цілісно, у контексті всієї поведінки й безпосередньо в момент, коли вони відбуваються;

– дає можливість аналізувати поведінку цілої групи осіб одночасно;

– дає змогу реєструвати відразу багато параметрів, причому без спеціального планування, так би мовити, «на ходу»;

– незалежність від уміння обстежуваних виражати свої думки (на відміну від опитування) і т.д.

Слід відзначити, що поряд із перевагами спостереженню притаманні й недоліки, які звужують сферу його застосування.

Тема 4: Метод формуючого педагогічного експерименту

План

1. Педагогічний експеримент, як метод наукового дослідження, експериментальнічинники.
2. Види педагогічного експерименту.

1. Педагогічний експеримент, як метод наукового дослідження, експериментальні чинники

Для того, щоб переконатися чи впливають і як впливають ті або інші фактори на фізичний розвиток людини, її підготовленість, соматичне здоров'я, успішність навчання загалом, чи вивчення окремих фізичних вправ, треба їх впровадити в навчально-виховний процес, тобто втрутитися в цей процес. Будь-які явища можна вважати науковими фактами лише тоді, коли їх можна багаторазово відтворювати. Умови для такого відтворення створюються в педагогічному експерименті, який проводиться залежно від завдань дослідження доволі тривалий час, що дозволяє розкрити природу явища, яке вивчається,його причини, виявити способи управління.

Педагогічний експеримент – це комплексний метод дослідження, в якому використовуються методи спостереження, опитування, контрольні випробування тощо і який забезпечує об'єктивну перевірку правильності висунутої дослідником гіпотези. Експеримент дозволяє виявити суттєві зв'язки між явищами, які повторюються, тобто виявити закономірності педагогічного процесу.

Слово «**експеримент**» походить від латинського «experior» і означає:

1) спробу, дослід;

2) форму пізнання об'єктивної дійсності, один із основних методів науковогодослідження.

Відомо, що ефективність педагогічного процесу залежить від багатьох

факторів, серед яких: методи виховання і навчання; засоби, що застосовуються; умови організації занять, їх форми; індивідуальні особливості тих, хто займається і тих, хто навчає тощо. Зважаючи на це, в експерименті слід чітко окреслити фактори, які штучно вводяться в навчально-виховний процес відповідно до програми дослідження й усунути можливість впливу інших чинників.

Таким чиномм, для отримання в експерименті об'єктивних показників варто контролювати фактори, які впливають на ефективність навчально-тренувального процесу, не забуваючи, що їх можна поділити на дві групи: експериментальні та супутні.

До **експериментальних** факторів належать ті, які штучно вводяться експериментатором у навчально-виховний процес для перевірки його ефективності.

Супутні (побічні) фактори – це ті, які можуть суттєво впливати на якість навчально-тренувального процесу і які необхідно нейтралізувати. Проте не всі вони підпорядковуються волі і бажанням експеримментатора. Ті, які піддаються нейтралізації, отримали назву **урівнювальних побічних факторів.**

Знаючи, що будь-яке педагогічне дослідження є порівняльним і пам'ятаючи про різновиди факторів, що впливають на результати експерименту, експериментатор уже в ході підготовки до експерименту і при його організації зобов'язаний забезпечити належний контроль дослідних груп, щоб забезпечити їх ідентичність на початку експерименту і різнобічно оцінити правильність підбору обстежуваних.

Супутні фактори, які виникають непередбачувано, отримали назву **спонтанних**. Вони важко піддаються управлінню, оскільки є наслідками умов життя учасників експерименту, їхнього оперативного функціонального стану, настрою тощо.

Отже, шляхом навмисного цілеспрямованого втручання в навчально-виховний процес в педагогічному експерименті отримають наукові факти, створюючи для цього умови відповідно до завдань дослідження та нейтралізуючи побічні впливи на його кінцеві показники.

Всі педагогічні фактори, особливо експериментальні, мають мати чітко визначені якісні та кількісні характеристики.

Якісні характеристики виражаються описом і словесною оцінкою кожного педагогічного фактору, а кількісні – у вигляді бальних, або метричних оцінок, отриманих внаслідок вимірів, що дозволяють статистично обробляти показники дослідження і на цій основі виявляти залежність між різними факторами. В процесі дослідження треба прагнути до комплексної (кількісної і якісної) оцінки експериментальних факторів.

Предметом педагогічних досліджень у фізичній культурі можуть бути певні педагогічні положення або теоретичні передбачення, а їх метою – отримання наукових фактів і на їх основі – виявлення об'єктивних законів фізичного виховання.

За допомогою педагогічного експерименту можна:

1) виявляти або підтверджувати факти наявності чи відсутності

залежності між обраним педагогічним впливом і очікуваним показником;

2) визначати кількісну міру залежності між ними;

3) виявляти характер і механізми цих залежностей, їх динаміку.

Предметом досліджень можуть бути фактори, які різко відрізняються і можуть функціонувати ізольовано. Якщо, ви вивчаєте ефективність переважного розвитку сили дітей при комплексному впливі на рухові якості, то зміст занять в експериментальних групах повинен відрізнятися (порівняно з контрольними) вираженим наповненням силовими руховими діями. Але це ще не гарантує отримання достовірних даних. Адже в практиці роботи часто традиційними методами не досягають успіху, оскільки не реалізують їх потенціалу. Тому для досягнення об'єктивності показників дослідження і доведення ефективності запропонованого експериментального фактору (методу, засобу, форми тощо) слід забезпечити високу педагогічну ефективність занять в контрольних групах і дотримуватись обов'язкової вимоги: обидва фактори (традиційний і експериментальний) мають бути скеровані на розв'язання одного педагогічного завдання (в нашому випадку покращення фізичної підготовленості у дітей). Тільки тоді можна говорити про переваги нового методу, засобу чи іншого експериментального фактору.

Дуже багато досліджень присвячується термінам тренування і вважається, що їх скорочення свідчить про високу ефективність тренувального процесу. Якщо допустити, що швидке засвоєння фізичних вправ є самоціллю, то такий критерій оцінки є допустимим. Проте, такі експериментатори забувають, що даний критерій не є абсолютним показником ефективності методики, а лише частинкою процесу навчання і системи вирішення педагогічних завдань, яка повинна сприяти досягненню певного узагальнюючого результату.

Адже, якщо затрачений час на засвоєння конкретної рухової дії був менший, ніж загально визначений, то треба ще довести:

1) чи це не вплинуло на зниження міцності навички;

2) чи не вплинуло це негативно на процес вивчення наступних фізичних вправ;

3) чи сприяло це підвищенню результату або рівня підготовки до професійної діяльності тих, хто займається. В іншому разі про ефективність такого фактору говорити не варто.

Часто в дослідженні вивчають ефективність різної кількості обов'язкових занять руховими діями і доводять, що при трьох (чотирьох, п'яти) тренуваннях рівень фізичної підготовленості вихованців вищий, ніж при двох. Але чи треба це доводити? Адже це зрозуміло. Розуміючи це, експериментатори вводять ще один критерій ефективності – загальну успішність вихованців. Але і він ще не робить отримані показники переконливими. Доведеною ефективність результатів дослідження можна вважати, якщо одночасно вивчати зв'язки даного педагогічного фактору з усією системою організації навчально-тренувального процесу, а саме: показати шляхи кадрового і матеріально-технічного забезпечення; довести, що це не нашкодить загальній підготовці спортсмена, їх навчанню у ЗВО та

службі в армії.

Важливо також при організації дослідження пам'ятати, що будь-який експеримент у фізичній культурі та спорті має забезпечити не тільки реалізацію наукової, але і практичної мети, оскільки проходить в навчально-тренувальному процесі і в ньому беруть участь вихованці за навчання, виховання і, що особливо важливо, що за здоров'я відповідає і заклад загальної середньої освіти і науковий працівник. Зважаючи на це, зміст будь-якого педагогічного експерименту не має суперечити основним принципам виховання і навчання, нанести шкоду здоров'ю дітей.

Дуже важливе значення має впровадження результатів експерименту в практику. По-перше, воно дозволяє впроваджувати в практику фізичної культури і спорту нові ефективні методики. По-друге, перевірка результативності запропонованої методики дозволяє адаптувати і скоректувати її до умов широкої реалізації, оскільки умови експерименту, підготовка і націленість та зацікавленість дослідника обов'язково позитивно позначаться на результатах роботи, додадуть йому значущості, чого важко досягнути пересічним тренерам. Ці обставини роблять апробацію результатів дослідження в практиці ще одним критерієм, який може підтвердити або спростувати ефективність запропонованого фактору.

Плануючи педагогічний експеримент, варто передбачити його тривалість, яка залежить від специфіки предмету, мети і завдань дослідження, складності їх розв'язання.

Передбачити тривалість педагогічного експерименту абсолютно точно не завжди вдається. Вона може змінюватись протягом дослідження, враховуючи потребу продовжити, або скоротити його відповідно до результатів поетапного збору й обробки матеріалів, які проводять після окремих досліджень, або їх серій. Критерієм для припинення експерименту є отримання результатів, які повинні бути визначені на його початку. До прикладу, закінчити експеримент можна тоді, коли найслабший спортсмен досягне позитивного балу.

Педагогічний експеримент включає не тільки проведення занять, але і реєстрацію їх ефективності. Тому його структура передбачає таку послідовність процедур:

– вихідне дослідження (контрольний зріз);

– проведення занять протягом часу, який дозволяє одержати певні зрушення (результат);

– проміжний контрольний зріз;

– проведення занять;

– кінцеве контрольне дослідження.

Вихідні, проміжні і кінцеві контрольні дослідження мають за мету отримати й оцінити певні дані залежно від мети і завдань дослідження, які свідчать про хід навчально-тренувального процесу та його наслідки і на цій основі оцінити ефективність вивчаємого фактору, введеного в даний процес. З цією метою застосовують методи збору поточної інформації. Якщо фіксуються тільки вихідні і кінцеві результати, то можна визначити зміни, які пройшли під

час експерименту, а якщо проводиться декілька проміжних зрізів, то можна стверджувати про динаміку цих змін та їх перебіг. В процесі проведення занять реалізуються задуми дослідника, сформована ним програма, методика, технологія тощо.

2. Види педагогічного експерименту

Залежно від мети, умов проведення та інших ознак у практиці функціонує декілька видів педагогічного експерименту в дослідженнях фізичної культури і спорту.

За метою дослідження експеримент може бути констатуючим і формуючим.

Констатуючий експеримент ще називають діагностичним або контролюючим. Дані назви відповідають його сутності, оскільки за допомогою цього експерименту визначають реальний стан фізичного виховання і спорту до втручання в навчально-тренувальний процес експериментатора. Збирають вихідні дані про фізичний розвиток, фізичну підготовленість, фізичний стан спортсменів (здобувачів, дорослого населення); їх ставлення до цього процесу; перевіряють вже відомі факти та їх вплив у нових умовах, з іншим віковим контингентом тих, хто займається, визначають міру цього впливу. Зібрані в констатуючому експерименті дані є підставою для такої побудови дослідження, яке дозволяє прогнозувати розвиток властивостей, якостей, характеристик явища, що вивчається.

Формуючий експеримент ще називають перетворюючим або дослідницьким. Його мета – перевірити ефективність розробленого експериментатором нового в науці і практиці педагогічного положення. В процесі експерименту і після його завершення дослідник може вносити корективи у розроблену авторську програму, удосконалювати її і робити придатною для практичного використання в процесі фізичного виховання і спортивного тренування, усуваючи з неї деталі, які суттєво не позначаються на результатах навчально-тренувального процесу, але вимагають невиправданих зусиль тих, хто її реалізує у фізичній культурі.

І констатуючий, і формуючий експеримент залежно від поінформованості тих, хто займається, про завдання і зміст дослідження, може бути відкритим або закритим.

Відкритий експеримент передбачає ретельне ознайомлення його учасників із завданнями та змістом дослідження. При цьому треба мати на увазі, що поінформованість сприяє активності обстежуваних, їх свідомому ставленню до виконання завдань занять і це може сприятливо впливати на їх показники. Водночас, прагнення виконати завдання якнайкраще привносить у навчально-тренувальний процес елементи неприродної поведінки його учасників і може деформувати показники роботи.

Поінформованість про завдання дослідження і його зміст в окремих випадках може викликати і навмисну, або спонтанну, негативну реакцію учасників експерименту, що слід вважати абсолютно небажаним явищем, оскільки таке ставлення провокує зрив усього ходу дослідження. Але, якщо в цих умовах буде досягнуто позитивного результату, то це найкращий доказ

ефективності експериментального фактору.

Закритий експеримент не передбачає інформування вихованців про їх участь в дослідженні, що надає їх поведінці невимушеності, яка допоможе найоб'єктивніше віддзеркалити переваги та недоліки запропонованого дослідником експериментального фактору. Проте, забезпечити повну закритість експерименту дуже складно, оскільки заняття будуть дещо незвичайними, на деяких з них буде присутнім дослідник або його асистенти, які будуть вести спостереження та вимірювання, також фіксувати їх, а це вже викличе певну реакцію вихованців.

За спрямуванням експеримент може бути абсолютним і порівняльним.

Абсолютний експеримент проводять при потребі вивчити стан тих, хто займається. Він характерний для діагностичних досліджень, в яких не буде простежуватися динаміка їх розвитку чи підготовленості. Він проводиться за відповідними тестовими вправами за певними віковими групами при оцінці фізичного стану тих, хто займається. Такі масові обстеження для розробки стандартів мають проводитись кожних 10 років.

Порівняльний експеримент проводиться для виявлення ефективності певного експериментального фактору у формуючому дослідженні. Порівняння можуть проходити різними способами.

Порівнювати можна результати констатуючого експерименту зі **стандартами** фізичного розвитку і нормативами фізичної підготовленості. При цьому стандарти і нормативи мають бути ідентичні населенню, який обстежується та тими самими методами збору й обробки показників обстеження, за допомогою яких розроблялися стандарти.

Часто проводять **послідовний** порівняльний експеримент, який передбачає порівняння контрольних результатів до введення в навчально-тренувальний процес експериментального фактору і після певного часу його впливу на вихованців. Його можна застосовувати тоді, коли певний час у вихованців не спостерігалося позитивних зрушень, на які можна розраховувати в процесі занять фізичними вправами. Якщо після введення в заняття експериментального фактору через деякий час зрушення будуть зафіксовані, то це є підставою для висновку про ефективність даного фактору.

Використовують цей вид порівняння лише тоді, коли група вихованців малочисельна і немає можливості створити подібну групу для контролю.

Якщо є нагода сформувати контрольні групи, то застосовують паралельні експерименти, які є найнадійнішими.

Для дисертаційних досліджень використовують **паралельні експерименти**, які організовуються за схемою ідентичних груп, що мають на меті організацію щонайменше двух, а можливо і декількох паралельних груп. Одна з них – експериментальна, в яку вводять експериментальний фактор; інша – контрольна, в якій навчально-тренувальний процес протікає традиційно, тобто нічого не вводять.

Навчальні заняття в обох групах проводяться однаково, за винятком експериментального фактора, який має бути чітко окреслений і зрозумілий. В таких умовах можна бути впевненими, що всі спонтанні (супутні) фактори в

обох групах будуть впливати практично однаково і якщо через деякий час ми отримаємо зміни, то це результат впливу експериментального фактору.

Для доведення наявності або відсутності ефекту від впливу експериментального фактору треба виконати наступні процедури:

1. Провести контрольний зріз в обох групах і порівняти його результати, щоб переконатися, що вони однакові, а якщо неоднакові, то треба порівняти групи відповідно до вимог;

2. Провести заняття згідно з програмами контрольної й експериментальної групи, виконавши проміжні зрізи;

3. Провести підсумковий зріз в обох групах;

4. Порівняти результати вихідних і підсумкових зрізів в обох групах і визначити величини їх змін у відсотках;

5. Порівняти динаміку змін контрольних і експериментальних груп. Порівняння слід робити теж у відсотках;

6. Опрацювати результати зрізів методами математичної статистики, визначивши їх достовірність, або залежно від завдань дослідження виявити наявність і величину кореляції.

Якщо у дослідженні кращі результати виявились у вихованців експериментальних груп (порівняно з вихідними показниками і показниками вихованців контрольних груп), то це є підставою для висновку про ефективність експериментального фактору.

Якщо експериментальний і контрольний фактори дали однаковий результат, то це може розцінюватись як позитивний показник, оскільки знайдено ще один педагогічний фактор, який за ефективністю не поступається традиційному, але розширює можливості педагогічного впливу на вихованців.

За умовами проведення експеримент може бути природним, модельним, або лабораторним.

Природний експеримент проводиться в реальних для вихованців дослідження умовах діяльності, але при цьому в заняття вводиться те явище, яке слід дослідити. Цей вид експерименту дозволяє замаскувати його зміст та мету і при цьому зберегти суть. В таких умовах експериментатор вивчає поведінку вихованців експерименту, рівень їх знань, умінь, навичок та інших характеристик, які треба вивчити за задумом дослідника. Потім він змінює зміст, форми, засоби або методи фізичного виховання (спортивного тренування, оздоровлення, реабілітації) і після цього знову вивчає рівень фізичного розвитку, успішності, вихованості тощо і робить висновки про ефективність використаної в природних умовах системи заходів.

Прикладом природного педагогічного експерименту у фізичній культурі і спорті може бути перевірка ефективності змісту нових тренувальних програм для спортсменів (здобувачів, спеціальних медичних груп тощо). Умови проведення даного експерименту настільки типові, що його учасники навіть не усвідомлюють своєї участі у науковому пошуку.

Модельний експеримент характеризується значними змінами типових умов фізичної культури, чого вимагає потреба ізолювати експериментальний чинник від побічних впливів. Прикладом такого експерименту може бути

дослідження результативності різних засобів для розвитку рухових здібностей.

Лабораторний експеримент передбачає виділення окремої групи вихованців і їх ізоляцією від впливів оточуючого середовища. Працюючи з цією групою, експериментатор застосовує спеціальні методи дослідження: бесіди, тестування, індивідуальне і групове навчання і спостерігає за ефективністю своєї діяльності. Роль цього методу є допоміжною. Він вирішує завдання з розробки фізіологічних і психологічних аспектів педагогічного дослідження.

Кожний конкретний педагогічний експеримент характеризується не однією, а декількома характеристиками. Окремі з них можуть містити всі ознаки. До прикладу, за метою дослідження експеримент може бути формуючим, за умовами проведення – природним, за способом комплектування груп – дослідним уроком, за поінформованістю здобувачів – закритим, за спрямуванням – порівняльним, за логічною схемою доказовості – перехресним. Знання цих характеристик та їх зв'язків дозволяє експериментатору точно визначити той вид експерименту, який допоможе найефективніше реалізувати задум дослідження і реалізувати намічені завдання.

Вирішуючи завдання дослідження та забезпечуючи належні умови ефективного їх розв'язання, педагогічний експеримент передбачає три етапи дослідної роботи.

Перший етап – підготовчий, на якому вирішуються такі завдання:

– формування гіпотези, висновки про правильність якої варто перевірити;

– вибір необхідної кількості експериментальних об'єктів;

– визначення необхідної тривалості проведення експерименту;

– розробка методики проведення експерименту; вибір конкретних методів вивчення початкового стану експериментального об'єкту: анкетування, інтерв'ю, експертна оцінка, тестування тощо;

– перевірка доступності й ефективності розробленої методики на невеликому числіобстежуваних;

– визначення ознак і критеріїв, за якими можна судити про зміни експериментального об'єкта під впливом відповідних експериментальних факторів.

Другий етап – проведення експерименту. Цей етап має дати відповідь на питання про ефективність нових методів, шляхів, форм, засобів запропонованих дослідником для впровадження в практику. На цьому етапі створюються внутрішні і зовнішні умови експерименту, в яких проявиться залежність, що вивчається, і на неї не впливатимуть випадкові і неконтрольовані чинники.

На даному етапі варто послідовно вирішити наступні завдання:

– вивчити умови, в яких буде проводитися експеримент;

– оцінити стан учасників експерименту;

– сформулювати критерії оцінки ефективності запропонованої системи заходів;

– проінструктувати учасників експерименту про порядок й умови його ефективного проведення;

– реалізувати запропоновану автором систему заходів, яка спрямована на досягнення мети і розв’язання завдань експерименту;

– зафіксувати отримані за допомогою проміжного зрізу дані про хід експерименту;

– виявляти й усувати можливі труднощі і недоліки, що виникають в ході експерименту;

– оцінити затрати часу, засобів і зусиль для досягнення позитивного результату;

– зформулювати висновки;

– забезпечити своєчасну апробацію матеріалів, отриманих в експерименті;

– вжити необхідні заходи щодо впровадження результатів, отриманих в експерименті.

Третій етап – завершальний. Цей етап присвячується підведенням підсумків дослідника, а саме:

– описуються результати реалізації експериментальної системи заходів;

– характеризуються умови, за яких експеримент дав позитивні результати;

– описуються особливості суб’єктів експериментального впливу;

– представити дані про затрати часу, зусиль і засобів для досягнення результату;

– визначити межі застосування перевіреної в ході експерименту системи заходів.

Якщо в експерименті перевіряється більше одного варіанту системи заходів з метою вибору найефективнішого, на різних етапах експериментального дослідження вирішується ще низка завдань, а саме:

– формування критеріїв оцінки оптимальності запропонованих варіантів системи заходів з точки зору їх результативності, затрат часу, засобів і зусиль;

– вибір можливих варіантів вирішення поставленого перед дослідником завдання; реалізація запропонованих варіантів вирішення поставленого завдання в однакових умовах;

– оцінка результативності кожного варіанту, перевіреного в експерименті;

– порівняльна оцінка всіх варіантів експерименту;

– вибір одного варіанту, який дає найкращі результати за найменших затрат часу, засобів і зусиль.

Тема 5: Емпіричні методи наукового дослідження

ПЛАН

1. Поняття та загальна характеристика емпіричних методів наукового дослідження.
2. Емпіричні методи: вимірювання, порівняння, узагальнення.
3. Інші емпіричні методи дослідження.

1. Поняття та загальна характеристика емпіричних методів наукового дослідження

В межах методологічно вдосконаленого емпіризму XX ст. (Шлік, Вітгенштайн, Карнап та ін.) обґрунтовується принцип верифікації, яким визначається науковість або ненауковість певного повідомлення. Під верифікацією розуміється процедура емпіричної перевірки твердження на відповідність фактичному стану речей. Оскільки емпірична перевірка завжди обмежена ситуативними обставинами, загальні твердження (про елементи необмеженого класу речей) розглядаються як такі, що принципово не можна верифікувати. Тому для емпіризму стає властивим заперечення наукового статусу загальних положень.

З метою збереження за законами науки, що являють собою загальні положення, статусу наукових висловлювань процедуру верифікації витлумачують як принцип, за яким, якщо існує можливість емпіричної перевірки твердження, тоді його можна вважати, принаймні, «умовно науковим положенням» – науковою гіпотезою.

Визначаючись стосовно емпіричного дослідження бажано нагадати загальновідому тезу Ч. Пірса, яка принципово обмежує можливості емпіричного пізнання: дослідник має знати, що найточніші порівняння різних фізичних розмірів, мас, сил завжди істотно поступаються точності бухгалтерського розрахунку.

Для теорії пізнання в даній тезі важливим є те, що бухгалтерський розрахунок, так само як і експеримент є різновид діяльності, яку здійснює людина, а іноді машина. Нагадаємо, що абстракція діяльності, як алгоритмізованої послідовності дій для філософії була сформована емпіріокритицизмом Е. Маха, який прагнув обґрунтувати емпіричний досвід як важливе джерело походження загальних понять науки. Принцип верифікації був сформований під безпосереднім впливом емпіріокритицизму, який уможливлював емпірицистське тлумачення алгоритмізованої послідовності дій. Геніальна простота ідеї Е. Маха полягала в тому, щоб визнати наявність подвійної емпіричної залежності діяльності особистості. На його думку діяльність може визначатися безпосередньою взаємодією з емпірично наявними речами, а також – зі знаками, які також існують як емпірично наявна реальність.

Проте, на відміну від речей, у вигляді висловлювань знаки уможливлюють відтворюваність тотожних, однакових, алгоритмічно послідовних дій, що дозволяє особистості бути здатною до самототожнього

прояву своєї суб'єктивованої активності, з наступним усвідомленням відповідності суб'єктивного образу своєї дії, визначеного формальним семіотизованим рядом, емпірично здійснюваним діям. Тому актуалізована за допомогою активності суб'єкту нормативність є реалізація алгоритму, знання якого дозволяє формувати передбачуване однозначне уявлення про необхідний результат дій, що має бути зрозумілим, ясним наслідком формально правильної реалізації певного алгоритму. Загальновідомим прикладом такого алгоритму можна визнати таблицю множення Піфагора.

Наукове знання і процес його здобуття характеризуються системністю і структурованістю. У структурі наукового знання виділяють емпіричний і теоретичний рівні. Сукупність дослідних заходів і методів забезпечують емпіричний і теоретичний етапи наукового дослідження. На емпіричному рівні дослідний об'єкт відображається здебільшого з позицій зовнішніх зв'язків і відносин. Емпіричному пізнанню притаманні збір фактів, первинне узагальнення, опис дослідних даних, систематизація і класифікація. Емпіричне дослідження спрямоване безпосередньо на об'єкт дослідження, відбувається на основі методів порівняння, виміру, спостерігання, експерименту, аналізу та ін. Під **емпіричним дослідженням** розуміють також практичні аспекти наукової організації, збір емпіричної інформації, осмислення результатів спостереження і експериментів, відкриття емпіричних законів, формування класифікацій та ін.

Отже, ***емпіричне дослідження*** – це особливий вид практичної діяльності, що існує в середині науки. Така діяльність вимагає наявності специфічних здібностей: мистецтво дослідника, спостережливості польового експериментатора, особистої контактності і такту соціологів і психологів, які займаються проведенням досліджень.

Цей метод з грецької означає шлях пізнання. Сучасна наука володіє потужним арсеналом різноманітних методів, які призначені для розв'язування різних за своїм характером наукових завдань. При проведенні конкретного наукового дослідження використовуються ті методи, які спроможні дати глибоку й всебічну характеристику досліджуваного явища. Вибір їх залежить від мети і завдань дослідження, специфіки предмету пізнання та інформаційного забезпечення. Вирізняють методи загальнонаукові, які використовують у дослідницькому процесі різних наук і спеціальні – при розв'язанні прикладних наукових завдань.

Загальнонаукові методи дослідження умовно поділяють на три групи:

1) методи, що застосовуються на теоретичному рівні дослідження;

2) методи, що застосовуються як на теоретичному, так і емпіричному рівнях дослідження;

3) методи емпіричного дослідження.

Загальні вимоги до емпіричних методів:

1. Валідність – це комплексна характеристика методу, яка вказує на його придатність до використання. У найбільш простому і загальному формулюванні валідність тесту це «...поняття, що вказує нам, що тест вимірює і наскільки добре він це робить». Найважливіша складова валідності – визначення галузі досліджуваних властивостей. Об'єктивність передбачає зменшення

суб'єктивного впливу особистості експериментатора на результати дослідження;

2. Діагностична сила (роздільна здатність) – характеристика, яка вказує на здатність методу диференціювати досліджувані об'єкти за вимірюваною ознакою, тобто розподіляти їх як мінімум на три групи: з низьким рівнем вираженості ознаки, середнім чи високим;

3. Надійність – характеристика, яка вказує на здатність методу давати однакові результати при дослідженні однакових об'єктів у однакових умовах;

4. Репрезентативність – характеристика, яка вказує на здатність методу розповсюджувати ппоказники, які отримані при дослідженні частини об'єктів на всі об'єкти, які входять до даної групи. Це характеристика не стільки методу, скільки досліджуваної сукупності об'єктів, які мають бути відібрані з дотриманням низки вимог.

Для забезпечення репрезентативності вибірки даних варто врахувати низку умов. Серед них найважливішими є:

а) кожна одиниця генеральної сукупності повинна мати рівну імовірність попадання у вибірку;

б) вибірка змінних робиться незалежно від досліджуваної ознаки;

в) добір робиться з однорідних сукупностей;

г) кількість одиниць у вибірці повинне бути досить великим;

д) вибірка і генеральна сукупність повинні бути по можливості статистично однорідні.

Емпіричні методи дослідження є визначальними в навчально-дослідній справі, що пов'язана з практикою, зокрема педагогічною та забезпечують накопичення, фіксацію та узагальнення вихідного дослідного матеріалу. Отримані за допомогою цих методів дані є основою для подальшого теоретичного осмислення пізнавальних процесів та створюють цілісну єдність наукового пізнання.

1. Спостереження – це систематичне цілеспрямоване, спеціально організоване сприймання предметів і явищ об'єктивної дійсності, які виступають об'єктами дослідження;

2. Вимірювання – це процедура визначення кількісного значення певної величини за допомогою одиниці виміру;

3. Порівняння – це процес зіставлення предметів або явищ дійсності з метою встановлення подібності чи відмінності між ними, а також знаходження загального, притаманного, що може бути властивим двом або кільком об'єктам дослідження;

4. Експеримент – апробація знання досліджуваних явищ в контрольованих або штучно створених умовах.

Важливу роль у науковому дослідженні відіграють пізнавальні завдання, що з'являються при вирішенні наукових проблем. Емпіричні завдання спрямовані на виявлення, точний опис і детальне вивчення різних фактів, явищ і процесів. Емпіричні дослідження дають можливість отримувати різнобічну інформацію про стан явищ, процесів і сприяють поглибленню їх кількісного та якісного аналізів.

2. Емпіричні методи: вимірювання, порівняння, узагальнення

Вимірювання – це процедура приписування властивостям явища чи процесу певних значень. Цінність цієї процедури полягає в тому, що вона дає точні, кількісно визначені відомості про об'єкт. До прикладу, маса, довжина, електропровідність тощо. Але запах або смак не можуть бути фізичними величинами, тому що вони встановлюються на основі суб'єктивних відчуттів. Мірою для кількісного порівняння однакових властивостей об'єктів є одиниця фізичної величини – фізична величина, якій за визначенням присвоєно кількісне значення, що дорівнює 1. Одиницям фізичних величин присвоюють повні і скорочені символьні позначення – розмірності. Цей метод широко застосовується в психології, педагогіці тощо.

В теорії вимірювання властивості називаються ознаками. До прикладу, ознаки суб'єкта господарювання: прибуток, статутний фонд, ліквідні активи, зобов'язання тощо. Одні ознаки виражаються числами, інші – словесно, їх називають відповідно **кількісними** і **атрибутивними** (описовими).

1. Атрибутивні ознаки поділяються на:

1) номінальні;

2) порядкові.

Номінальні ознаки представляють групи чи категорії досліджуваних об'єктів.

Порядкові (рангові) ознаки не лише представляють групи, але й упорядковують їх, встановлюючи послідовність типу «більше, ніж», «краще, ніж» і т. ін. Відповідно до приписаних чисел-рангів (1, 2, 3, ..., *n)* дані упорядковуються, ранжуються. Результати узагальнення і класифікацій оформляють у вигляді статистичних таблиць і графіків, які наочно і компактно подають інформацію щодо об'єкту дослідження.

2. Кількісні ознаки виражаються числами. Це можуть бути первинні абсолютні величини, тобто, площа зернових (га), активи фірми (млн. грн.), кількість зареєстрованих у регіоні злочинів, або вторинні, розрахункові, як-от: урожайність з 1 га, прибутковість активів фірми, кількість злочинів на 100 000 населення регіону.

Значення кількісних ознак змінюються від елементу до елементу або від одного періоду до іншого. Відмінності, коливання значень певної ознаки називається **варіацією.**

За характером варіації ознаки поділяються на:

1) дискретні;

2) неперервні.

Дискретні ознаки мають лише окремі цілочислові значення: кількість укладених на біржі угод, кількість операторів мобільного зв'язку тощо.

Неперервні ознаки мають будь-які значення у певних межах варіації. Тобто, частка інвестицій в основний капітал у межах від 0 до 100 %.

Одні ознаки характеризують стан об'єкту дослідження на певний момент часу, інші – результати процесу за певний період.

Основу цього методу становить порівняння окремих параметрів або сукупних ознак досліджуваних об'єктів, встановлення відмінностей і

подібностей між ними.

Порівняння – один з найпоширеніших методів пізнання, який встановлює подібність або відмінність різних об'єктів дослідження за певними ознаками. Порівняння – це процес зіставлення предметів або явищ дійсності з метою установлення подібності чи відмінності між ними, а також знаходження загального, притаманного, що може бути властивим двом або кільком об'єктам дослідження.

Широко застосовують порівняння для систематизації й класифікації понять, адже це дає змогу співвіднести невідоме з відомим, пояснити нове через вже наявні поняття і категорії. Роль порівняння в пізнанні не варто переоцінювати, оскільки воно має поверховий характер, відображаючи тільки перші етапи дослідження. Водночас порівняння є передумовою для проведення аналогії.

У XIX ст. було сформовано порівняльно-історичний метод, який головну увагу звертав на історичні аспекти схожих та неоднакових ознак тощо.

Метод порівняння буде плідним, якщо при його застосуванні виконуються наступні вимоги:

– порівнюватися можуть тільки такі явища, між якими може існувати певна об'єктивна спільність;

– порівняння має здійснюватися за найважливішими, найсуттєвішими ознаками.

Результатом порівняння є відносна величина, яка показує, у скільки разів порівнювана величина більша (менша) за базисну, іноді – скільки одиниць однієї величини припадає на 100, на 1000 і т.д. одиниць іншої, базисної величини.

Порівняння завжди є важливою передумовою узагальнення.

Узагальнення – це комплекс послідовних дій по зведенню конкретних одиничних чинників в єдине ціле з метою виявлення типових рис і закономірностей, притаманних досліджуваному явищу. Узагальнення – логічний процес переходу від одиничного до загального чи від менш загального до більш загального знання, а також продукт розумової діяльності, форма відображення загальних ознак і якостей об'єктивних явищ. Багатогранність видів і форм, у яких проявляються однакові за своєю суттю процеси, передбачає поділ їх на складові, на групи особливого класу, через те найважливішими специфічними методами на етапі узагальнення даних є класифікації та використання узагальнюючих показників.

Найпростіші узагальнення полягають в об'єднанні, групуванні об'єктів на основі окремої ознаки. Складнішим є комплексне узагальнення, при якому низка об'єктів з різними основами об'єднуються в єдине ціле.

Найпоширенішим і найважливішим способом такої обробки є **умови від за аналогією.** Об'єкти чи явища можуть порівнюватися безпосередньо або опосередковано через їх порівняння з будь-яким іншим об'єктом (еталоном). У першому випадку отримують якісні результати (більше-менше, вище-нижче). Результати узагальнення і класифікацій оформляються у вигляді статистичних таблиць і графіків, які наочно і компактно подають інформацію щодо об'єкта

дослідження.

3. Інші емпіричні методи дослідження

Деякі вчені серед емпіричних методів виділяють ще анкетування, інтерв'ю, рейтинг, самооцінку, експертна оцінка, аналіз даних.

1. Одним із важливих методів збору інформації є **опитування.** Суть цього методу полягає в тому, що інформацію збирають шляхом реєстрації показників, які отримані в результаті опитування людей. Цей метод дозволяє отримати інформацію не тільки про факти, а й про причини, мотиви, що їх зумовили.

1.1. Опитування-інтерв'ю відбувається у формі вільної бесіди, під час якої задаються питання, відповіді на які дозволяють отримати потрібну інформацію;

1.2. Анкетні опитування проводять за регламентованою програмою. Для їх проведення розробляється анкета – визначеним певним чином структурно організований набір питань, кожне з яких дозволяє отримати дані, передбачені програмою опитування;

1.3. Бесіда – метод отримання інформації шляхом безпосереднього спілкування експериментатора з респондентом.

Перевага бесіди над анкетою: можливість фіксації реакції респондентів на поставлені питання.

Недоліки бесіди:

– неможливість постановки запитань інтимного, конфіденційного характеру;

– великий час, необхідний для проведення;

– вплив дослідника на респондента.

Переваги анкети:

– можливість одночасного опитування великої кількості респондентів;

– швидкість обробки отриманих результатів;

– можливість проведення анонімної анкети, яка дозволяє отримати більш відверті відповіді.

Закрита анкета передбачає варіанти відповідей, які треба тільки вибрати підкреслити,чи відмітити іншим способом.

Вимоги до опитувальних методів:

– повинна визначатися оптимальна кількість запитань;

– обов'язково проводити інструктування респондентів;

– зрозумілість і чіткість поставлених запитань;

– бажано застосовувати питання на перевірку усвідомленості й відвертості відповідей:

а) постановка питань одного і того змісту через кілька пунктів;

б) постановка питань загального характеру, які мають один варіант правильної відповіді. За цією шкалою визначають чи можна довіряти результатам опитування.

Послідовність опитування:

1) постановка мети;

2) розробка запитань;

3) перевірка запитань експертами;

4) проведення пробного дослідження на невеликій кількості респондентів з метою вивчення зрозумілості запитань (5-6 осіб);

5) доопрацювання опитувальника у відповідності з пробною перевіркою;

6) організація масового дослідження;

7) обробка результатів, формування висновку.

1. Рейтинг – ступінь популярності певної особи, організації, груди, їхньої діяльності, програм, планів, політики у певний час; виводять шляхом голосування, соціологічних опитувань, анкет, на основі чого визначається місце, яке вони посідають серед собі подібних.

2. Експертна оцінка побудована на застосування професійного досвіду та інтуїції фахівців під час розв'язування аналітичних завдань, особливо при прогнозуванні розвитку економічних ситуацій.

До методів експертної оцінки відносять: метод «мозкового штурму»; метод колективних експертних оцінок; морфологічний метод аналізу; метод семикратного пошуку; метод асоціацій та аналогій; метод колективного блокнота і контрольних запитань.

1.1. Метод колективних експертних оцінок полягає у виявленні єдиного колективного судження фахівців-експертів при обговоренні поставленої проблеми в результаті певних компромісів. Різновидом цього методу є метод Дельфі, внаслідок якого з'ясовують не узгоджену, а індивідуальну думку шляхом анкетування фахівців-експертів. Далі відбувається опрацювання експертних оцінок. Невідома характеристика явища вважається випадковою величиною, відображенням закону розподілу якої є індивідуальна оцінка відповідності та значення певного явища чи події. Коли дані оцінки отримані від групи експертів, то припускають, що істинне значення характеристики, яку вивчають, перебуває у середині багатьох оцінок і що узагальнена колективна думка є вірогідною. Групові оцінки надійніші порівняно з індивідуальними за умови, що розподіл оцінок, одержаних від експертів, повинен бути плавним.

1.2. Метод «мозкового штурму» сформований на створенні атмосфери, яка сприяє народженню нестандартних думок. Існує прямий і зворотний «мозковий штурм». У першому випадку допускається участь від 5 до 15 осіб. Доречно, щоб в обговоренні брали участь фахівці різного профілю та з різним досвідом роботи. Вони повинні володіти ситуацією, але не надто добре знати суть проблеми і бути незалежними. Ознайомившись зі змістом завдання, фахівці проводять дискусію у невимушеній формі, де заборонено критикувати ідеї, відхилятися від теми. Обмежується також час дискусії. При зворотному «мозковому штурмі» основну увагу надають виявленню недоліків пропозицій, обхідних шляхів тощо

1.3. Морфологічний метод аналізу застосовує структурні взаємозв'язки сукупності явищ і ґрунтується на повній відсутності якого-небудь нав'язливого і попереднього судження. Цей метод розглядається як упорядкований спосіб дослідження об'єкту та отримання систематизованої інформації з усіх можливих варіантів рішень. Такий підхід має назву «морфологічного ящика».

«Морфологічний ящик» будують у вигляді дерева цілей чи матриці, де у кожній ланці є лише одне рішення.

1.4. Метод семикратного пошуку полягає у системному багатократному застосуванні матриць 7х7, таблиць і деяких способів. Згідно з цим методом творчий процес поділяють на сім стадій:

1) аналіз проблемної ситуації;
2) виявлення найкращих умов використання аналізованого об'єкта;
3) формулювання завдання;
4) генерація пропозицій щодо вирішення цього завдання;
5) конкретизація варіантів;
6) добір найкращих варіантів;
7) реалізація рішення.

1.5. Метод асоціацій та аналогій полягає у тому, що нові ідеї та пропозиції виникають на основі зіставлення з іншими більш чи менш аналогічними об'єктами, навіть з інших сфер суспільства і природи.

Метод колективного блокноту і контрольних запитань передбачає висунення незалежних ідей кожним експертом у вигляді «блокноту напрацьованих варіантів». У цьому блокноті він характеризує кожен варіант опису, дає їм обґрунтування та здійснює їх ранжування. Згодом проводять підсумкову оцінку за всіма висунутими ідеями та обґрунтованими варіантами змін. Пізніше експерти віддають свої блокноти координаторові, який на їхній підставі дає узагальнену оцінку.

Тема 6: Математико-статистична обробка результатів дослідження

ПЛАН

1. Роль математичної статистики у розв'язанні завдань фізичної культури іспорту.
2. Вибір досліджуваних.
3. Вибір кількості досліджуваних.
4. Основні параметри математичної статистики.

1. Роль математичної статистики у розв'язанні завдань фізичної культури і спорту

Методи математичної статистики часто використовують у галузі фізичної культури і спорту.

Математична статистика – це розділ математики, який передбачає методи збору, аналізу і обробки статистичних даних для практичних і наукових завдань.

Статистичні дані – це дані, які отримані у результаті обстеження значної кількості явищ чи об'єктів.

Щоб зрозуміти роль математичної статистики у галузі фізичної культури і спорту, достатньо розглянути типову схему педагогічного експерименту у спорті. Спеціаліст, який досліджує проблеми у галузі фізичної культури і

спорту, впровадив новий підхід до розв'язання певного завдання, наприклад, нову методику фізичної підготовки спортсменів. Він має довести ефективність висунутої гіпотези. Найкраще, що він може зробити, це провести належно організований педагогічний експеримент, результати якого доведуть його припущення. Традиційна схема експерименту полягає в тому, що підбираються дві групи досліджуваних: контрольна та експериментальна. Контрольну групу тренують за традиційною методикою, а експериментальну – із застосуванням запропонованих нововведень. Після певного етапу підготовки здійснюють контрольне дослідження і за його результатами роблять висновок про ефективність запропонованої методики.

На етапі формування конкретної мети і завдань експерименту експериментатору не треба методи математичної статистики. Проте вже на етапі відбору у контрольну і експериментальну групи йому доведеться відповісти на низку нових питань. Чи можна стверджувати, що за рівнем підготовленості спортсмени у групах однакові? Яка повинна бути група за чисельністю? Відповідь на ці та інші питання можна знайти за допомогою методів математичної статистики.

2. Вибір досліджуваних

Найбільш об'єктивним при виборі досліджуваних є спосіб випадкової вибірки.На практиці застосовують такі методи формування випадкової вибірки:

– метод алфавітних списків (прізвища всіх претендентів на дослідження записують за алфавітом і нумерують. Всі особи, прізвища яких наприклад, відповідають непарним номерам, потрапляють в групу досліджуваних);

– метод лотереї (прізвище кожного претендента на дослідження заноситься у закриту картку. Їх перемішують і відбирають стільки, скільки осіб необхідно для експерименту);

– метод випадкових чисел (застосовують таблицю випадкових чисел);

– механічний відбір (генеральна сукупність поділяється на групи, кількість яких рівна обсягу вибірки, а потім з кожної групи випадковим способом вибирається один досліджуваний);

– серійний відбір (генеральна сукупність поділяється на групи-серії, а потім із загальної кількості серій відбирають необхідну їх кількість для дослідження.

3. Вибір кількості досліджуваних

Відповідно до різних можливостей дослідника розроблено такі способи визначення необхідної кількості досліджуваних.

а) Визначення об'єму вибірки за допомогою математичної формули:

$$n = \frac{t^2 \cdot \sigma^2}{m^2},$$

де t – довірливий коефіцієнт,

σ– середнє квадратичне відхилення,

m – задана ступінь точності.

Наприклад потрібно визначити кількість досліджуваних для визначення достовірних результатів навчання п'ятикласників лазанню по канату цілісним

методом та методом по частинам.

У педагогічних та біологічних дисциплінах прийнято вважати, що мінімально допустимою достовірною ймовірністю є 95% (тобто, тільки в п'яти випадках із ста може не підтвердитися висунута гіпотеза). Такій достовірній ймовірності відповідає довірливий коефіцієнт t: = 1,96= 2.

Припустимо, що обчислене середнє квадратичне відхилення буде рівне 1,1. Будемо вважати, що для розв'язання педагогічного завдання в експерименті необхідним є ступінь точності в 0,2 бала, тобто коливання середньої величини оцінки успішності не повинно перевищувати 0,2 бали.
Дані значення підставляємо у формулу:

$$n = \frac{2^2 \cdot 1{,}1^2}{0{,}2^2} = 121$$

Отже, надійність результатів дослідження буде досягнуто тільки при 121 досліджуваному.

а) Визначення об'єму вибірки за допомогою таблиці достатньо великих чисел. Даний метод вимагає від експериментатора знання ймовірності появи явища (p), величини допустимої помилки (m доп.) та величини ймовірності (P).

Величина ймовірності появи явища визначається в межах від 0,1 до 0,5. Чим більша p, тим більшою буде вибірка для отримання достовірних результатів.

Величина допустимої помилки зазвичай приймається рівною від 0,01 до 0,05. Чим меншим задається m доп., тим більшою буде вибірка.

Як зазначалось вище, для педагогічних досліджень величина P приймається рівною 0,95. При дослідженнях, які вимагають дуже великої точності, вважають P = 0,99. Чим більшою задається P, тим більшою буде вибірка.

4.Основні параметри математичної статистики

Середня арифметична величина

Умовне позначення середньої арифметичної величини через m найчастіше використовується в медичних і педагогічних дослідженнях. У математичній статистиці надають перевагу позначенню середньої арифметичної величини через X.

Обчислюючи значення середньої арифметичної величини, треба дотримуватися наступних правил:

1. Середня арифметична величина може характеризувати тільки ті досліджувані властивості об'єкту, які властиві всій сукупності;

2. Середня арифметична величина має включати всі дані, отримані в даному дослідженні;

3. Середня арифметична величина має відображати тільки однорідну сукупність. До прикладу, не можна одночасно визначати рівень фізичного розвитку здобувачів різного віку;

4. Середня арифметична величина має бути достатньо стійкою до впливу випадкових чинників. Тільки в цьому випадку вона відображатиме наявний стан об'єкту, який вивчають.

Точність обчислення середньої арифметичної величини має відповідати змісту педагогічного явища. В деяких випадках немає необхідності в розрахунках з великою точністю, а в інших – велика точність є необхідною при розрахунках, але не потрібна у висновках.

Середня арифметична величина – одна із головних характеристик вибірки — це результат поділу суми всіх значень варіанту на їх кількість.

$$\bar{X} = \frac{x_1 + x_2 + \ldots . x_n}{n} \quad \text{або} \quad \bar{X} = \frac{\sum x_1}{n},$$

де X – знак підсумування,

x_1 – варіанти або значення ознаки,

n – об'єм вибірки.

За даною формулою обчислюється проста середня арифметична величина. Застосовується вона в тих випадках, коли немає великої кількості досліджуваних (варіант).

Середнє квадратичне відхилення

Середня арифметична величина дозволяє порівнювати і оцінювати групи явищ, що вивчаються загалом. Проте, для характеристики групи явищ тільки цієї величини недостатньо, оскільки розмір коливань, із яких вона складається може бути різним. Тому у характеристику групи явищ потрібно ввести такий результат, який давав би уявлення про величину коливань варіант навколо середньої величини. Цей статистичний параметр називається **середнім квадратичним або стандартним відхиленням.** Його умовне позначення – σ. Обчислення цього показника проводиться таким чином:

1. Обчислюється різниця між кожною середньою варіантою і середньою арифметичною величиною X_1-X = d.

2. Отримані результати підносять до квадрату d^2.

3. Обчислюють добуток кожного квадрату на його частоту, (d^2-n_i).

4. Обчислюється сума всіх отриманих добутків.

5. Обчислюється середнє квадратичне відхилення за формулою:

$$\sigma = \pm \sqrt{\frac{\sum d^2 n_i}{n}}$$

Приклад. Як тест для оцінки рівня фізичної підготовленості здобувачів 1-го курсу були вибрані стрибки у довжину з місця. Результати контрольної групи здобувачів у кількості 20 осіб наступні (см):

Обчислити середнє квадратичне відхилення.

1. Обчислюється різниця між кожною середньою варіантою і середньою арифметичною величиною X-X = d

172,4-184,17 = -11,77

177,2-184,17 = -6,97

182-184,17 = -2,17

186,8-184,17 = 2,63

191,6-184,17 = 7,43

1. Отримані результати підносять до квадратуd^2.$(-11,77)^2$ = 138,5329

$(-6,97)^2$ = 48,5809

$(-2,17)^2 = 4,7089$

$(2,63)^2 = 6,9169$

$(7,43)^2 = 55,2049$

2. Обчислюють добуток кожного квадрату на його частоту $d^2 \cdot$ Пі.

138,5329 • 3 = 415,5987

48,5809 • 4 = 194,3236

4,7089 • 2 = 9,4178

6,9169 • 3 = 20,750.7

55,2049 • 8 = 441,6392

3. Обчислюється сума всіх отриманих добутків.

415,5987+194,3236+9,4178+20,7507+441,6392 = 1081,73

4. Обчислюється середнє квадратичне відхилення за формулою:

$$\sigma = \pm\sqrt{\frac{\sum d^2 n_i}{n}}$$

$$\sigma = \pm\sqrt{\frac{1081.73}{20}} = \sqrt{34.0865} = \pm 5,87$$

Середня помилка відхилення

У наведеному раніше прикладі обчислювалась середня арифметична величина результатів стрибків у довжину 20 здобувачів. Треба визначити чи дана величина буде характерна для 50, 100 і більше здобувачів. Відповідь на це питання дає обчислення середньої помилки середнього арифметичного. **Середня помилка середнього арифметичного** позначається буквою m і обчислюється за формулою:

$$M = \pm\frac{\sigma}{\sqrt{n}}$$

Для наведеного вище прикладу маємо:

$$m = \pm\frac{5,87}{\sqrt{20}} \approx 1,33$$

Це означає, що середня арифметична величина результатів стрибків у довжину 50, 100 і більше plj,edfxsd може мати значення від 182,84(184,17-1,33) до 185,5(184,17+1,33).

Кореляція

Компоненти будь-якого педагогічного процесу перебувають у тісному взаємозв'язку. У науці розглядають 2 форми взаємозв'язку.

Функціональний зв'язок відображає чітку взаємозалежність, при якій зміна одного фактору приводить до зміни в іншому. Такі зв'язки характерні для точних наук.

Більш реальним є встановлення статистичних зв'язків чи **кореляцій.**

Кореляція дозволяє знаходити статистично достовірні кількісні зміни у зв'язках у тих випадках, коли будь-якому фактору відповідає не одне, а декілька значень іншого фактору. Зв'язок, у даному випадку, буде відображатись у середніх значеннях, отриманих у цілому ряді змін.

Фактори, що корелюють, поділяються на **причинні,** тобто ті, які змінюються першими і викликають зміни інших факторів та **наслідкові,** тобто

ті, які змінюються під впливом причинних факторів.

Розрізняють кореляції декількох напрямків:

1. Пряма позитивна кореляція, при якій збільшення причинного фактору викликає збільшення наслідкового фактору. До прикладу: збільшення сили м'язів ніг позитивно впливає на покращення результатів стрибків у висоту з розбігу.

2. Пряма негативна кореляція, при якій зменшення причинного фактору викликає зменшення наслідкового фактору. До прикладу: зменшення навантаження приводить до зменшення ЧСС.

3. Обернена позитивна кореляція, при якій зменшення причинного фактору викликає зменшення наслідкового фактору. До прикладу: зменшення довжини дистанції приводить до збільшення швидкості бігу.

Обернена негативна кореляція, при якій збільшення причинного фактору викликає зменшення наслідкового фактору. До прикладу: збільшення сили м'язів під впливом занять важкою атлетикою може привести до погіршення результатів бігу на великі дистанції.

Математичне значення кореляції виражається її коефіцієнтом від -1 (максимально негативного зв'язку) до +1 (максимально позитивного зв'язку). **Кількісну міру** зв'язку прийнято розраховувати за декількома рівнями:

– Слабкий зв'язок – при коефіцієнті кореляції до 0,30.

– Середній зв'язок – при коефіцієнті кореляції від 0,31 до 0,69.

– Сильний зв'язок – при коефіцієнті кореляції від 0,70 до 0,99.

ТЕМА 7: Технологія оформлення наукової роботи

ПЛАН

1. Загальні відомості про наукові роботи.
2. Основні вимоги до написання обґрунтування наукової роботи.
3. Структура і зміст наукової роботи.
4. Літературне оформлення наукової роботи.

1. Загальні відомості про наукові роботи

Однією з важливих і вкрай необхідних форм навчальної діяльності здобувачів у закладі вищої освіти є дослідницька робота. Її основна мета полягає у формуванні здатності здобувачів до активної пізнавальної діяльності, яка пов'язана із систематизацією, закріпленням і розширенням теоретичних знань та умінь практично їх застосовувати у процесі вирішення навчальних і наукових завдань. Готуючи наукові роботи, здобувачі вчаться: самостійно визначати мету і завдання дослідження, аналізувати літературу, методично грамотно планувати експеримент, використовувати методи наукових досліджень, самостійно аналізувати та узагальнювати отримані показники, формулювати висновки й практичні рекомендації. Результати студентської наукової діяльності представляються у формі курсових, дипломних та кваліфікаційних робіт, які відрізняються рівнем представлення результатів,

змістом та об'ємом.

Курсова робота – наукова праця, яка спрямована на поглиблене вивчення здобувачем фахової проблеми. Вона виконується на основі вивчення літератури з обраної теми із застосуванням в процесі роботи методів педагогічного спостереження й узагальнення даних власних спостережень.

Дипломна робота – це самостійна творча робота, яка має дослідницький або експериментальний характер, віддзеркалює рівень теоретичних знань і практичних умінь випускника, його здатність до професійної діяльності як спеціаліста. Під час написання дипломної роботи здобувач самостійно здійснює спостереження, педагогічний експеримент, аналіз і узагальнення матеріалів власних досліджень з наукової теми.

Кваліфікаційна робота – це самостійна науково-дослідницька робота, яка виконує кваліфікаційну функцію, тобто готується з метою публічного захисту і отримання академічного ступеня магістра. Основне завдання її автора – продемонструвати рівень своєї наукової кваліфікації, уміння самостійно вести науковий пошук і вирішувати конкретні наукові завдання.

Тема студентської творчої роботи обирається за рік до її захисту. Виконання здобувачами наукових робіт передбачається навчальними планами підготовки спеціаліста з усіх освітніх програм. Основна мета таких наукових робіт полягає у підвищенні рівня спеціальної, теоретичної підготовленості здобувачів в обраній галузі, а також практичному застосуванні отриманих знань, умінь і навичок під час вирішення професійних навчальних і наукових завдань.

Тематика студентської наукової роботи повинна відповідати сучасним завданням підготовки спеціалістів, співпадати з основними напрямками і проблемами науково-методичної роботи кафедри та університету, щорічно оновлюватися та переглядатися. До вимог, що ставляться до тематики наукової роботи, належать: актуальність, наукова новизна і практична значущість. Здобувачі можуть запропонувати свою тему наукової роботи, обґрунтувавши доцільність її розробки.

Варто зазначити, що на практиці не виключена можливість виконання наукової роботи реферативного характеру, а також робіт, в яких подаються результати вивчення і узагальнення передового педагогічного досвіду.

Обрані теми наукової роботи (дипломна, кваліфікаційна) затверджуються кафедрами, які здійснюють керівництво цими роботами.

Згідно з інструкцією з підготовки дипломних робіт, закріплення за здобувачем теми дипломної та кваліфікаційної роботи повинно оформлятися рішенням кафедри, обговорюватися на засіданні вченої ради факультету. Здобувач разом з науковим керівником складає календарний план написання дипломної чи кваліфікаційної роботи і розробляє завдання з вивчення об'єкту дослідження і збору матеріалу. Календарний план визначає послідовність і терміни виконання окремих етапів роботи. Він дисциплінує здобувача, лімітуючи час на огляд і вивчення літературних джерел, знайомство з досвідом роботи спеціалістів, планування і постановку експерименту, аналіз отриманих матеріалів, складання висновків, підготовку роботи до захисту.

2. Основні вимоги до написання обґрунтування наукової роботи

Початковим етапом роботи над темою дипломної та кваліфікаційної роботи є написання обґрунтування. Обґрунтування теми дипломної та кваліфікаційної роботи є короткотривалим, але надзвичайно важливим, оскільки у цей період викристалізовується сутність наукового дослідження: визначається актуальність обраної теми, формується об'єкт, предмет, мета і завдання дослідження, що полегшує подальше виконання роботи.

Зокрема, обґрунтування є основою для написання розділу «Вступ», який здебільшого рекомендують оформляти на заключному етапі роботи.

Обґрунтування теми повинно бути чітким і лаконічним.

Структура обґрунтування (2-3 стор.):

титульний аркуш – 1 стор.;
– назва теми;
– актуальність;
– зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами;
– об'єкт дослідження;
– предмет дослідження;
– робоча гіпотеза;
– мета роботи;
– завдання дослідження;
– методи дослідження;
– організація дослідження;
– наукова новизна;
– практичне значення;
– контингент досліджуваних;
– шляхи впровадження.

Науково-теоретичне обґрунтування теми дослідження обговорюється та затверджується на засіданні випускаючої кафедри і є підставою для затвердження теми кваліфікаційної роботи на раді відповідного факультету.

Титульний аркуш обґрунтування теми кваліфікаційної (дипломної) роботи містить:

– найменування закладу вищої освіти, де вона виконана;
– прізвище, ім'я, по батькові автора;
– науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові наукового керівника;
– місто і рік.

Взірець обґрунтування

Назва кваліфікаційної (дипломної) роботи має бути, за можливістю, короткою (10-12 слів), вказувати на мету дослідження і його завершеність. Назва має віддзеркалювати об'єкт і предмет дослідження, але не дублювати їх. Іноді для більшої конкретизації до назви можна додати невеликий (4-6 слів) підзаголовок.

У назві не бажано використовувати ускладнену термінологію псевдонаукового характеру. Треба уникати назв, що починаються зі слів «Дослідження питання...», «Дослідження деяких шляхів...», «Деякі питання...»,

«Матеріали до вивчення...», «До питання...» та ін., в яких не відбито достатньою мірою суть проблеми.

Актуальність теми

Шляхом критичного аналізу та порівняння з відомими розв'язаннями проблеми обґрунтовують актуальність та доцільність роботи для розвитку галузі фізичної культури і спорту, особливо на користь України.

Актуальність дослідження обґрунтовує вибір проблеми. При її висвітленні потрібно:

– показати зв'язок наукової проблематики творчої роботи з основними тенденціями розвитку фізичної культури і спорту, її соціальне значення;

– обґрунтувати важливість проблеми, що вирішується в роботі для практики обраної спеціальності та довести, що її розв'язання на часі;

– представити наукові колективи й окремих дослідників, які зробили значний внесок у вирішення поставленої проблеми.

Об'єкт – це та частина об'єктивної реальності, яка привернула увагу експериментатора.

Предмет – це та сторона об'єкту дослідження, ті його властивості і відносини, які досліджують з певною метою в даних умовах і обставинах.

Робоча гіпотеза – визначає стратегію дослідження, виконує його спрямовуючу роль. Гіпотеза показує орієнтовні шляхи розв'язання проблеми. В ході роботи гіпотеза може підтвердитися, а може і не знайти підтвердження, що також є позитивним результатом дослідження.

Отримавши завдання наукового керівника, здобувач розпочинає роботу над обраною темою. Проаналізувавши літературні джерела, він формулює гіпотезу, мету і завдання своєї роботи.

Постановка гіпотези (припущення) – відповідальний момент у написанні наукової роботи. Правильна постановка гіпотези можлива лише після з'ясування стану питання. Гіпотеза поставлена правильно у тому випадку, якщо вона:

– достатньо проста у формулюванні;

– може бути перевірена;

– охоплює тільки те коло питань, яке складає сутність даного дослідження;

– не суперечить науковим фактам, які встановлені раніше (або повинна мати докази нових фактів на достатньо великому і достовірному експериментальному матеріалі).

Мета пов'язана з об'єктом і предметом дослідження, а також з його кінцевим результатом і шляхом його досягнення. Вона визначає основний напрямок вирішення проблеми. Завдання дослідження – це ті кроки, які має зробити експериментатор, щоб досягнути мети.

Завдання дослідження можуть мати такі складові:

– вирішення певних теоретичних питань, які входять до загальної проблеми дослідження;

– всебічне вивчення практики вирішення даної проблеми, виявлення її типового стану, недоліків і труднощів, їх причин, типових особливостей

передового досвіду. Таке вивчення дає змогу уточнити, перевірити дані, опубліковані в спеціальних неперіодичних і періодичних виданнях, підняти їх на рівень наукових фактів, обґрунтованих у процесі спеціального дослідження;

– обґрунтування необхідної системи заходів щодо вирішення даної проблеми;

– експериментальна перевірка запропонованої системи заходи щодо відповідності її критеріям оптимальності, тобто досягнення максимально можливих у відповідних умовах результатів вирішення цієї проблеми при певних витратах часу і зусиль;

– розробка методичних рекомендацій та пропозицій щодо використання результатів дослідження у практиці діяльності відповідних установ (організацій).

3. Структура і зміст наукової роботи

Загальний обсяг курсової роботи повинен становити 25-30 сторінок; дипломної роботи – 50-70 сторінок; кваліфікаційної роботи – 70-90 сторінок.

У кваліфікаційній роботі мають міститися:

– Титульний аркуш;

– Зміст;

– Перелік умовних позначень;

– Вступ (2-3 сторінки);

– Розділ 1. Стан питання (за результатами аналізу літературних джерел) (20-25сторінок);

– Розділ 2. Методи і організація дослідження (3-8 сторінок);

– Розділ 3. Аналіз та узагальнення результатів дослідження (25-35 сторінок);

– Розділ 4. (у разі потреби);

– Висновки (2-3 сторінки);

– Практичні рекомендації (1,5-2 сторінки);

– Список використаних джерел (70-100 джерел);

– Додатки (у разі потреби);

– Анотації (українською, англійською мовами);

– Акти впровадження.

До загального обсягу наукової роботи не входять додатки і список літературних джерел. Всі сторінки наукової роботи підлягають наскрізній нумерації (номер сторінки вказується у верхньому правому куті).

Наукова робота починається з титульного аркуша, на якому в вказуються: назва ЗВО, повна назва теми роботи, прізвище та ініціали здобувача, прізвище, ініціали, вчене звання і науковий ступінь наукового керівника, рік і місто виконання роботи.

Взірець титульної сторінки

За титульним аркушем подається зміст роботи.

Вступ складається з чіткого і короткого обґрунтування вибору теми роботи, визначення її актуальності, формулювання об’єкту, предмету, мети, завдань, наукової новизни і практичного значення дослідження.

Розділ 1. «Аналіз літературних джерел» пишеться за спеціально

розробленим планом. Закінчується цей розділ коротким висновком, в якому узагальнюються основні положення, які автор роботи хотів би виділити.

Розділ 2. «Методи та організація дослідження» починається з опису методів дослідження, за допомогою яких будуть вирішуватися поставлені завдання. Організація досліджень – це час і місце проведення експериментальної частини роботи, характеристика контингенту досліджуваних.

Розділ 3. «Результати досліджень та їх обговорення» – це основа кваліфікаційної роботи. У цьому розділі описуються проведені спостереження, експерименти, аналізуються та узагальнюються отримані результати.

Логічним завершенням кваліфікаційної роботи є висновки. Дуже важливо, щоб висновки відповідали завданням. Основна вимога до висновків – не повторювати змісту вступу, основної частини роботи і висновків, зроблених у розділах.

Практичні рекомендації містять конкретні практичні пропозиції щодо впровадженняїх у практику.

Список літературних джерел свідчить про обсяг роботи, яку виконав здобувач, аналізуючи літературні джерела, рівень його знань і вміння працювати з літературою.

Протоколи дослідження та інші первинні матеріали подаються у додатку.

4. Літературне оформлення наукової роботи

Літературне оформлення курсової, дипломної, кваліфікаційної роботи є важливим етапом її виконання і одним із багатьох факторів, на які зважає комісія при оцінюванні під час захисту. Передусім звертається увага на змістовний аспект викладу матеріалу (логічність і послідовність, повнота і репрезентативність, тобто широта використання наукових джерел, загальна грамотність та відповідність стандартам і прийнятим правилам), а також на текст роботи, список літератури і додатки, на зовнішнє оформлення титульного аркуша.

Обсяг пояснювальної записки кваліфікаційної роботи – 70-80 сторінок без урахування списку літератури та додатків. Друкують роботу через інтервал 1,5 на аркушах паперу формату А4 (210*297 мм). Друкувати текст треба, залишаючи береги таких розмірів: лівий не менше 30 мм, правий – не менше 10 мм, верхній – не менше 20 мм, нижній не менше 25 мм, кегль шрифту – 14. Шрифт друку повинен бути чітким, чорного кольору.

Пояснювальна записка до кваліфікаційної роботи повинна в чіткій формі розкривати творчий задум роботи, містити аналіз сучасного стану проблеми, методів вирішення завдань роботи, організації дослідження, опис проведених власних експериментів, аналіз і обговорення їх результатів і висновки з них. Текст пояснювальної записки складається державною мовою в друкованому вигляді.

Структура пояснювальної записки умовно поділяється на такі частини:

– вступна частина – титульний аркуш, зміст, перелік умовних позначень (за необхідності), вступ;

– основна частина – розділи, які розкривають зміст роботи, висновки, практичні рекомендації (за необхідності), список літературних джерел – додатки (за необхідності).

Титульний аркуш кваліфікаційної роботи містить найменування закладу вищої освіти, факультету та кафедри, де вона виконана; найменування спеціальності; відомості про виконавця (прізвище, ім’я та по батькові, курс, група, підпис); відомості про наукового керівника (прізвище, ім’я та по батькові, науковий ступінь, вчене звання); місто і рік.

Зміст подається на початку роботи. Він містить найменування та номери початкових сторінок усіх розділів, підрозділів та пунктів.

Кваліфікаційна, дипломна робота починається з титульного аркуша, який оформляється за зразком, наведеним у додатку А.

За титульним аркушем послідовно розташовуються: індивідуальне завдання на МДР, реферат, відгук наукового керівника, зовнішня рецензія, зміст, вступ, перший, другий, третій розділи, висновки, список використаних джерел, додатки.

У змісті дипломної роботи зазначають початкові сторінки кожного розділу і параграфа. Назви розділів і параграфів у змісті та тексті мають бути тотожними.

Вступ, кожен розділ і висновки, які розміщуються у визначеній послідовності, розпочинаються з нової сторінки.

Розділи позначаються римськими цифрами, а підрозділи – двома арабськими, перша з них відповідає номеру розділу, друга – номеру підрозділу (наприклад, 1.1.; 1.2.; 1.3. – у першому розділі або 2.1; 2.2 – у другому тощо).

Заголовки основних структурних частин роботи «ЗМІСТ», «ВСТУП», «РОЗДІЛ...», «ВИСНОВКИ», «СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ», «ДОДАТКИ» друкують великими літерами симетрично до тексту.

Заголовки підрозділів друкують маленькими літерами (крім першої великої).

Усі заголовки формулюються лаконічно. Вони повинні розкривати зміст відповідної структурної частини роботи. У заголовках не можна робити переноси слів. Відстань між заголовком та текстом має дорівнювати 2 – 3 інтервалам. У кінці заголовків крапок не ставлять.

Перелік умовних позначень подається в тому випадку, якщо вжито специфічну термінологію або використано маловідомі скорочення, нові символи, позначення і таке інше. Перелік треба друкувати двома колонками в яких зліва за абеткою наводять скорочення, справа – їх детальну розшифровку. Якщо спеціальні терміни (скорочення, символи) вживаються менше трьох разів – розшифровку наводять у тексті при першому згадуванні і в перелік не включають.

У вступі визначають коло тих питань, які розглядаються у роботі. Вступ подається у наступній послідовності: актуальність теми; зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами; мета роботи; завдання роботи; об’єкт дослідження; предмет дослідження; наукова новизна; теоретична значущість; практична значущість. Обсяг вступу не повинен перевищувати 3-5 сторінок.

Основна частина роботи складається з трьох розділів і підрозділів. Перший розділ включає в себе аналіз літературних джерел з визначеної тематики. На літературний огляд як самостійний розділ відводиться приблизно 25-30% загального обсягу тексту. У цьому розділі розглядається, порівнюється та аналізується погляд авторів-дослідників з основних питань теми (проблеми), відбитий у вітчизняних та зарубіжних джерелах. Огляд має бути систематизованим аналізом теоретичної, методичної і практичної новизни, значущості, переваг та недоліків розглянутих робіт.

Другий розділ «Методи та організація дослідження» має три підрозділи. В підрозділі 2.1. «Методи дослідження» необхідно надати перелік та опис методів дослідження. Якщо застосовувалися відомі загальноприйняті методи, то їх детально не описують, а тільки вказують назву методу, його автора і рік публікації, з якої взято відомості. Застосування нової оригінальної методики вимагає повного опису з малюнками, схемами, формулами тощо. Повністю описується всі власні модифікації, зміни, доповнення до методики інших авторів.

В підрозділі 2.2. «Організація дослідження» описуються всі об’єкти дослідження (кількість, вік, стать, стан фізичного розвитку, стан здоров’я, вид патології та ін.) і організація дослідження (спортивна організація, заклад заггальної середньої освіти, дитячий заклад, клініка, відділення, особливості контрольної та експериментальних груп). Необхідно описати етапи дослідження з вказаним терміном та коротким змістом кожного етапу.

В третьому розділі «Результати власного дослідження та їх обговорення» кількість підрозділів визначається в залежності від поставлених завдань. При цьому бажано приводити отримані власноруч фактичні результати, представляючи їх в таблицях, графіках, рисунках, проаналізувати та обґрунтувати ці результати.

Логічним завершенням написання кваліфікаційної роботи є висновки. Головна їх мета – підсумувати проведену роботу. Ця заключна частина повинна містити не тільки кінцеві положення досягнення автора, але і вказувати на подальшу перспективу розвитку досліджень названого питання. У висновках викладають найбільш важливі наукові та практичні результати, які повинні містити формулювання розв’язаних проблем (завдань), їх значення для науки і практики.

Висновки подаються у вигляді окремих конкретних і лаконічних положень. У першому пункті висновків коротко оцінюють стан питання. Далі подають висновки, які містять основні результати аналітичної та практичної роботи.

Загальна вимога до висновків полягає у тому, що вони повинні бути стислими, чітко сформульованими, відповідати завданням дослідження, мати кінцевий характер та подаватися так, щоб сутність роботи була зрозуміла без читання основного тексту.

Кількість висновків коливається від 4 до 9, в залежності від поставлених завдань та виду наукової роботи (обсягом до 3-4 сторінок друкованого тексту).

Список використаних джерел складається на основі робочої картотеки відповідно до об'єму сягу використаних джерел. Складаючи його необхідно дотримуватися вимог державного стандарту. Літературні джерела слід розташовувати в алфавітному порядку авторів та назв праць, спочатку видання українською мовою, потім – іноземною.

Список літератури кваліфікаційної роботи повинен містити більше 60 літературних джерел, з яких не менше 50% повинні бути видані за останні десять років.

Для повноти дипломної роботи до додатків за необхідністю доцільно вносити допоміжні матеріали: проміжні математичні доведення, формули та розрахунки, таблиці допоміжних цифрових даних, допоміжні ілюстрації тощо.

Ілюстративна частина кваліфікаційної роботи містить необхідні графіки, діаграми, таблиці, схеми, рисунки тощо, в яких наведені статистично оброблені результати власного дослідження. При цьому повинні використовуватись методи математичної статистики, за допомогою яких обчислюється середнє арифметичне, коефіцієнт варіації, коефіцієнт кореляції, стандартне відхилення, стандартна помилка, коефіцієнт конкордації, факторний аналіз, визначення вірогідності досліджень за t-критерієм Стьюдента або Фішера.

Важливим під час підбору досліджуваних є визначення їх кількості. У різних за спрямованістю дослідженнях кількість досліджуваних може бути неоднаковою. Під час масових обстежень кількість досліджуваних буде більшою. Кількість досліджуваних має бути достатньою для повної об’єктивізації досліджуваного явища, має носити статистичну значущість. Якщо вимагається багаторазова реєстрація показників у одного й того самого досліджуваного, то їх кількість може бути невеликою.

Ілюстрації (фотографії, схеми, графіки) і таблиці необхідно подавати в роботі безпосередньо після тексту, де вони згадуються вперше, або на наступній сторінці. Ілюстрації і таблиці розміщені на окремих сторінках, включають до загальної нумерації сторінок. Таблицю або рисунок, розміри якого більше формату А4, враховують як одну сторінку і розміщують у відповідних місцях після згадування в тексті або у додатках.

Ілюстрації позначають словом «Рис.» і нумерують послідовно в межах розділу, за винятком ілюстрацій, поданих у додатках. Номер ілюстрації повинен складатися з номера розділу і порядкового номера ілюстрації, між якими ставиться крапка, наприклад: Рис. 1.1 (перший рисунок першого розділу). Номер ілюстрації, її назва і пояснювальні коментарії розміщують послідовно під ілюстрацією. Якщо в роботі подано одну ілюстрацію, то її нумерують за загальними правилами.

Таблиці нумерують послідовно (за винятком таблиць, наданих у додатках) в межах розділу. У правому верхньому кутку над відповідним заголовком таблиці розміщують напис «Таблиця» із зазначенням її номера. Номер таблиці повинен складатися з номера розділу і порядкового номера таблиці, між якими ставиться крапка, наприклад: «Таблиця 1.2» (друга таблиця першого розділу). 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. Заголовки граф повинні починатися з великих літер, підзаголовки – з маленьких, якщо вони складають одне речення із заголовком з великих, якщо вони є самостійними.

ТЕМА 8: Організація і проведення науково-дослідної роботи

ПЛАН

1. Планування кваліфікаційної наукової роботи.
2. Організація і проведення наукового дослідження.

1. Планування кваліфікаційної наукової роботи

Процес підготовки КНР має здійснюватися в наступній послідовності:

– вибір теми дослідження;
– вивчення науково-дослідної літератури;
– визначення об’єкту та предмету дослідження;
– визначення мети і завдань;
– розробка наукової (робочої) гіпотези дослідження;
– вибір відповідних методів дослідження;
– уточнення назви роботи;
– підготовка й проведення дослідження;
– математико-статистична обробка результатів дослідження;
– узагальнення та інтерпретація отриманих даних;
– формулювання висновків та практичних рекомендацій;
– оформлення роботи;
– апробація (попередній захист) роботи на засіданні кафедри чи науковихконференціях;
– захист КНР.

Вибір теми кваліфікаційної роботи

Тема КНР має відображати основну суть дослідження, тому правильнийвибір теми дозволяє забезпечити успіх у її виконанні.

Вибір теми кваліфікаційної КНР

При виборі теми кваліфікаційної КНР варто враховувати наступні фактори:

1. Чітко визначити, якого типу має бути кваліфікаційна КНР:

теоретична – виконана на основі аналізу та узагальнення літературних даних з теми роботи;

емпірична – виконана на основі вивчення та узагальнення передового досвіду в галузі фізичного виховання і спорту;

експериментальна – виконана на основі проведеного експерименту.

1. Варто врахувати базову підготовку автора роботи, його попередні здобутки в окресленому напрямку наукових досліджень;

2. Тема має бути актуальною, викликати науковий інтерес; бути пов’язаною з удосконаленням теорії й методики фізичного виховання та спортивного тренування;

3. При обранні теми треба враховувати наявність теоретичної бази й

можливість виконання роботи на даній кафедрі;

4. Тема випускної кваліфікаційної роботи має бути пов’язана із загальною кафедральною науковою темою, а також враховувати напрям наукових досліджень керівника роботи;

5. Тема роботи має базуватись лише на програмному матеріалі й відповідати навчальним планам та програмам. Тобто, якщо магістр не вивчав, наприклад, курс спортивного маркетингу, то й тема із спортивного маркетингу не може бути затверджена.

2. Організація і проведення наукового дослідження

Організація дослідження передбачає наступну послідовність дій:

– формування наукової гіпотези відповідно до мети і завданьдослідження;

– формулювання завдань дослідження;

– виокремлення типу педагогічного експерименту;

– узагальнення методології дослідження;

– визначення експериментальної бази;

– вибір учасників дослідження;

– визначення тривалості дослідження в цілому і кожного етапу окремо.

Формування наукової гіпотези. Гіпотеза (грецьк. hypothesis – основа, передбачення) передбачувальне судження про закономірні (причинні) зв'язки явищ, форма розвитку науки.

Наукова (робоча) гіпотеза висувається після визначення об'єкту та предмету дослідження. Через формулювання наукової гіпотези будуються шляхи дослідження основної мети роботи. Кожне дослідження вимагає відповіді на такі запитання: «що?»..., «де?»..., «як?»..., «коли?».... Тобто, що треба зробити для покращення ефективності функціонування певної системи, які саме структурні підрозділи системи вимагають перетворень, як можна здійснити дані перетворення, коли саме відбудуться дані перетворення.

У своєму розвитку гіпотеза проходить три стадії:

1. Накопичення фактичного матеріалу і здійснення на його основі передбачення;

2. Формування гіпотези – передбачуваний ефект від запропонованих перетворень;

3. Перевірка отриманих висновків на практиці й уточнення гіпотези на основі результатів такої перевірки.

Гіпотеза може бути індуктивною і дедуктивною. **Індуктивна** гіпотеза повинна виходити із самих фактів спостережень, накопичених раніше, певних зв’язків і залежностей між ними. **Дедуктивна** гіпотеза в своїй основі має мати певні теоретичні положення та закономірності і ставити своєю метою підтвердження їх новими фактами та спостереження.

Слід підкрслити, що в теорії і методиці фізичного виховання і спорту при проведенні досліджень перевагу мають індуктивні гіпотези. Перш за все це пов’язано із постійним пошуком оптимальних методів і засобів навчально-виховного і навчально-тренувального процесів.

До прикладу, якщо об’єктом дослідження визначений навчально-тренувальний процес футболістів високої кваліфікації, а предметом –

структура й зміст фізичної підготовки, то індуктивна гіпотеза дослідження може бути сформована таким чином: передбачається, що вивчення структури й змісту фізичної підготовки футболістів високої кваліфікації дозволить розробити для кожного етапу підготовки протягом річного тренувального циклу моделі тренувальних програм, впровадження яких в тренувальний процес підвищити його ефективність.

Визначення завдань дослідження. Сформульовані мета й гіпотеза дослідження логічно визначають і його завдання. Якщо, наприклад, наукова гіпотеза передбачає вивчення закономірностей змагальної діяльності футболістів з метою розробки тренувальних програм, то виникає, як мінімум, три завдання:

– вивчити стан проблеми;

– визначити закономірності змагальної діяльності;

– на основі закономірностей змагальної діяльності розробити тренувальні програми техніко-теоретичної підготовки футболістів.

Завдання завжди випливають із логіки дослідження і оформлюються в наказовій формі:

1) вивчити ...;

2) виявити ...;

3) розробити ...;

4) експериментально перевірити тощо.

Завдання формують зміст КНР, визначають методологію й етапність дослідження.

Методологія дослідження. Методологія (від метод і логія) – вчення про структуру, методи, засоби й принципи наукового пізнання.

Будь-яке дослідження спирається на методологічні основи і методи. Під методологічними основами зазвичай розуміють фундаментальні праці, спираючись на наукові концепції в яких проведене дослідження.

Методологічні основи базуються на певних наукових підходах, тобто принципах, на яких здійснюється дослідження. У сучасній науці найбільшого поширення набув такий методологічний підхід, як **системно-структурний аналіз,** що передбачає аналіз внутрішніх зв’язків об’єкту з урахуванням його цілісного утворення, як певної системи. Наприклад, вивчення фізичної підготовки футболістів у взаємозв’язку з іншими видами підготовки (психологічної, технічної, тактичної), що в цілому об’єднується в загальний процес підготовки.

Таким чином, визначення методології дослідження передбачає, по-перше, вивчення й аналіз основних фундаментальних праць з окресленої проблеми дослідження; по-друге, вибір методологічного наукового підходу до процесу дослідження і по-третє, це вибір самих методів дослідження.

Визначення типу педагогічного експерименту. Тип педагогічного експерименту прямим чином залежить від мети, завдань і наукової гіпотези. Перед тим, як визначити, яким має бути ПЕ і потрібно скласти план його проведення, необхідно врахувати таке:

– мету дослідження;

– завдання, які мають бути вирішені в процесі дослідження;

– гіпотезу дослідження;

– стан матеріально-технічної бази;

– достатню кількість досліджуваних і відповідність їх спортивної кваліфікації методології дослідження;

– можливість дослідника безпосередньо впливати на досліджуваних;

– передбачена тривалість ПЕ.

Врахувавши всі вищеперераховані складові, експериментатор обирає тип педагогічного експерименту і складає детальний план його проведення. Зазначимо, що в процесі проведення дослідження може бути декілька типів педагогічного експерименту. Наприклад, на попередньому етапі: констатувальний – закритий ПЕ; на основному етапі – перетворювальний – відкритий – паралельний ПЕ.

Вибір експериментальної бази. Проведення дослідження неможливе без експериментальної бази. Під експериментальною базою варто розуміти ті організації, у яких будуть проведені дослідження (ЗЗСО, ЗВО, ДЮСШ, спортивні команди тощо), а також рівень матеріально-технічного оснащення експериментальної роботи. Тобто, якщо тема роботи буде пов’язана із навчально-тренувальним процесом в ДЮСШ, то процес організації дослідження передбачає визначення, у яких саме спортшколах буде проводитись дослідження. Для цього варто провести попередній пошук інформації, наприклад, шляхом вивчення відповідної документації в міських (обласних) управліннях освіти і науки, спорткомітетах використовуючи метод бесіди, анкетування, інтерв’ю. Важливо це зробити завчасно, щоб під час практики бути направленим саме в ту спортшколу, в якій передбачається провести дослідження.

Що стосується матеріально-технічного забезпечення дослідження, то тут варто знати, які є технічні засоби, інструментальні методики, вміти користуватись різними приладами, завчасно зробити поділ і калібрування вимірювальних приладів, знати їх допустиму похибку.

Експериментальна база вказується в плані виконання випускної кваліфікаційної роботи в графі «Вихідні дані до роботи».

Вибір учасників дослідження. Вибір учасників є найбільш важливою і відповідальною ланкою процесу організації дослідження. Це обумовлено, по-перше тим, чи можливо буде вирішити поставлені завдання саме з певним контингентом досліджуваних, і, по-друге, наскільки ефективним і результативним має бути педагогічний експеримент.

При виборі контингенту досліджуваних, виникає два питання: яка спортивна кваліфікація досліджуваних (якщо це спортсмени) і скільки їх має бути для проведення педагогічного експерименту.

При визначенні кількості досліджуваних варто враховувати тип педагогічного експерименту, а також кількість спортсменів, які входять до групи в ДЮСШ. Констатувальний експеримент передбачає вивчення стану навчально-тренувального процесу, його природний хід. Тому дослідження мають відбуватись із залученням більшого контингенту досліджуваних, ніж при

проведенні перетворювального експерименту, під час якого досить часто необхідне втручання в навчально- тренувальний процес, що обмежує можливості експериментатора працювати зі значною кількістю досліджуваних.

Загальні вимоги до контингенту досліджуваних наступні:

– вони мають бути здоровими і мати дозвіл лікаря для проведення контрольних випробувань;

– групи (експериментальна і контрольна) формуються з осіб одного віку та однієї спортивної кваліфікації. При цьому вихідні дані за рівнем підготовленості осіб експериментальної і контрольної груп мають бути приблизно однаковими;

– групи (експериментальна і контрольна) повинні мати ідентичні умови функціонування і бути незалежними від експериментатора.

Одним із способів добору чисельного складу груп може бути визначення коєфіцієнту варіації. До прикладу, значення коєфіцієнту варіації при визначенні вихідного рівня підготовленості має бути в межах не більше 10%, принаймні не перевищувати 20%. Якщо високий коєфіцієнт варіації, то треба збільшити контингент досліджуваних.

Визначення тривалості дослідження. Тривалість дослідження обумовлюється метою і завданням, а також логікою проведення експерименту. Безумовно, чим довше триває дослідження, тим обґрунтованішими можуть бути показники. Але тривалість дослідження обмежується певними факторами: по-перше, це пов’язано із термінами навчання експериментатора (у ЗЗСО чи ЗВО); по-друге, із віковими особливостями досліджуваних, наприклад, стан дітей і підлітків змінюється сам по собі і якщо експеримент затягнеться, то важко буде відокремити зміни, що відбулись за рахунок експериментального фактора чи то під впливом природного розвитку організму; по-третє, із навчальними планами і програмами установ, де проводиться дослідження, а також графіком роботи цих установ.

Якщо в ДЮСШ передбачені канікули в липні-серпні, то і дослідження може тривати лише 8 – 10 місяців (мається на увазі експериментальна його частина). У будь-якому разі, тривалість дослідження диктується науковою гіпотезою, формулювання якої передбачає певну етапність дослідження. До прикладу, коли передбачається вивчення закономірностей змагальної діяльності, на основі чого планується розробити тренувальні програми із подальшим їх впровадженням в навчально-тренувальний процес, то тривалість такого дослідження має бути сплановано як мінімум на три етапи. При цьому тільки на етап дослідження змагальної діяльності потрібно від 3 до 8 місяців, адже саме стільки триває змагальний період в спортивних іграх. Орієнтовна тривалість дослідження залежно від завдань може бути наступною:

– аналіз літератури, узагальнення досвіду роботи – 2-3 місяці;

– розробка критеріїв контролю, відбору, методики спостереження за змагальною діяльністю – 1-3 місяці;

– вивчення закономірностей змагальної діяльності – 3-8 місяців;

– вивчення динаміки і спрямованості тренувальних навантажень – залежно від етапу річного тренувального циклу (від 1 до 12 місяців);

– розробка навчальних і тренувальних програм – 1-3 місяці;

– впровадження навчальних і тренувальних програм – залежно від етапу річного тренувального циклу (від 3 до 8 місяців).

Звичайно, наведені терміни дослідження є орієнтовними і вони рекомендуються при виконанні магістерської КНР. У випадку більш об'ємного дослідження, наприклад, дисертаційного, його загальні терміни можуть бути в межах 2-3 і більше років. У свою чергу, більш тривалими є й окремі етапи дослідження.

Підсумовуючи вищевикладене, можна узагальнити, що організація дослідження при написанні КНР може бути зображена відповідною схемою: відповідно до схеми можна рекомендувати експерриментатору на великому аркуші розграфити квадрати, у яких написати тему роботи, мету, об'єкт дослідження, предмет дослідження, наукову гіпотезу, завдання дослідження, методологію дослідження, педагогічний експеримент (поетапно), головні результати дослідження, висновки, практичні рекомендації. Це дозволить упродовж всього дослідження дотримуватись певної логіки й не відволікатись назайву роботу.

1.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи

1. Що Ви розумієте під поняттям «педагогічне дослідження», «педагогічний досвід», «наукова проблема», «наукова гіпотеза»?

2. Що дослідник повинен передбачити, перш ніж обрати тему для дослідження?

3. Якими критеріями визначається науковість, актуальність, новизна та практичне значення дослідження?

4. Де і яким чином може відбутися апробація результатів наукового дослідження?

5. Знайдіть у науково-методичній та довідниковій літературі визначення словосполучення (поняття) «педагогічне дослідження» і укладіть порівняльну таблицю для різних авторів і видань.

6. Сформулюйте назву наукового дослідження з проблеми «Розвиток фізичних якостей здобувачів» методичного, науково-методичного, науково-дослідного змісту.

7. Визначте предмет і об'єкт дослідження для теми «Розвиток сили в школярів (дівчат) старшого віку».

8. Чому у даний час підвищується роль методології у визначенні перспектив розвитку педагогічних досліджень у фізичній культурі та спорті?

9. Сформулюйте визначення «методологія».

10. Дайте визначення поняття «методологія педагогіки».

11. Які функції виконує методологія педагогічного дослідження у фізичній культурі та спорті?

12. Які методологічні принципи педагогічних досліджень Ви знаєте?

13. Сформулюйте найбільш загальні методологічні вимоги до конкретного педагогічного дослідження.

14. Сформулюйте визначення поняття «методика дослідження».

15. Назвіть принципові положення, якими повинен керуватись дослідник, формуючи методику наукового дослідження.

16. Визначте поняття «метод».

17. Назвіть основні методи педагогічного дослідження у фізичній культурі і спорті.

18. Дайте коротку характеристику методів збору й обробки поточної інформації.

19. Охарактеризуйте коротко методи оцінки ефективності навчально-виховного процесу.

20. Назвіть загальні вимоги до вибору методів дослідження.

21. Дайте загальну характеристику документальних матеріалів, вкажіть яка їх користь для наукових досліджень.

22. Назвіть основні типи документів і коротко охарактеризуйте їх.

23. Дайте характеристику аналізу документальних матеріалів як методу наукових досліджень.

24. Поняття про вірогідність документальної інформації.

25. Які наукові завдання можна вирішити за допомогою літературних джерел?

26. Роль літературної бібліографії у підборі необхідної для дослідження літератури.

27. Аналіз літературних джерел та форми запису його результатів.

28. Підберіть і запишіть 30 літературних джерел за обраною Вами темою дослідження, список якої мають представляти всі різновиди наукової і методичної літератури.

29. Що є предметом вивчення математичної статистики?

30. Які дані вивчає математична статистика?

31. Що називають статистичною гіпотезою?

32. Наведіть загальний алгоритм перевірки статистичних гіпотез.

33. Запишіть формулу для обчислення критерію Стьюдента.

34. Наведіть алгоритм перевірки гіпотез за критерієм Стьюдента.

35. Перелічіть проблеми в галузі фізичної культури і спорту, що вирішуються за допомогою перевірки статистичних гіпотез.

36. Що таке кореляція?

37. За якими числовими коефіцієнтами обчислюється кореляційний зв’язок?

38. Назвіть основні властивості коефіцієнтів кореляції.

39. Як обчислюється ранговий коефіцієнт кореляції і в яких випадках використовується?

40. Суть дисперсійного аналізу.

1.3. Екзаменаційні питання

1. Місце наукових досліджень у системі підготовки магістра у сфері фізичної культури і спорту.

2. Мета і завдання курсу, значення курсу у формуванні майбутнього фахівця.

3. Предмет та поняття про науку, її сутність, історичні аспекти розвитку.

4. Процес пізнання, його види та структура, понятійний апарат, зміст і функції науки.

5. Наука як система знань, закономірності її розвитку.

6. Класифікація науки.

7. Організація наукової діяльності в Україні.

8. Наукові школи у сфері фізичної культури і спорту, їхні головні ознаки.

9. Характерні риси та критерії ефективності наукових досліджень. Типи досліджень.

10. Поняття про методологію досліджень.

11. Види та функції наукових досліджень.

12. Методи теоретичного дослідження.

13. Методи емпіричного дослідження.

14. Експериментальні дослідження і спостереження у сфері фізичної культури і спорту.

15. Поняття «експеримент», характеристика експериментальних і супутніх факторів. Види педагогічних експериментів, які використовуються у сфері фізичної культури і спорту.

16. Експеримент та його характерні особливості.

17. Педагогічні спостереження, особливості їх використання у сфері фізичної культури і спорту.

18. Аналіз і синтез, індукція і дедукція, історичний і логічний методи дослідження.

19. Стадії наукових досліджень: організація, дослід, узагальнення, реалізація результатів.

20. Загальна схема наукового дослідження. Організація і планування наукового дослідження.

21. Види науково-дослідних робіт. Основні методологічні принципи наукового дослідження.

22. Логіка конструювання дослідної роботи.

23. Об’єктивні та суб’єктивні чинники, що визначають вибір спрямованості дослідження.

24. Визначення проблеми, теми, об’єкта і предмета дослідження.

25. Визначення та формулювання мети, завдань і гіпотези дослідження.

26. Поняття «наукова новизна», «теоретична значущість», «практична значущість».

27. Суть наукової публікації, її основні види, функції, кількість і обсяг.

28. Наукова стаття, тези наукової доповіді. Методика написання тексту.

29. Вимоги до тексту наукової статті. Характер викладу.

30. Педагогічні методи дослідження проблем фізичної культури та спорту.

31. Медико-біологічні методи дослідження проблем фізичної культури та спорту.

32. Психологічні методи дослідження проблем фізичної культури та спорту.

33. Соціологічні методи дослідження проблем фізичної культури та спорту.

34. Характеристика сучасної діагностичної апаратури, що використовується під час проведення наукових досліджень у сфері фізичної культури і спорту.

35. Загальні положення науково-дослідної роботи.

36. Вимоги до змісту курсової, кваліфікаційної, дипломної роботи. Загальна характеристика та її виконання.

37. Етапи наукового дослідження та захисту кваліфікаційної та дипломної робіт.

38. Загальні вимоги до оформлення науково-дослідної роботи здобувача вищої освіти.

39. Цитування у тексті наукової праці. Види посилань на використані літературні джерела.

40. Встановіть відповідність:

1. Наукова стаття	А) Стислий виклад у письмовій формі суті певної наукової проблеми або питання.
2. Реферат	Б) Найпоширеніша форма аналітико-оціночного аналізу наукової праці, в якій основний акцент робиться на недоліках рецензованого твору
3. Рецензія	В) Основний вид оперативного висвітлення інформації про нові дослідження з конкретної тематики. Наукові статті публікують у різних періодичних наукових виданнях: журналах, вісниках, збірниках тощо
4.Авторськесвідоцтво	Г) Документ установленого зразка, який виданий спеціальною державною установою і встановлює право автора (авторів) на певний винахід
	Д) Повне і вичерпне висвітлення результатів наукового дослідження
	Е) Звіт у письмовій формі про підсумок науково-дослідної роботи, яка відбувалася за наперед затвердженим планом виконання держбюджетної або госпдоговірної наукової теми.

41. Встановіть відповідність:

1. Тези доповіді	А) Форма науково-дослідної роботи, підготовлена для публічного захисту задля отримання наукового ступеня
2. Відгук	Б) Стислий виклад у письмовій формі суті певної наукової проблеми або питання
3. Підручник	В) Науково-навчальне видання, зміст якого відповідає окремим розділам навчальної програми дисципліни, або розширює, поглиблює і доповнює окремі з них.

4. Навчальний посібник	Г) Науково-навчальне видання, яке містить систематизований виклад певної навчальної дисципліни
	Д) Стисла характеристика будь-якого наукового видання
	Е) Аналітико-оціночний аналіз наукової праці
	Ж) Стислий виклад доповіді на конференції

42. Встановіть відповідність**:**

1. Теоретичні наукові дослідження	А) це дослідження законів природи та суспільства
2. Прикдадні наукові дослідження	Б) це дослідження спрямовані на розкриття нових властивостей, відношень і закономірностей реального світу
	В) це пошук та аналіз шляхів, засобів і методів наукового пізнання з метою їх втілення
	Г) це сукупність всіх способів і результатів взаємодії людини з навколишньою його дійсністю

43. Встановіть відповідність:

1. Вступ	А) Розкриває зміст дослідження
2. Основна частина	Б) Наводяться основні наукові результати
3. Висновки	В) Розкриває суть і стан дослідженості наукової проблеми, її значущість
4. Бібліографічний список	Г) Містять допоміжні або додаткові матеріали
5. Додатки	Д) Містить джерела, з яких у роботі використано матеріали, окремі результати, ідеї чи висновки
	Е) Містять розробки конкретних рекомендацій, пропозицій, моделей управління параметрами розвитку та діяльності досліджуваного об’єкту
	Ж) Розкриває сучасний стан досліджуваного об’єкту, наводяться методи вирішення завдань і їхні порівняльні оцінки, здійснюється аналіз і критична оцінка практики управлінської діяльності стосовно визначеного об’єкту дослідження, його стану та перспектив розвитку, розробляється загальна методика дослідження

44. Встановіть відповідність:

1. Перший розділ кваліфікаційної роботи	А) Розробка конкретних рекомендацій, пропозицій, моделей управління параметрами розвитку та діяльності досліджуваного об’єкту

2. Другий розділ кваліфікаційної роботи	Б) Розкриваються основні теоретичні і методологічні положення, проблеми, що існують у практиці, дискусійні та невирішені аспекти теми, нормативно-правове забезпечення у певній сфері діяльності, огляд літератури, зарубіжний досвід розв'язання проблеми
3. Вступ	В) Розкриваються основні наукові результати
4. Висновки	Г) Розкривається суть і стан дослідженості наукової проблеми, її значущість
5. Третій розділ кваліфікаційної роботи	Д) Описується сучасний стан досліджуваного об'єкту, наводяться методи вирішення завдань і їхні порівняльні оцінки, здійснюється аналіз і критична оцінка практики управлінської діяльності стосовно визначеного об'єкту дослідження, його стану та перспектив розвитку, розробляється загальна методика дослідження

45. Встановіть відповідність:

1.Актуальність теми	А) Тісно переплітається з назвою кваліфікаційної роботи і чітко вказує, що саме вирішується в кваліфікаційній роботі
2. Мета і завдання дослідження	Б) Наводяться аргументації доцільності роботи
3. Методи дослідження	В) Розкриває суть і стан дослідженості наукової проблеми, її значущість
4. Наукова новизна, отримані результати	Г) Викладають нові наукові положення (рішення), запропоновані автором особисто
5. Наукове значення роботи	Д) Коротко відзначаються, що саме досліджувалось тим чи іншим методом
6. Практичне значення роботи	Е) Показує, яке значення мають наукові положення, запропоновані в кваліфікаційній роботі
	Ж) Розкриває коротко повідомлення про впровадження результатів досліджень, назвавши організації, в яких здійснена реалізація, форми реалізації і реквізити відповідних документів

1.4. Глосарій

Абстрагування – метод наукового пізнання, що ґрунтується на формуванні образу реального об'єкта шляхом мисленнєвого відокремлення певних ознак, властивостей, зв'язків і аспектів, що цікавлять дослідника, з одночасним ігноруванням багатьох інших другорядних його властивостей.

Актуальність – важливість, значимість чого-небудь на сьогодні, сучасність,

Алгоритм – система правил для розв'язання певного класу задач.

Анотація – коротка характеристика книги, статті або рукописного твору, що є викладом змісту першоджерела.

Апробація (опробування) – схвалення, ствердження, визнання; метод оцінки якості на основі обстеження, аналізу.

Вербальна інформація – інформація, що повідомляється усно (словами).

Висновок – остаточна думка про щось, логічний підсумок, зроблений на основі спостережень або розгляду якихось фактів.

Відгук – критична стаття, що містить оцінку кого або чого-небудь.

Вміння – засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок.

Дискусія – публічне обговорення якоїсь теми, проблеми, проекту, вислуховування часто протилежних думок.

Диспут – спір на наукову літературну чи іншу тему, що відбувається перед аудиторією.

Діагностика – розпізнання, аргументоване визначення певного стану об'єкта (рівня здібностей, знань, розумового розвитку, професійної придатності тощо).

Доказовість – властивість правильного умовиводу, міркування, що полягає в обґрунтованості тези аргументами, внаслідок чого теза обов'язково має бути визнаною істинним судженням.

Дослід – відтворення якогось явища в штучних умовах з метою його аналізу.

Дослідження – наукова праця, в якій аналізується яке-небудь питання.

Емпатія – пасивно-споглядацьке ставлення до почуттів, психічних станів іншої особи без активного втручання з метою надати дійову допомогу.

Експерт – фахівець, який здійснює експертизу.

Завдання – поставлена перед ким-небудь мета, замисел; заздалегідь визначений обсяг дорученої кому-небудь роботи.

Індивідуум – окремий одиничний представник певного виду, роду, класу, множини предметів, окрема сутність, істота чи людина, що виділяється як об'єкт практичного або теоретичного відношення.

Інновація – нововведення на основі досягнень науки і передового досвіду.

Інтелект – розумові здібності людини: здатність орієнтуватися в навколишньому середовищі, адекватно його відображати.

Інтерес – форма прояву пізнавальної потреби, що забезпечує спрямованість особистості на усвідомлення мети діяльності, сприяючи тим самим орієнтації, ознайомленню з новими фактами, більш повному і глибокому ознайомленню з дійсністю; об'єктивна причина діяльності суб'єкта, спрямованої на задоволення певних потреб.

Інтуїція – процес безпосереднього одержання знання з допомогою цілісного сприйняття проблемної ситуації без дискурсивного його виведення й доведення.

Кореляція – співвідношення, відповідність, взаємозв'язок предметів або понять.

Критерій – підстава для оцінки чогось.

Магістр – освітньо-кваліфікаційний рівень фахівця, академічний ступінь (кваліфікація), який отримують бакалаври (дипломовані фахівці) в результаті засвоєння основної освітньої програми вищої освіти з тривалістю навчання один-два роки; дає право на отримання основних посад на ринку праці, продовження навчання в аспірантурі.

Метод – чітко окреслений спосіб дій, що провадяться з науковою метою.

Методика – сукупність методів опрацювання, виконання та дослідження чого-небудь.

Методологія – це: 1) сукупність прийомів дослідження, що застосовуються в певній науці; 2) вчення про методи пізнання та перетворення дійсності.

Методологія науки – система методологічних і методичних принципів і прийомів, операцій і форм побудови наукового знання.

Моделювання – метод дослідження об'єктів пізнання на їх моделях.

Моніторинг – процедура систематичного збору даних з метою оцінювання якості та ефективності будь-якого процесу чи явища, керування і контролю, динаміки та прогнозування розвитку.

Мотиви – спонукальні причини дій і вчинків людини (те, що підштовхує до дії).

Навички – дії, які виконуються під час певної діяльності, завдяки багатократним повторенням стають автоматичними.

Наука – сфера людської діяльності, спрямована на вироблення й використання системи знань.

Норма – міра, взірець, звичайний стан, оптимальна величина, достатня кількість і т.п.

Об'єктивність – неупередженість наукового досягнення дійсності, відображення об'єкта таким, яким він є сам по собі, в його різноманітних відношеннях і розвитку. Об'єктивне – це дійсність, яка існує поза й незалежно від свідомості суб'єкта.

Параграф – частина тексту всередині розділу книги, статті і т.ін., що має самостійне значення і звичайно позначається знаком § з порядковим номером.

Паспорт спеціальності – складається з шифру спеціальності, напрямків досліджень і галузей наук, за якими присуджується науковий ступінь.

Пізнання – процес цілеспрямованого активного відображення об'єктивного світу у свідомості людей.

Плагіат – привласнення авторства на чужий твір науки, літератури, мистецтва; на чуже відкриття, а також використання в своїх працях чужого твору без посилання на автора.

Поняття – одна з форм мислення, в якій відображаються загальні суттєві властивості предметів і явищ об'єктивної дійсності, загальні взаємозв'язки між ними у вигляді цілісної сукупності ознак.

Презентація – публічне представлення, показ чого-небудь.

Проблема – складне теоретичне або практичне питання, що потребує розв'язання, вивчення, дослідження.

Процес – сукупність подій, станів, змін, яка має певну цілісність і спрямованість.

Ранжирування – послідовне розміщення чогось.

Резюме – короткий виклад змісту чого-небудь.

Рейтинг – суб'єктивна оцінка (порядок, черговість, класифікація) якогось явища за даною шкалою.

Репрезентативність (у статистиці) – відповідність характеристик, отриманих унаслідок вибіркового спостереження, показникам, що характеризують всю генеральну сукупність. Відмінність між названими показниками є похибкою репрезентативності – випадковою або систематичною.

Розвиток – специфічний процес зміни, результатом якого є виникнення якісно нового; поступальний процес сходження від нижчого до вищого, від простого до складного. Механізм становлення нового, джерело й загальна спрямованість розвитку визначаються об'єктивними законами.

Рукопис – неопублікований текст, написаний від руки або надрукований.

Світогляд – форма суспільної самосвідомості людини, через яку вона сприймає, осмислює та оцінює навколишню дійсність як світ свого буття та діяльності, визначає і сприймає своє місце і призначення в ньому.

Система – сукупність визначених елементів, між якими існує закономірний зв'язок чи взаємодія.

Системний підхід – напрям у спеціальній методології науки, завданням якого є розробка методів дослідження й конструювання складних за організацією об'єктів як систем.

Стандарт – норма, зразок, мірило.

Стаття – вид оперативної публікації отриманих нових результатів дослідження з конкретної тематики.

Суб'єкт і об'єкт (у філософії) – суб'єкт – як носій діяльності, об'єкт – те, на що спрямована діяльність.

Творчість – продуктивна людська діяльність, здатна породжувати якісно нові матеріальні та духовні цінності суспільного знання.

Тези – стислий виклад основних положень, думок, спостережень, експериментів, публікація яких передбачає попереднє ознайомлення учасників конференцій, семінарів, симпозіумів та інших наукових форумів з результатами проведеного дослідження.

Факт – дійсна подія, явище, випадок; те, що служить підтвердженням будь-якого положення або висновку.

Фактор – умова, рушійна сила, причина будь-якого процесу або явища, яка визначає його характер або одну з його характерних рис. Інша назва – чинник.

Цитата – дослівний витяг з якогось тексту або чиїсь слова, що наводяться письмово чи усно.

ІІ. ПЕДАГОГІКА І ПСИХОЛОГІЯ ВИЩОЇ ШКОЛИ

2.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять

ТЕМА 1: Предмет і завдання психології вищої школи

ПЛАН

1. Виникнення психології вищої школи як нової галузі психологічних знань.
2. Основні завдання психології вищої школи.
3. Зв'язок психології вищої школи з іншими галузями наукового знання.

Література

1. Зайченко І.В. Педагогіка і методика навчання у вищій школі : підручник. 3-е видання. К. : Ліра-К, 2020. 512 с.
2. Заячківська Н.М. Формування готовності викладачів закладів вищої освіти до використання сучасних освітніх технологій у професійній діяльності. Нова педагогічна думка. 2020. № 3 (103). С. 36-40.
3. Мухіна Г.В. Педагогіка та психологія вищої школи : навч.-метод. пос. К. : Дакор, 2020. 178 с.
4. Педагогіка вищої школи : навч. пос. / О.І. Федоренко, В.О. Тюріна, С.П. Гіренко, С.М. Бойко, М.О. Котелюх, П.Д. Червоний, О.В. Медведєва; за заг. ред. О.І. Федоренко. Харків : ФОП Бровін О.В., 2020. 240 с. https://dspace.univd.edu.ua/items/43974a8b-0d34-40a5-bcab-469081d03ac3
5. Стинська В.В. Методика викладання у вищій школі : навч. посіб. Івано-Франківськ, 2022. 180 с. http://lib.pnu.edu.ua

1. Виникнення психології вищої школи як нової галузі психологічних знань

Психологія як наука вивчає особливості, закономірності побудови та розвитку психіки, функціонування її механізмів.

Сучасна психологія складає широко розгорнуту систему знань, яка включає низку певних дисциплін. Ю.Л. Трофімов виокремлює три групи галузей: науково-прикладну, теоретичну та практичну психологію.

Психологія вищої школи відноситься до науково-прикладної психології за психологічними питаннями розвитку особистості. Психологія вищої школи відносно молода галузь психологічної науки. Систематичне дослідження психолого-педагогічних проблем вищої школи почалось у 60-х роках минулого століття.

Це було поштовхом для розвитку низки досліджень, в яких вирішення завдань вищої освіти почало вирішуватись в контексті психологічних особливостей здобувачів вищої освіти та психологічних явищ, які породжуються умовами закладу вищої освіти.

Стало актуальним залучати потенціал психології вищої школи до вирішення практичних завдань, які стоять перед вищою освітою.

Вивченню різних аспектів психології вищої школи надають увагу й сучасні українські вчені: психологічне обґрунтування методів і прийомів навчання у вищій школі, психологічні особливості сучасного студентства, оптимізація взаємин викладачів і здобувачів.

Л.Г. Подоляк, В.І. Юрченко є співавторами навчальних посібників та підручників з психології вищої школи. Науковці з гуманістичних позицій розглядають актуальні психологічні проблеми підготовки спеціалісти з вищою освітою.

В.М. Галузинський, М.Б. Євнух є авторами навчального посібника «Основи педагогіки і психології вищої школи в Україні». Предметом психології вищої школи є особистість науково-педагогічного працівника та здобувача вищої освіти в їх розвивальній педагогічній взаємодії.

Психологія вищої школи досліджує закономірності функціонування психіки здобувача як суб'єкта навчально-професійної діяльності та закономірності науково-педагогічної діяльності педагога, а також соціально-психологічні особливості професійно-педагогічного спілкування та взаємин педагогів і здобувачів вищої школи.

2. Основні завдання психології вищої школи

Психологія вищої школи як наукова і прикладна галузь розв'язує низку практичних, науково-дослідницьких і діагностично-корекційних завдань (Л.Г. Подоляк, В.І. Юрченко).

До найважливіших практичних завдань психології вищої школи відносять:

– розробка психолого-методичної бази для контролю за процесом та умовами психічного розвитку здобувачів, їх особистісним зростанням і професійним становленням;

– обґрунтування оптимальних форм навчально-професійній діяльності та спілкування здобувачів вищої освіти, які сприяють засвоєнню ними всього розмаїття професійних функцій і важливих соціальних ролей;

– розробка особистісно-орієнтованих технологій навчання;

– психологічне обґрунтування інноваційних дидактичних проєктів і педагогічних експериментів у вищій школі;

– надання психологічної допомоги та підтримки всім учасникам педагогічного процесу.

Серед актуальних науково-дослідних завдань психології вищої школи є наступні:

– психологічне обґрунтування професіограми сучасного спеціаліста з вищою освітою;

– виявлення соціально-психологічних, психологічних і дидактичних факторів соціалізації особистості майбутнього спеціаліста;

– розробка психологічних засад формування в здобувачів і науково-педагогічних працівників національної самосвідомості, активної громадянської позиції;

– розробка психологічних основ комп'ютеризації навчально-виховного процесу у вищій школі;

– дослідження психологічних проблем підготовки науково-педагогічних працівників;

– вивчення психологічних засад наукової творчості;

– вдосконалення професіоналізму й підвищення педагогічної майстерності викладачів.

До діагностично-корекційних завдань психології вищої школи відносять:

– обґрунтування системи професійного відбору молоді до закладів вищої освіти;

– діагностика настанов здобувачів щодо самого себе задля формування позитивної «Я-концепції» майбутнього спеціаліста;

– визначення рівня психологічної готовності здобувачів молодших курсів до навчання у вищій школі;

– розробка передумов успішної адаптації здобувачів молодших курсів до навчання у закладі вищої освіти;

– вивчення стану взаємин викладачів і здобувачів вищої освіти;

– виявлення причин неуспішності здобувачів вищої освіти і шляхів їх припинення;

– здійснення психологічного аналізу протиріч і конфліктів у педагогічної взаємодії та визначення шляхів їх вирішення.

3. Зв'язок психології вищої школи з іншими галузями наукового знання

Психологія вищої школи бурно розвивається в нерозривному взаємозв’язку з іншими галузями наукового знання і суспільної практики. В першу чергу, це загальна, педагогічна, вікова, соціальна психологія, педагогіка вищої школи, фізіологія, медицина.

Загальна психологія систематизує експериментальні дані, здобуті у різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології. Займається вивченням пізнавальних процесів, емоційно-вольової сфери, властивостей особистості. Зв'язок із загальною психологією визначається розв’язанням завдань психологічного забезпечення професійного та особистісного розвитку здобувачів.

Педагогічна психологія має своїм предметом закономірності виховання й навчання особистості. Зв'язок із педагогічною психологією визначається розв’язанням завдань управління навчанням здобувачів вищої освіти, забезпечення умов ефективного їх вчення, розробки психологічних механізмів формування якостей особистості у процесі цілеспрямованої виховної роботи в різних напрямках.

Вікова психологія досліджує онтогенез психічних властивостей особистості на різних вікових етапах. Зв'язок з віковою психологією проводиться загальним принципом аналізу студентського віку як пізньої юності або ранньої дорослості, організацією навчально-виховного процесу стосовно різних вікових груп здобувачів вищої освіти.

Соціальна психологія вивчає психічні явища у процесі взаємодії у великих та малих суспільних групах. Вона вивчає як люди спілкуються і взаємодіють один з одним. Соціальна психологія дає загальні орієнтири для

аналізу соціально-психологічних явищ у студентської групі, забезпечення умов ефективності професійно-педагогічного спілкування і взаємин викладачів із здобувачами вищої освіти.

Особливе значення для психології вищої школи мають міждисциплінарні зв’язки із психодіагностикою, акмеологією, психологією управління та менеджменту, психологією праці, психологією наукової творчості, диференційною психологією та ін., які набули статусу самостійних галузей психологічної науки.

Існує тісний міждисциплінарний зв'язок психології вищої школи з педагогікою вищої школи. Як наукова дисципліна педагогіка вищої школи використовує результати досліджень психології вищої школи для психологічного обґрунтування виховання і навчання здобувачів вищої освіти, ефективного розв’язання педагогічних проблем.

Послуговується психологія вищої школи і відомостями професійної педагогіки, загальної педагогіки, методики викладання.

Психологія вищої школи тісно пов’язана з фізіологією. Для розуміння управління фізичним і психічним розвитком здобувачів вищої освіти важливо володіти фізіологічними закономірностями та механізми життєдіяльності організму. Останнім часом посилюється зв'язок психології вищої школи з медициною. Зумовлено це передусім процесами гуманізації вищої освіти, а також необхідністю зміцнення здоров’я здобувачів вищої освіти.

Психологія вищої школи інтерпретує до предмету свого дослідження ідеї соціології, філософії вищої школи, кібернетики.

Таким чином, психологія вищої школи може розв’язувати поставлені завдання тільки у взаємодії з іншими науками.

ТЕМА 2: Загальні засади педагогіки вищої школи

ПЛАН

1. Педагогіка вищої школи в системі педагогічних наук.
2. Предмет та основні завдання педагогіки вищої школи.
3. Підготовка фахівців з вищою освітою.

1. Педагогіка вищої школи в системі педагогічних наук

Система педагогічних наук відображає зв’язки і ставлення, що виникли під час історичного розвитку педагогічних знань, визначає місце кожної з педагогічних наук, її значення для педагогічної практики. На сьогоднішній день педагогічна наука об’єднує до двадцяти педагогічних галузей. Певною мірою вони спираються на структуру та принципи загальної педагогіки, будучі її «дочірніми» і водночас самостійними науками.

Педагогіка вищої школи форммувалась на базі загальної педагогіки. Щоб забезпечити всебічний гармонійний розвиток особистості, треба володіти широким спектром знань про її виховання і навчання. Даними знаннями й оперує педагогіка.

Свою назву педагогіка отримала від грецьких слів «πάιδος » – дитя і «άγο» – веду, тобто «дітоводіння», «дітоводство». Педагогами у Давній Греції називали рабів, які супроводжували дітей рабовласників до навчального закладу.

Поступово слово «педагогіка» стало використовуватись в широкому розумінні для позначення мистецтва «вести дитину по життю», тобто виховувати її до навчання.

До XVII ст. педагогіка розвивалась на тлі філософії. Виокремлення педагогіки в самостійну науку пов'язано з ім'ям великого чеського педагога Яна Амоса Коменського (1592 – 1670). Його головна праця «Велика дидактика» – одна з перших науково-педагогічних книг.

Педагогіка – наука, що вивчає процесі навчання, виховання, розвитку людини. Найважливіші педагогічні категорії – освіта, виховання, навчання.

Освіта – процес засвоєння здобувачами систематизованих знань і формування на їх основі наукового світогляду, розвитку пізнавальних можливостей та результатами цього процесу – досягнення певного рівня освіченості.

Виховання – соціально і педагогічно організований процес формування людини як особистості.

Освіта є впорядкованою, налагодженою системою, яка складається з декількох ланок, між якими існує наступність і черговість. В Україні на сучасних законодавчих засадах функціонує розгалужена і розвинута модель освіти, яка за багатьма якісними і кількісними показниками не поступається рівню розвинутих країн і є конкурентоспроможною на європейському освітньому просторі.

Основним шляхом і засобом здобуття освіти є навчання, в процесі якого реалізовується мета освіти.

Навчання – цілеспрямована взаємодія педагога й здобувачів, у процесі якої засвоюються знання, формуються уміння й навички.

Освіта, виховання і навчання – три найважливіші напрямки педагогічної діяльності, які органічно пов’язані між собою і доповняють самі себе. Їх взаємозв’язок – одна з головних педагогічних закономірностей. Виховна і навчальна діяльність за своєю суттю мають спрямувати, скерувати, організувати індивідуальне становлення людини, формувати її якості та риси згідно з вимогами суспільства.

Основні категорії в різних галузях педагогіки не різняться за назвами, але мають свою специфіку.

Педагогіка – це традиційно об’єднувальна наука про виховання й освіту особистості. І саме на цій базі ґрунтується система педагогічних наук.

Таким чином, загальна педагогіка розробляє загальнотеоретичні, методологічні проблеми, що мають важливе значення для всіх галузей педагогічної практики.

Педагогіка вищої школи тісно пов’язана з історією педагогіки, порівняльною, віковою та професійною педагогікою.

Історія педагогіки вивчає розвиток педагогічної думки протягом тривалого часу, виникнення і розвиток навчально-виховної практики в різні історичні епохи і періоди з метою виявлення закономірностей педагогічних процесів. Педагогічна спадщина минулого є джерелом розвитку педагогіки вищої школи.

Вікова педагогіка досліджує закономірності навчання й виховання, організаційні форми і методи навчально-виховного процесу відносно різних вікових груп. ЇЇ поділяють на дошкільну педагогіку і педагогіку закладу загальної середньої освіти, педагогіку вищої школи, педагогіку дорослих. Остання, відповідно до загальноприйнятої у світовій педагогіці термінології, називається андрагогікою.

Професійні педагогіки вивчають питання підготовки особистості, орієнтованої на конкретну професійну сферу діяльності.

Такимм чином, педагогіка вищої школи має подвійне підпорядкування, оскільки вона є підрозділом у вікової педагогіці, також належить до професійної педагогіки. Порівняльна педагогіка досліджує закономірності функціонування і розвитку освітніх систем в різних країнах шляхом зіставлення. Зміцнюючи й удосконалюючи зв’язки з іншими галузями педагогічних знань, педагогіка вищої школи інтенсивно формується як самостійна наука.

2. Предмет та основні завдання педагогіки вищої школи

Педагогіка вищої школи – наука про закономірності виховання і навчання здобувачів вищої освіти, а також їх професійну і наукову підготовку як спеціалістів відповідно до державних вимог.

Педагогіка вищої школи розкриває закономірності, принципи навчально-виховного процесу у закладах вищої освіти, специфічні проблеми отримання вищої освіти.

Об'єктом педагогіки вищої школи є цілісна система вищої освіти.

Предметом педагогіки вищої школи є педагогічний процес, що реалізовується в закладах вищої освіти, його сутність, закономірності, тенденції і перспективи розвитку. Під педагогічним процесом розуміється свідомо організоване навчання і виховання.

Педагогіка вищої школи ставить перед собою наступпні завдання:

– вироблення теоретичних, методологічних, дидактичних засад професійної підготовки спеціалістів з вищою освітою;

– визначення змісту і рівня вищої освіти;

– педагогічне забезпечення ефективності навчально-виховного процесу у закладах вищої освіти;

– розроблення педагогічних основ професійного становлення викладача;

– формування у викладача умінь і навичок методично-обґрунтованого проведення усіх видів виховної і навчальної діяльності;

– визначення педагогічних умов ефективної навчально-професійної підготовки здобувачів вищої освіти;

– аналіз спеціально-педагогічного фактору, законів і особливостей формування у здобувачів знань, умінь і навичок, розвитку способів інтелектуальних дій, формування ціннісних орієнтирів;

– теоретичне обґрунтування взаємозв’язку навчання, професійної підготовки і науково-дослідницької роботи здобувачів;

– розроблення теоретичних та методичних засад сучасних технологій навчання.

Педагогіка вищої школи може розв’язувати поставлені завдання тільки у взаємодії з іншими науками.

Педагогіка вищої школи має тісні міждисциплінарні зв'язки з психологією, філософією, фізіологією, психологією вищої школи, соціологією. Послуговується педагогіка вищої школи і відомостями юриспруденції, економіки, історії, етнографії та ін.

До прикладу, філософські науки дають змогу педагогіці вищої школи визначити мету виховання, коригувати спрямованість виховання.

Як наукова дисципліна педагогіка вищої школи використовує психологічні знання для трактування, виявлення, систематизації педагогічних чинників.

Розв’язанню педагогічної проблеми підвищення якості знань здобувачів вищої освіти буде сприяти знання про психологічні особливості засвоєння вивченого матеріалу.

Знання закономірностей функціонування нервової системи дає змогу педагогіці конструювати технології навчання.

Зв'язки педагогіки вищої школи з іншими науками впроваджується як взаємовплив, взаємодія, які допомагають глибше проникнути в суть виховання, навчання, розвитку, професійного становлення здобувача як майбутнього спеціаліста з вищою освітою.

Реалізація завдань педагогіки вищої школи формується в процесі її теоретичних досліджень, аналізу реальної педагогічної практики, вивчення передового педагогічного досвіду.

3. Підготовка фахівців з вищою освітою

У статті 5 Закону України «Про вищу освіту» визначено ступені та рівні вищої освіти. Підготовка спеціалістів з вищою освітою відбувається за відповідними освітньо-професійними, освітньо-науковими, науковими програмами на таких рівнях вищої освіти: початковий рівень (короткий цикл) вищої освіти; перший (бакалаврський) рівень; другий (магістерський) рівень; третій (освітньо-науковий) рівень; науковий ступінь.

Здобуття вищої освіти на кожному рівні вищої освіти передбачає успішне виконання особистістю відповідної освітньої або наукової програми, що є підставою для присудження відповідного ступеня вищої освіти: молодший бакалавр, бакалавр, магістр, доктор філософії, доктор наук.

Молодший бакалавр – це освітньо-професійний ступінь, що здобувається на початковому рівні вищої освіти і присуджується закладом вищої освіти у результаті успішного виконання здобувачем вищої освіти освітньої-професійної програми, обсяг якої становить 90-120 кредитів ЄКТС. Людина має

право здобувати ступінь молодшого бакалавра за умови наявності в неї повної загальної середньої освіти.

Бакалавр – це освітній ступінь, що здобувається на першому рівні вищої освіти та присуджується закладом вищої освіти у результаті успішного виконання здобувачем освітньо-професійної програми, обсяг якої становить 180-240 кредитів ЄКТС. Обсяг освітньо-професійної програми для здобуття ступеня бакалавра на основі ступеня молодшого бакалавра визначається закладом вищої освіти. Людина має право здобувати ступінь бакалавра за умови наявності в неї повної загальної середньої освіти.

Магістр – це освітній ступінь, що здобувається на другому рівні вищої освіти та присуджується закладом вищої освіти у результаті успішного виконання здобувачем відповідної освітньої програми. Ступінь магістра здобувається за освітньо-професійною або за освітньо-науковою програмою. Обсяг освітньо-професійної програми підготовки магістра становить 90-120 кредитів ЄКТС, обсяг освітньо-наукової програми – 120 кредитів ЄКТС. Освітньо-наукова програма магістра обов'язково включає дослідницьку (наукову) компоненту обсягом не менше 30 відсотків. Людина має право здобувати ступінь магістра за умови наявності в неї ступеня бакалавра.

Доктор філософії – це освітній і водночас перший науковий ступінь, що здобувається на третьому рівні вищої освіти на основі ступеня магістра. Ступінь доктора філософії присуджується спеціалізованою вченою радою закладу вищої освіти або наукової установи в результаті успішного виконання здобувачем відповідної освітньо-наукової програми та публічного захисту дисертації у спеціалізованій вченій раді. Нормативний строк підготовки доктора філософії в аспірантурі (ад'юнктурі) становить чотири роки. Обсяг освітньої складової освітньо-наукової програми підготовки доктора філософії становить 30-60 кредитів ЄКТС.

Кредит ЄКТС – одиниця вимірювання об'єм навчального навантаження здобувача вищої освіти, необхідного для досягнення визначених результатів навчання. Об'єм одного кредиту ЄКТС становить 30 годин. Навантаження одного навчального року за денною формою навчання становить 60 кредитів ЄКТС.

Доктор наук – це другий науковий ступінь, що здобувається людиною на науковому рівні вищої освіти на основі ступеня доктора філософії і передбачає набуття найвищих компетентностей у галузі впровадження і розроблення методології дослідницької роботи, проведення оригінальних досліджень, отримання наукових результатів, які забезпечують розв'язання важливої теоретичної або прикладної проблеми, мають загальнонаціональне або світове значення та опубліковані в наукових виданнях.

ТЕМА 3: Педагогічна діяльність і функції викладача вищої школи

ПЛАН

1. Особливості педагогічної діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу.
2. Основні функції та напрями діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу.
3. Психолого-педагогічна структура діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу.
4. Вимоги до особистості науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу.

1. Особливості педагогічної діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу

Педагогічна діяльність у закладі вищої освіти спрямована на підготовку висококваліфікованого спеціаліста, здатного знайти своє місце на ринку праці, активно включитися у суспільну, політичну, культурну та інші сфери життя суспільства.

Педагогічна діяльність передбачає безпосередні контакти із здобувачами. Об'єктом педагогічного впливу у закладі вищої освіти є здобувачі із певними потребами, задатками, нахилами, волію, почуттями.

Педагогічну діяльність у закладі вищої освіти здійснюють викладачи. Це люди, які за основним місцем роботи у закладах вищої освіти провадять методичну, навчальну, наукову діяльність.

Педагогічна діяльність педагогічних працівників закладу вищої освіти вимагає переходу від розгалужених знань до єдиного органічного сплаву психолого-педагогічних знань, які мають систематизований і комплексний характер. У цьому сплаві немає розподілу на окремі наукові дисципліни. Актуалізується весь наявний арсенал знань, які забезпечують виконання конкретного завдання педагогічної діяльності.

Педагогічна діяльність викладачів має динамічний характер. Здобувачі вищої освіти постійно розвиваються, змінюються. Завдання викладача полягає у вчасному виявлені цих змін і відповідному реагуванню на них.

Педагогічна діяльність передбачає безпосередні контакти зі здобувачами вищої освіти. У процесі такого спілкування викладач впливає на них не тільки своїми знаннями, а й емоційно-вольовими здібностями, світоглядом тощо.

Ще однією особлівостю педагогічної діяльності є те, що педагогічний працівник працює не тільки з окремими здобувачами вищої освіти, а й з колективами академичних груп, курсів, які є об'єктами і суб'єктами виховання й навчання. Це вимагає від викладача володіння методикою застосування виховного впливу на колектив.

Головне завдання педагога – виховувати, навчати, розвивати здобувачів вищої освіти. Тому основними функціями викладача закладу вищої освіти є виховна, навчальна та розвивальна.

Сутність навчальної функції – в організації процесу засвоєння знань здобувачами вищої освіти. Педагог закладу вищої освіти як носій знань передає їх здобувачам вищої освіти, формує вміння самоорганізації навчально-виховної діяльності.

Сутність розвивальної функції – у створенні сприятливих умов для розвитку творчого потенціалу здобувача вищої освіти, його саморозкриття, самореалізації через творчість.

Виховна функція полягає в тому, щоб загальнолюдські, національні цінності вкоренилися у свідомості і поведінці здобувачів вищої освіти.

Цими функціями визначаються головні чинники педагогічної діяльності: психолого-педагогічна, науково-предметна, культурно-просвітницька.

Для успішного виконання своїх функцій педагог має бути оратором, організатором, аналітиком, психологом, компетентним спеціалістом у своїй галузі знань. Від нього вимагаються великі фізичні, розумові, емоційно-вольові затрати.

2. Основні функції та напрями діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу

Викладач закладу вищої освіти свою педагогічну діяльність здійснює у кількох напрямах: методична, навчальна, виховна, дослідницька.

Визнавчальною функцією праці педагога є навчальна діяльність, яка спрямована на організацію процесу навчання відповідно до нормативних документів. Вона поєднує теоретичну складову, пов’язану з розкриттям сутності науки, нових закономірностей і практичну, яка спрямована на розв’язання педагогічних завдань.

Види навчальних занять, що входять до навчального навантаження науково-педагогічного працівника відповідно до його посади, встановлюються вищим навчальним закладом в індивідуальному плані працівника.

З навчальною роботою тісно пов’язана методічна діяльність щодо підготовки навчально-виховного процесу, його забезпечення та удосконалення. До неї відносять: підготовку до навчальних занятть; розроблення, написання конспектів лекцій, збірників вправ, методичних матеріалів з курсових і дипломних робіт, методичних розробок; поточну роботу щодо підвищення педагогічної кваліфікації; складання, екзаменаційних білетів, тематики курсових робіт, завдань для самостійної позааудиторної роботи тощо.

Важливе місце в діяльності педагогічного працівника закладу вищої освіти належить організаційно-методичної роботі: підготовка матеріалів на засідання кафедри, організація педагогічної практики, робота з підготовки науково-методичних матеріалів та ін.

У процесі методичної роботи підвищується рівень майстерності самого педагога: він засвоює зміст нових навчальних програм, технологій і реалізовує їх; вивчає і впроваджує передовий педагогічний досвід; постійно ознайомлюється з досягненнями психолого-педагогічних наук і методик викладання навчальних дисциплін; улосконалює власні навички самоосвіти тощо.

Викладачі підвищують кваліфікацію та проходять стажування у відповідних наукових і освітньо-наукових установах як в Україні, так і за кордоном.

Педагогічна діяльність викладача має поєднуватися з науково-дослідницькою діяльністю, яка підвищує науковий рівень знань, розвиває творчий потенціал, збагачує внутрішній світ.

Виховну діяльність педагог здійснює передусім у процесі навчання, використовуючи потенційні можливості навчальних дисциплін, а також під час спілкування у позанавчальний час. Педагогічний працівник реалізує виховну функцію через кураторську роботу, керівника клубу, проведення екскурсій, вечорів тощо.

3. Психолого-педагогічна структура діяльності науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу

Психолого-педагогічна структура діяльності – система дій педагогічного працівника, яка спрямована на досягнення поставленої мети через реалізацію педагогічних завдань.

У цій схемі виокремлюють наступні функціональні складові: конструктивний, гносеологічний, організаційний, комунікативний.

Гносеологічна складова охоплює вивчення кожного здобувача вищої освіти сфери застосування методів виховання й навчання; вивчення інструкцій та методичних вказівок; аналіз власного досвіду і досвіду інших викладачів, самоосвіту та самовиховання. Гносеологічна складова передбачає отримання нових знань про закони і механізми функціонування педагогічної системи.

Конструктивна складова передбачає добір і композицію навчальної інформації, яку слід довести до здобувачів; планування діяльності щодо цієї інформації; проектування власної діяльності і поведінки для взаємодії зі здобувачами.

Молодим викладачам слід передусім навчитися конструювати навчальний матеріал, виділяти в ньому головне і правильно розподіляти за часом, щоб цей матеріал легко сприймався аудиторією.

Організаційна складова передбачає: структурування інформації в процесі її повідомлення здобувачам вищої освіти, організацію різних видів діяльності здобувачів так, щоб результати відповідали цілям системи; організацію власної діяльності і поведінки в процесі безпосередньої взаємодії із здобувачами.

Комунікативна складова передбачає налагодження педагогічно доцільних стосунків із здобувачами, колегами, керівництвом.

У відповідності з психологічною структурою діяльності педагогічний працівник закладу вищої освіти повинен оволодіти наступними вміннями:

– *гностичними вміннями:* отримувати нові знання з різних джерел, з досліджень власної діяльності, аналізувати педагогічні ситуації, здійснювати пошукову, евристичну діяльність;

– *проєктивними вміннями:* здійснювати перспективне планування; передбачати можливі результати від рішення системи педагогічних завдань, проєктувати зміст навчальної дисципліни, власну педагогічну діяльність,

навчальний процес, різноманітні підходи до технологій навчання, використовувати інноваційні системи навчання;

– *конструктивними вміннями:* відбирати та структурувати інформацію до щойно розроблених навчальних дисциплін, відбирати форми організації, засоби і методи навчання, здійснювати контроль за навчальною діяльністю здобувачів вищої освіти;

– *організаторськими вміннями:* організовувати групову та індивідуальну роботу здобувачів вищої освіти з урахуванням всіх чинників, управляти психічним станом здобувачів на заняттях, діагностувати пізнавальні можливості і результати пізнання, здійснювати корекцію навчальної діяльності на основі реалізації принципу індивідуалізації;

– *комунікативними вміннями:* будувати взаємодію, взаємовідносини між викладачами і здобувачами вищої освіти для ефективної організації виховного процесу і досягнення позитивних результатів, встановлювати доброзичливі відносини, мотивувати учасників навчально-виховного процесу до майбутньої діяльності та ін.

4. Вимоги до особистості науково-педагогічного працівника вищого навчального закладу

Особливості педагогічної діяльності у закладі вищої освіти передбачають певні вимоги до особистості викладача:

– постійно підвищувати педагогічну майстерність, професійний рівень, наукову кваліфікацію;

– забезпечувати високий методичний і науково-теоретичний рівень викладання дисциплін;

– дотримуватись норм педагогічної моралі, етики, поважати гідність осіб, які навчаються у закладах вищої освіти, прививати любов до Батьківщини, виховувати їх в дусі українського патріотизму і поваги до Конституції України;

– дотримуватись законів, статуту та правил внутрішнього розпорядку закладу вищої освіти;

– досконале володіти своїм предметом, добре орієнтуватися в суміжних дисциплінах;

– майстерне володіти методикою викладання, управління навчально-пізнавальною діяльністю здобувачів вищої освіти;

– бути живим взірцем чеснот.

Викладач повинен володіти педагогічною культурою, яка дозволяє йому орієнтуватися у багатомірному просторі міждисциплінарних проблем, уявляти взаємозв’язок закономірностей пізнання та педагогічної діяльності, адекватно сприймати зміни у професійній діяльності.

Пріоритетної уваги потребують ключеві компетентності викладача вищої школи.

Міжнародна комісія Ради Європи розглядає поняття компетентності як загальні або ключеві вміння, фундаментальні шляхи навчання, базові вміння, ключові кваліфікації, ключеві уявлення, опори або опорні знання.

Педагог вищої школи має реалізовувати наступні вимоги:

– *висока професійна компетентність* – глибокі знання й широка ерудиція у науково-предметній галузі, володіння інноваційною тактикою і стратегією, нестандартне мислення, креативність, методами вирішення творчих завдань;

– *педагогічна компетентність* – ґрунтовні знання психології і педагогіки, зокрема андрагогіки, володіння сучасними методами, медико-біологічних аспектів інтелектуальної діяльності, засобами й технологіями навчання;

– *соціально-економічна компетентність* – знання глобальних процесів розвитку цивілізації та функціонування сучасного суспільства, також основ менеджменту, соціології, економіки, права;

– *комунікативна компетентність* – володіння іноземними мовами, культура мови, сучасними інформаційними технологіями, ефективними методами і прийомами міжособистісного спілкування.

За своїм статусом саме викладач визначає характер педагогічної взаємодії, а тому має володіти низкою таких морально-комунікативних якостей як високий рівень загальної і психологічної культури, гуманістична спрямованість, чесність і ясність у взаєминах із людьми, інтерес до розвитку потенційних можливостей здобувачів і потреба в педагогічній взаємодії з ними, безумовне прийняття їх як особистостей.

Розкриттю та реалізації внутрішніх можливостей викладача в напрямку його успішної педагогічної діяльності сприяє позитивна «Я-концепція». Якщо педагогічна діяльність здійснюється в гармонії з ціннісними орієнтаціями, сенсом і цілями діяльності, то вона буде для педагога не тільки престижною, але й дійсно суспільно значущою.

ТЕМА 4: Форми організації навчального процесу у вищих навчальних закладах

ПЛАН

1. Функції, типологія, дидактична структуру лекції.
2. Дидактичні основи семінарських занять.
3. Дидактичні основи практичних занять.
4. Дидактичні основи консультацій, індивідуальних занять.

1. Функції, типологія, дидактична структуру лекції

Лекція (від лат. *lectio* – читання) у сучасній дидактиці, слід розглядати як одну з провідних і основних форм організації навчального процесу у закладі вищої освіти.

Лекція являє собою найбільш оперативне й ємне подання професійної інформації, її головна мета – формування орієнтовної основи для подальшого засвоєння здобувачами вищої освіти навчального матеріалу.

Вона покликана формувати у здобувачів основи знань з певної професійної галузі, а також визначати напрямок, основний зміст і характер усіх інших видів навчальних занять та самостійної роботи з належної навчальної

дисципліни. Лекція також покликана розвивати і формувати методологічне, науково-професійне мислення здобувачів, їх загальну культуру.

Як правило, лекція є складовою курсу навчального предмету, який охоплює основний теоретичний матеріал кількох тем навчальної дисципліни.

Об'єм лекційного курсу визначається навчальним планом (робочим навчальним планом), а його тематика – програмою навчальної дисципліни. Викладач має дотримуватися програми навчальної дисципліни щодо тем лекційних занять, але не обмежуватися у трактуванні навчального матеріалу, у засобах і формах подачі його до здобувачів.

У процесі лекції педагог послідовно і системно викладає і пояснює навчальний матеріал. Високий рівень проведення лекцій у закладі освіти є чинником активізації самостійної творчо-пошукової діяльності здобувачів, формування його світоглядних позицій і прагнення до високого професіоналізму.

Лекція як одна із форм організації навчання виконую наступні функції:

– *інформаційна:* лекція є джерелом адаптованої для здобувачів наукової інформації;

– *орієнтувальна:* лекція орієнтує в науковій літературі показом генезису теорій ідей;

– *пояснююча:* насамперед це стосується основних наукових понять, які варто засвоїти здобувачам, через формування цих понять у свідомості здобувачів;

– *переконлива:* виконується передусім через доказові твердження лектора; слушність положень, що висовуються на лекції, забезпечуються реальними фактами та логікою викладу матеріалу;

– *стимулююча:* матеріал, поданий у лекції, збуджує інтерес здобувачів до подальшого вивчення теми;

– *розвиваюча:* лектор, ознайомлюючи здобувачів вищої освіти із навчальним матеріалом, дає оцінку науковим явищам, спонукає аудиторію до роздумів, що сприяє розвитку творчого і логічного мислення;

– *виховна:* насамперед це стосується виховання здібностей особистості, розвитку пізнавального і професійного інтересу.

Всі функції лекції взаємопов’язані між собою.

Провідними принципами лекції вважаються: принципи доступності, науковості, проблемності, наступності, системності, мотивації навчання, активності, поєднання теорії і практики, професійної спрямованості, наочності. Ці принципи набувають розвитку при визначенні гггооловних структурних чинників лекції:

1. *Вступна частина.* Ознайомлення з темою і планом лекції, формування мети та завдань лекції, стисла характеристика проблеми, ознайомлення з переліком рекомендованої літератури, мотивація навчання, актуалізація опорних знань.

2. *Основна частина.* Розкриття теми лекції в логічній послідовності відповідно до заявленого плану й авторського тлумачення проблеми.

3. *Заключна частина.* Висновки й узагальнення, що підбивають підсумки лекції, дають можливість осмислити лекцію в цілому, виділити основну ідею; відповіді на запитання здобувачів, установка та завдання для самостійної пошукової роботи, методичні поради.

Типологія лекцій здійснюється за науковим рівнем, загальною метою, дидактичними завданнями, за способом викладання матеріалу.

Типологія лекцій за науковим рівнем: академічні, популярні.

Типологія лекцій за дидактичними завданням: вступні, установчі, поточні, заключно-узагальнюючі, підсумкові, оглядові, інструктивні.

Типологія лекцій за способом викладання матеріалу: бінарні, лекції – конференції, лекції – діалоги, проблемні.

Основними вимогами, які ставляться до лекції є:

– спрямованість на досягнення мети виховання, навчання, розвитку;

– високий теоретичний рівень інформації, посилання на законодавчі та нормативні акти, на нові досягнення науки;

– розкриття наукових засад і принципів курсу;

– органічний зв'язок теорії з практикою, зосередження уваги здобувачів на питаннях, які реалізовуються, або будуть вирішуватися на тлі сучасних вимог;

– рекомендації до поглибленого самостійного вивчення різних тем, які необхідні для практичної роботи;

– зв’язок з текстом посібника або навчального підручника з курсу.

2. Дидактичні основи семінарських занять

Семінар (від лат. – *seminarium* розсадник знань) – це форма організації навчального процесу, при який викладач організовує дискусію навколо попередньо визначених тем, до яких здобувачі готують тези виступів на підставі індивідуально виконаних завдань.

Семінарське заняття дозволяє ефективно формувати вміння здобувачів самостійно працювати. При цьому здобувачам надається можливість активно оперувати знаннями, набутими на лекції, а також у процесі самостійної роботи з рекомендованою літературою. На семінарському занятті допустимі дискусії, обговорення, аргументація тощо, що дозволяє здобувачам більш осмислено і міцно засвоювати зміст теми. Семінар – це живий творчий процес.

Семінарське заняття є засобом розвитку у здобувачів культури наукового мислення. Семінар призначений для поглибленого вивчення дисципліни, оволодіння методологією наукового пізнання. Головна мета семінарських занять – дати можливість здобувачам сформувати вміння та навички застосовувати спеціальні знання, враховуючи особливості галузі науки, яка вивчається; контролювати рівень засвоєння знань з боку педагога.

Відповідно до поставленої мети визначають завдання семінарських занять:

– систематизувати, закріпити, розширити та поглибити знання здобувачів, отриманих раніше на лекціях;

– поєднувати лекційну форму організації процесу навчання з самостійною роботою здобувачів над підручниками, посібниками, першоджерелами, їх теоретичну підготовку з практичною;

– сформувати і розвивати у здобувачів навички самостійної роботи;

– навчати здобувачів творчо працювати над посібниками і підручниками;

– навчити здобувачів готувати доповіді, виступи, повідомлення з окремих питань, доповідати на заняттях;

– сформувати у здобувачів вміння і навички розумової праці;

– пробуджувати у здобувачів інтерес до наукової роботи в галузі певної науки, залучати їх до досліджень, які проводить кафедра, до наукової роботи студентських гуртків;

– систематично контролювати роботу здобувачів і перевіряти їхні знання, уміння і навички з окремих тем і розділів програми.

Семінарське заняття доцільно будувати за наступною схемою:

1. *Вступна частина.* Оголошення теми, розкриття її актуальності, ознайомлення з планом семінарського заняття.

2. *Основна частина.* Обговорення питань плану семінарського заняття у формах активної бесіди, розв’язання проблемної ситуації або чіткої усної відповіді з основних питань матеріалу.

Під час проведення семінарського заняття педагогічний працівник стежить за тим, щоб створена атмосфера доброзичливості та взаємного довір'я, вільного обміну думками, співробітництва та співдружності. Активізація навчально-пізнавальної діяльності здобувачів на семінарі залежить від вільного вибору опонентів, створення проблемних ситуацій, розгортання дискусій.

3. *Заключна частина.* Підведення підсумків, аналіз виступів окремих здобувачів і роботи всієї групи, оцінювання їхніх знань, зауваження, побажання педагогічного працівника здобувачам щодо підвищення рівня підготовки до наступного семінару.

Залежно від мети, завдань і змісту навчальної дисципліни, якими керується педагог у своїй роботі, сучасна дидактика виділяє наступні типи семінарських занять:

– семінари, що мають на меті поглиблене вивчення певного систематичного курсу і тематично пов’язані з ним;

– семінари, що передбачають ґрунтовне опрацювання окремих найбільш важливих і типових методологічних тем курсу чи однієї теми;

– семінари дослідницького характеру, що не залежать своєю тактикою від лекцій і передбачають поглиблену розробку окремих проблем конкретної галузі науки.

У системі семінарських занять треба уникати одноманітності їх проведення. Тому за формою проведення сучасна дидактика пропонує наступні типи семінарських занять:

– випереджувальні проводяться перед вивченням невеликої за об’ємом та нескладної за змістом теми;

– вступні семінари: спираються на набутий здобувачами досвід та їхні знання;

– навчальні семінари проводиться в процесі вивчення теми та ставить за мету поглибити знання, сформувати уміння та навички в здобувачів застосовувати теоретичні знання у практичній діяльності; усунути ті прогалини у навчальних досягненнях здобувачів, які існують у засвоєнні теми;

– оглядові семінари: передбачають самостійний огляд здобувачів усієї теми;

– підсумкові семінари проводяться після вивчення складної за змістом та великої за об’ємом теми чи розділу навчальної програми;

– пошукові семінари передбачають дослідницьку діяльність здобувачів у групах, а потім колективний пошук за найбільш цікавими і важливими проблемами;

– семінари-консультації: проходять за зразком «запитання – відповідь» і наперед запланованої дискусії;

– семінари-екскурсії: проводяться за раніше визначеним планом на об’єкті, особливості якого вивчаються;

– комплексні семінари, це продуктивна форма організації навчання, що дозволяє узагальнити знання здобувачів із різних тематичних циклів.

Саме на семінарських заняттях найкраще впроваджується принцип спільної діяльності у процесі групової навчальної роботи, який передбачає колективні зусилля для розв’язання того чи іншого складного питання. Крім того, семінарські заняття дають змогу ближче познайомитися зі здобувачами, донести до них потрібну інформацію, а відтак перевірити, як вони засвоїли її, як користуються нею в навчальній та науковій роботі.

В процесі проведення семінарських заняття реалізується диференційований підхід у навчанні з урахуванням індивідуальних особливостей здобувачів.

3. Дидактичні основи практичних занять

Практичне заняття (від. лат. *prakticos* – діяльний) – це вид навчальних занять, на якому викладач організує детальний розгляд здобувачами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни та формує вміння і навички їх практичного застосування через індивідуальне виконання відповідно до сформульованих завдань.

Практичне заняття ставить за мету на основі засвоєних системних знань включати здобувачів у різні види самостійної діяльності – інтелектуальної, практичної та предметної.

Практична діяльність здобувачів забезпечує використання ними знань, умінь та навичок у різних ситуаціях. Предметна діяльність – це маніпуляція матеріальними об'єктами. Інтелектуальна діяльність здобувачів у процесі виконання практичної роботи – це бачення та виправлення своїх помилок, перенесення знань з одного предмету на інший, моделювання і діагностування навчально-пізнавальної діяльності.

Основна дидактична мета практичного заняття полягає у поглибленні, розширенні, систематизації та деталізація наукових знань, отриманих здобувачами на лекціях, семінарських заняттях й в процесі самостійної роботи і які спрямовані на підвищення рівня засвоєння навчального матеріалу,

вироблення вмінь і навичок професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, розвиток наукового мислення.

Найважливішим завданням практичного заняття є формування практичної підготовленості майбутніх спеціалістів, які містять наступні складові:

– уміння й навички інтелектуальної діяльності;

– уміння й навички фахової діяльності;

– уміння й навички соціального спілкування, роботи з групою.

Основними функціями практичних занять є:

– формування інтелектуальних умінь та навичок планування, опанування діючою технікою, аналізу і узагальнень, вироблення навичок управління і користування нею;

– формування умінь аналізувати й застосовувати отримані знання для реалізації практичних завдань;

– накопичення первинного досвіду професійної діяльності;

– оволодіння науковим апаратом роботи з літературними джерелами тощо.

Дидактична структура практичного заняття:

1. *Вступна частина.* Педагог нагадує мету і завдання заняття, визначає форми роботи на занятті, час на проведення окремих видів роботи, тобто надає заняттю конструктивно-прагматичного характеру, зацікавлює аудиторію.

Іноді практичні заняття починаються з короткого узагальнення найголовніших науково-теоретичних положень, які мають слугувати висхідним моментом в роботі здобувачів. Після узагальнення викладач має дати відповіді на окремі питання, які виникли у здобувачів.

2. *Основна практична частина* – це реалізація практичної роботи. Викладач має чітко визначити завдання, ознайомити здобувачів з прийомами виконання практичної роботи, допомогти їм усвідомити алгоритм дій, методами самостійної діяльності, провести із здобувачами інструктаж щодо дотримання техніки безпеки.

Педагогу варто контролювати хід виконання практичних завдань, вчасно приходити на допомогу здобувачам, не обмежуючи їх активності та самостійності. При цьому інструктаж педагога має бути зрозумілим та конкретним.

3. *Заключна частина.* Підведення підсумків практичного заняття, оцінювання якості виконання практичної роботи.

Зміст практичного заняття зумовлюється специфікою навчальних дисциплін. На практичних заняттях здійснюється переклад теорії на мову практичних завдань та ситуацій, тому вони мають усувати суперечності між абстрактним характером предмету навчальної діяльності і реальним предметом фахової діяльності.

Практичні заняття незалежно від їх конкретних особливостей значною мірою забезпечують відпрацювання умінь і навичок прийняття практичних рішень у реальних умовах професійної діяльності. Саме практичні заняття

мають на меті навчити здобувачів розв’язувати специфічні завдання за профілем своєї спеціальності.

4. Дидактичні основи консультацій, індивідуальних занять

Консультація (від. лат. *cosultatio* – звертання за порадою) – це специфічна форма організації навчального процесу, яка проводиться перед контрольними заходами, її мета – усунути прогалини в знаннях, уміннях та навичках здобувачів, попередити можливі помилки, визначити головне та акцентувати на ньому увагу здобувачів.

Консультація також проводиться перед конференцією, диспутом, семінарськими заняттями, навчальною екскурсією. Вона призначена на надання цільової педагогічної допомоги у самостійної роботі здобувачів із кожної навчальної дисципліни, надання допомоги в засвоєнні окремих тем чи розділів певного курсу, а також у поглибленому вивченні дисципліни.

Найчастіше консультації пов’язуються з підготовкою до екзаменів.

Консультація передбачає надання здобувачам потрібної допомоги у засвоєння теоретичних і виробленні практичних умінь і навичок, відповіді викладача на питання або пояснення окремих теоретичних положень чи аспектів їх застосування. За спрямованістю вона має скеруватися на допомогу здобувачам в оволодінні методологією теми чи розділу, а також методами самостійної роботи.

Зміст, форми і методи проведення консультації зумовлюються її метою, завданнями, особливостями навчальної дисципліни.

Організація спільної діяльності викладача та здобувачів на консультації допустима в наступних варіантах:

– викладач визначає коло питань, які слід розглянути на консультації, ставить їх здобувачам, допомагає знайти оптимальні відповіді на них;

– здобувачі задають питання з теми, а педагог разом з іншими здобувачами дають на них відповіді;

– частину питань, ставить викладач, підводить здобувачів до необхідності постановки та з'ясування низки інших питань, дає відповіді на них.

Консультуючи, педагог може не давати відповідей, а спрямовувати пізнавальну діяльність здобувачів так, щоб вони самостійно зрозуміли питання, розв’язали складне завдання.

Консультації проводять педагог, який викладає навчальну дисципліну. Кількість годин на консультації визначається навчальними планами і індивідуальними планами педагогічного працівника.

Форми проведення консультацій різноманітні: групові, колективні, індивідуальні.

Найбільш поширеною схемою побудови консультації є бінарна пара: запитання – відповідь. Іноді консультації протикають у вигляді бесіди педагога із здобувачами з порушених ними питань.

Кожен викладач має планувати та проводити консультації, враховуючи при цьому особливості матеріалу навчальної дисципліни й особистісну специфіку кожного здобувача.

У процесі спостереження та аналізу заняття-консультації доцільно акцентувати увагу на наступних параметрах:

– педагогічна доцільність визначення теми, мети та завдань консультації, шляхів їх реалізації;

– виявлення і зосередження уваги здобувачів на головному та істотному;

– раціональність вибору та реалізації змісту навчального матеріалу, форм, засобів та методів навчання, які спрямовані на усунення прогалин у знаннях;

– врахування специфіки форм організації навчання;

– оптимальність технології проведення консультації: повідомлення теми, мети та завдань заняття, технологія його проведення, організація діяльності педагога та здобувачів;

– результативність консультації.

Індивідуальне навчальне заняття проводиться з окремими здобувачами з метою підвищення рівня їх підготовки та розкриття потенційних творчих здібностей. Цей від заняття організовується за окремим графіком з урахуванням індивідуального навчального плану здобувачів.

Види, методи, об'єм проведення індивідуальних занять, методи й форми поточного і підсумкового контролю визначаються індивідуальним навчальним планом здобувачів.

ТЕМА 5: Сучасні технології навчання у вищому навчальному закладі

ПЛАН

1. Технологія навчання як педагогічна категорія.
2. Технологія проблемного навчання.
3. Технологія модульного навчання.

1. Технологія навчання як педагогічна категорія

Етимологія слова «технологія» означає «знання обробки матеріалу» (*techne* – мистецтво, ремесло, наука + *logos* – поняття, вчення). Технологія передбачає також і мистецтво володіння процесом. Технологічний процес завжди передбачає певну послідовність операцій з використанням потрібних засобів і умов.

У середині 60-х років XX століття визначилося два напрямки тлумачення поняття «технологія навчання»:

– технологія навчання як застосування технічних засобів і програмованого навчання;

– технологія навчання як засіб підвищення організації навчального процесу.

Технологія навчання – це концептуальний, системний, об’єктивний, інваріантний опис діяльності викладача й здобувачів, який спрямований на досягнення навчальної мети.

Технологія навчання – системна категорія, структурними факторами якими є: мета навчання, засоби педагогічної взаємодії викладача та здобувачів, організація навчально-виховного процесу.

У понятті «технологія навчання», можливо виділити загальні характеристики:

– основою технології навчання є процес навчання;

– технологія навчання передбачає системний підхід до побудови процесу навчання;

– в технології навчання має бути опис структури навчально-пізнавальної діяльності здобувачів, а також засобів управління або самоуправління цією діяльністю.

На сьогодні немає чітко зафіксованої класифікації технологій навчання, однак виділено дві градації – традиційні й сучасні технології.

Традиційні технології базуються на інформаційній моделі освіти.

Класична традиційна інформаційна модель освіти, дала відносно стрункy, ієрархічну систему знань про світ. Вона реалізовувала формування базових знань, умінь і навичок, що дозволяють індивіду перейти до самостійного засвоєння знань, цінностей і умінь більш високого рангу у порівнянні з засвоєним.

Традиційні технології спираються на репродуктивний стиль навчання. Особливостями традиційної технології є: орієнтація на середнього здобувача, методи навчання ґрунтуються на повідомленні готових знань, навчання здійснюється за зразком, переважає вербальний виклад навчального матеріалу. Процес навчання як діяльність характеризується низьким рівнем самостійності та мотивації навчальної праці.

Позитивні сторони: організаційна чіткість, упорядкована, логічно правильна подача навчального матеріалу, оптимальні витрати ресурсів при масовому навчанні.

Головною функцією педагога є створення умов для того, щоб освітній процес став творчістю особистості здобувача, який самостійно займається своєю самоосвітою.

Велика кількість викладачів вишів розуміють під сучасними технологіями навчання такі, що орієнтовані на розвиток творчих здібностей здобувачів, удосконалення методики організації самостійної роботи, інтелектуалізацію навчально-виховного процесу, інтенсивне використання комп’ютерної техніки.

Основні якості сучасних технологій навчання є:

– концептуальність;

– системність;

– керованість;

– спрямованість на розвиток особистості здобувача.

До сучасних технологій навчання належать технологія проблемного навчання, технологія модульного навчання. Орієнтир у виборі технологій навчання один: позитивний, кінцевий результат роботи.

2. Технологія проблемного навчання

Процес виховання творчої людини розглядається як пріоритетний напрямок в Болонських перетвореннях вищої освіти. Стратегічні завдання реформування вищої освіти, які націлені на удосконалення і підвищення рівня

її якості, розробляються з позицій розвитку творчих якостей здобувачів, а творча людина розглядається як конкурентоспроможна особистість.

Виникає проблема побудови динамічної моделі педагогічного управління та самоуправління здобувачами в навчальній діяльності, в якої засоби та методи прямого та оперативного управління педагога поступово трансформувались в посереднє та перспективне управління.

Така модель може бути створена на основі технології проблемного навчання. Теорія проблемного навчання грунтується на ідеї відомого психолога С.Л. Рубінштейна про спосіб розвитку свідомості особистості через рішення пізнавальних проблем.

Основна функція проблемного навчання – засвоєння досвіду творчої роботи. На відмінну від традиційної технології, якої властиве подання готових знань педагогом з розрахунком на запам'ятовування їх здобувачами, технологія проблемного навчання активізує мислення, спрямовує особистість на творчий пошук істини в процесі навчальної діяльності.

У структурі навчання домінують діалогові конструкції та пізнавальні завдання, що обумовлюють систематичне створення педагогічним працівником проблемних ситуацій, організацію діяльності здобувачів щодо реалізації проблем.

Новизна матеріалу і протиріччя є умовою виникнення проблемної ситуації. Саме вони викликають у здобувача певну емоційну реакцію, подив, інтелектуальне утруднення, потребу довідатися та інші інтелектуально-емоційні переживання. Якщо здобувач буде шукати відповіді на питання, які виникають, а тим більше – знаходити відповіді й обґрунтовувати правильність кожної, – це буде реальним процесом розвитку його мислення. Це і є проблемне навчання, обумовлене побудовою навчального матеріалу.

Основними умовами його проблемного вивчення можна вважати наявність у навчальному матеріалі:

– елементів новизни;

– певного рівня проблемності знання;

– протиріччя між відомим і новим знанням у вигляді суперечливих фактів.

Схема побудови технології проблемного навчання виглядає наступним чином:

– постановка педагогом проблемного завдання, що створює у здобувачів проблемну ситуацію;

– усвідомлення, прийняття і вирішення проблеми, у процесі чого здобувачі опановують узагальненими способами оволодіння новими знаннями;

– застосування даних способів для вирішення конкретних завдань.

М.І. Махмутов пропонує різні типи та способи створення проблемних ситуацій у навчальному процесі:

– усвідомлення здобувачами недостатності попередніх знань для пояснення нового факту;

– зіткнення здобувачів з необхідністю використання раніше засвоєні знання у нових практичних умовах;

– суперечність між теоретично-можливим шляхом вирішення завдання та практичною нездійсненністю обраного способу;

– суперечність між практично досягнутим результатом виконання навчального завдання і відсутністю у здобувачів знань для його теоретичного обґрунтування.

На основі узагальнення передового досвіду впровадження різних типів проблемних ситуацій можна вказати наступні способи їхнього створення:

– спонукання здобувачів до пояснення явищ, фактів, зовнішньої невідповідності між ними чи протиріч;

– постановка проблемних завдань на пояснення явищ, сутності досліджуваного, поняття як пошуку способів його практичного застосування;

– спонукання здобувачів до аналізу фактів і явищ дійсності, що породжують протиріччя між життєвими уявленнями і науковими поняттями про дані факти;

– спонукання здобувачів до зіставлення, порівняння і протиставлення висновків, фактів, явищ, правил, дій;

– ознайомлення здобувачів з фактами, які мають непояснювальний характер і які призвели до постановки наукової проблеми;

– організація міжпредметних зв'язків з метою використання висновків однієї науки для пояснення висновків іншої науки і т.п.

Таким чином, виникнення проблемної ситуації та її аналіз ведуть до усвідомлення суті постановки проблеми. Навчальна проблема розуміється як словесне вираження змісту проблемної ситуації, яка виникла у свідомості здобувача через протиріччя між невідомим способом пояснення нового факту і його колишнім знанням. Вихід з проблемної ситуації завжди пов'язаний з усвідомленням проблеми, її мовним формулюванням. Тут чітко видна послідовність: спочатку проблемна ситуація, а потім – проблема.

У практиці навчання часто зустрічається й інша послідовність: постановка самої проблеми «збігається» з виникненням проблемної ситуації. Інакше кажучи, формулювання проблеми у вигляді питання, що містить суперечливість фактів, суджень, теоретичних положень, звичайно й викликає проблемну ситуацію.

Навчальна проблема має багато спільного з науковою проблемою, але її зміст відрізняється від змісту наукової проблеми тим, що в ній містяться знання, невідомі тільки здобувачам, але відомі людству.

Систематичне застосування проблем та проблемних питань дозволяє педагогу забезпечити більшу інтенсивність, самостійність пізнавальної, творчої діяльності здобувача.

3. Технологія модульного навчання

До сучасних технологій навчання відноситься технологія модульного навчання. Модульне навчання створює передумови формування цілеспрямованості, системності й індивідуалізації навчання, підвищення самостійності навчальної діяльності здобувачів, їх активізації.

Модульне навчання створено в 60-е роки у США, воно швидко розповсюдилося в англомовних країнах і Західній Європі.

Семантичний зміст терміна модульне навчання пов'язаний зі словом «модуль» (лат. *«modulus»*), одне із значень якого – «функціональний вузол». Модуль являє собою пакет, що охоплює одну концептуальну одиницю навчального матеріалу. Іншими словами, модуль – це логічно завершена частина навчального курсу, що являє собою великий розділ, має систему інформаційно-дидактичного забезпечення і завершується контрольною акцією.

Модуль – це не просто її частина (тема чи розділ), а інформаційний вузол, який у свою чергу є одиницею, що уніфікує підхід до структурування цілого на частини, тобто на окремі модулі.

Таким чином, суттєвими ознаками дидактичного модуля є: спорідненість, системність, цілісність, логічна завершеність сукупності елементів знань, адаптованість до суб'єктів навчання та визначений час для засвоєння.

З врахуванням суттєвих ознак, можна зформолювати висновок: модуль – це логічно завершена, системно впорядкована частина теоретичних знань і практичних вмінь з навчальної дисципліни, адаптованих до індивідуальних особливостей суб'єктів навчання і визначеним оптимальним часом на організацію його засвоєння.

Модульна технологія навчання – це одна з сучасних педагогічних технологій, яка передбачає модульну (блочну) побудову навчального матеріалу та його засвоєння шляхом послідовного й ґрунтовного опрацювання навчальних модулів, мотивацію навчання на основі визначення мети, значну самостійну навчально-пізнавальну діяльність здобувача, різноманітні форми діагностики рівня його знань і вмінь.

Сутність модульного навчання полягає в тому, що здобувач самостійно може працювати із запропонованою йому індивідуальною навчальною програмою, що містить: цільову програмі дій, банк інформації, методичне керівництво з досягнення поставлених дидактичних цілей.

Принципові відмінності модульного навчання від традиційного полягають у наступному:

– зміст навчання подається у закінчених, самостійних комплексах – модулях, що є одночасно банком інформації та методичним керівництвом з його засвоєння;

– взаємодія викладача й здобувача у навчальному процесі здійснюється за допомогою модулів, що забезпечують свідоме самостійне досягнення здобувачами певного рівня підготовки;

– сама сутність модульного навчання потребує обов'язкового дотримання паритетних суб'єкт – суб'єктних взаємовідносин між педагогічним працівником та здобувачами.

При цьому функції педагога можуть варіювати від інформаційно-контролюючої до консультативно-контролюючої.

Основний дидактичний засіб модульного навчання – модульна програма, яка складається з окремих модулів. Підготовка модульної програми і відповідних модулів є трудомісткою діяльністю, що потребує значної предметної і педагогічної компетентності.

Розробка технології модульного навчання основується на чіткому визначені структури кожного модулю. У кожному модулі можливо відокремити наступні блоки:

– блок цілій та мотивації навчання, блок актуалізації знань («вхід»);

– теоретичний блок (банк інформації);

– блок застосування системи знань;

– блок самоконтролю;

– блок повторення змісту навчального елементу або модуля в цілому;

– блок підсумкового контролю («вихід»).

Така технологія побудови модульних програм дає педагогам чіткі орієнтири в створенні модулів з певної дисципліни та їх застосуванні в навчально-виховному процесі.

Технологія модульного навчання є невід'ємним атрибутом кредитно-модульної системи організації навчального процесу.

Кредитно-модульна система організації навчального процесу – це модель організації навчального процесу, яка ґрунтується на поєднанні модульних технологій і залікових одиниць, охоплює зміст, засоби та форми навчально-виховного процесу, форми контролю якості знань і вмінь та навчальної діяльності здобувача у процесі як аудиторної, так і самостійної діяльності.

Кредитно-модульна система підготовки спеціалістів передбачає:

– оптимізацію навчально-виховного процесу;

– посилення самостійної роботи здобувачів;

– уможливлює встановлення чіткої індивідуальної траєкторії здобуття вищої освіти, де враховуються всі навчальні досягнення під час навчання в різних університетах, що є дієвим засобом підтримки студентської мобільності.

В руслі вимог технології модульного навчання відбувається запровадження рейтингової системи оцінювання навчальної діяльності здобувачів. Рейтинг є основою для побудови різноманітних шкал оцінок рівня оволодіння здобувачами змістом навчального матеріалу модуля, цілісного курсу, сформованості умінь і навичок.

Рейтингова система ґрунтується на позитивному принципі, що передусім передбачає врахування рівня досягнень здобувача, а не ступеня його невдач. Панує повна відкритість оцінювання навчальної роботи. Накопичення рейтингу здійснюється у процесі поточного, проміжного та підсумкового контролю. Зменшується навантаження під час іспитів та заліків.

Технологія модульного навчання вимагає від здобувачів інтенсивної, активної, систематичної, самостійної пізнавальної діяльності. Вона дозволяє раціоналізувати діяльність здобувачів, підвищити рівень їх підготовки.

Модульне навчання сприяє оптимальному поєднанню емоційного, інтелектуального та вольового чинників пізнавального інтересу. Емоційний чинник пов'язаний з позитивним ставленням до навчальної діяльності. Інтелектуальний чинник підсилює це ставлення, розкриваючи зміст і значення кожного модуля. Вольовий чинник відіграє значну роль у внутрішній мобілізації здобувачів на подолання труднощів при засвоєнні навчальних курсів.

Модульному навчанню властиві ідеї гуманізму, успіху в навчанні та діяльності, індивідуально-особистісного підходу до кожного здобувача. Модульне навчання розуміється як у вітчизняної, так і в зарубіжної педагогіки неоднозначно. Проте можливо відокремити його загальні характеристики:

– використання в якості модуля якої-небудь автономної одиниці;

– індивідуалізація процесу навчання;

– гнучка і оперативна зміна навчального матеріалу у відповідності з розвитком виробництва і науки;

– високий рівень цільової спрямованості на професійну підготовку;

– інтеграція основних складових процесу навчання.

ТЕМА 6: Педагогічне спілкування і співробітництво

ПЛАН

1. Значення педагогічного спілкування як форми контактної педагогічної взаємодії.
2. Засоби та стилі педагогічного спілкування.
3. Особливості педагогічного конфлікту.

1. Значення педагогічного спілкування як форми контактної педагогічної взаємодії

Формою педагогічної взаємодії є спілкування. Спілкування – це специфічна форма взаємодії особистості з іншими людьми; у спілкуванні реалізуються соціальні відносини людей. Спілкування є потребою людини, як соціальної, розумної істоти.

Педагогічне спілкування – система соціально-психологічної взаємодії між педагогом та здобувачем, яка спрямована на створення оптимальних соціально-психологічних умов.

Педагогічне спілкування є способом реалізації змісту, прийомів і методів педагогічних впливів, які спрямовані на формування особистості здобувача. Воно є одним із найголовніших аспектів педагогічної та професійної майстерності викладача. Спілкування сприяє передачі професійних, громадянських і моральних цінностей, формує духовний світ здобувача та презентує модель його майбутньої професійної поведінки.

Педагогічне спілкування, як особливе соціальне-психологічне явище, характеризується такими функціями: інформаційна, контактна, спонукальна, координаційна, емоційна, розуміння, надання впливу. Виходячи із названих вище функцій можна виділити три сторони спілкування: комунікативну, інтерактивну, перцептивну.

Комунікативна сторона спілкування тісно пов’язана з обміном інформацією між особистостями. Щоб переконатися в успіху комунікації, треба мати зворотний зв'язок з метою з’ясування значущості інформації для здобувача, прагнення сприймати її зміст, досягнення взаєморозуміння усіма учасниками педагогічного процесу.

Якщо немає взаєморозуміння, можуть виникати перепони в процесі спілкування, так звані комунікативні бар'єри.

Труднощі та бар'єри в професійно-педагогічному спілкуванні викладачів і здобувачів вишів:

– здобувач живе теперішнім часом і має потребу реалізувати себе тепер, педагогічний працівник реалізує інтерес, який пов'язаний з майбутнім здобувача;

– педагог застосовує негативну форму заспокоєння здобувача, пряме рольове протиставлення, авторитарні форми звернення та прийоми спілкування;

– стереотипи-шаблонні, спрощені думки педагога щодо окремих здобувачів чи педагогічних ситуацій;

– схильність викладача відкидати все, що суперечить власним поглядам;

– погані відносини між педагогом та здобувачем;

– відсутність інтересу й уваги співрозмовників;

– зневага фактами, тобто звичка робити висновки за відсутністю достатньої кількості фактів;

– невірний вибір тактики і стратегії спілкування.

Комунікативна компетентність педагогічного працівника – це здатність підтримувати і встановлювати необхідні контакти зі здобувачами, колегами. Вона полягає у професійній здатності педагога до спілкування, стимулювання позитивних емоцій у співрозмовника й відчуття задоволеності від спілкування.

Інтерактивна сторона спілкування полягає в організації взаємодії між особистостями, тобто в обміні не тільки знаннями, ідеями, але й діями. До прикладу, варто узгодити дії, розподілити функції чи вплинути на настрій, поведінку, переконання здобувача. Інтерактивна сторона спілкування означає характеристику складових спілкування, які пов'язані з безпосередньою організацією спільної діяльності на навчальних заняттях та в процесі позааудиторної роботи.

Перцептивна сторона спілкування означає процес сприймання і пізнання партнера по спілкуванню і встановлення на цій основі взаєморозуміння. Способами сприймання іншої людини є емпатія, ідентифікація, рефлексія.

Процес педагогічного спілкування включає наступні етапи:

– моделювання викладачем майбутнього спілкування зі здобувачами;

– організація безпосереднього спілкування в момент початкової взаємодії;

– управління спілкуванням під час педагогічного процесу;

– аналіз ситуації минулого спілкування та його моделювання на майбутню діяльність.

Щоб спілкування було конструктивним на кожному етапі педагогу варто володіти психолого-педагогічною культурою спілкування, а саме:

– знати психологію юнацького періоду та особливості конкретної аудиторії;

– об'єктивно оцінювати поведінкові реакції, комунікативну активність окремих здобувачів, адекватно емоційно відгукуватися на них;

– вибирати такій спосіб своєї поведінки, який найкраще б відповідав особливостям і психічному стану здобувачів;

– володіти прийомами стимулювання інтелектуальної ініціативи й пізнавальної активності здобувачів, організації діалогічної взаємодії;

– аналізувати процес спілкування, встановлювати співвідношення мети, засобів і результатів комунікативної взаємодії.

2. Засоби та стилі педагогічного спілкування

Комунікативний процес реалізується за допомогою певних засобів – знакових систем. Їх поділяють на вербальні (лат. – *verbalis* – словесний) та невербальні (безсловесні).

До вербальних засобів спілкування відноситься мова, мовлення, інтонація.

Вербальне спілкування може бути безпосереднім і опосередкованим, усним і письмовим. У безпосередньому усному вербальному спілкуванні головну роль відіграє інтонація, за допомогою якої люди виділяють ключові слова. Інтонація також використовується для вираження емоцій.

Комунікативна взаємодія викладача грунтується у словесній формі – у процесі мовного спілкування.

Мовлення педагога спрямоване на вирішення завдань, які виникають у педагогічній діяльності, при спілкування зі здобувачами.

Професійні особливості його мовленнєвої діяльності полягають в організованості її залежно від умов педагогічного спілкування, доборі мовних та мовленнєвих засобів, виходячи з потреб, завдань взаємодії педагога із здобувачами, їх поведінки. На мовлення викладача впливає і зміст зворотної інформації. Головне при цьому – досягти виховної, навчальної мети.

Педагогічна ефективність мовлення педагогічного працівника залежить від рівня володіння мовою, правильного вибору мовних засобів, від культури мови. Важливі його складові – логічність, змістовність, точність та емоційна виразність, образність, барвистість мовлення.

Вимоги до комунікативних здібностей мовлення зумовлені його функціями. Головними серед них є психологічна, комунікативна, пізнавальна, організаційна.

Психологічна виявляється у створенні умов для забезпечення психологічної свободи, вияву індивідуальної своєрідності здобувача, зняття соціальних обмежень, які заважають йому в цьому.

Комунікативна функція спрямована допомогти педагогічному працівнику налагодити взаємодію зі здобувачами на засадах співробітництва і співтворчості.

Пізнавальна функція покликана забезпечити повноцінне сприймання навчальної інформації здобувачами. Адже існує пряма залежність між комунікативними особливостями мовлення педагога і пізнавальною діяльністю здобувача у процесі вивчення навчального матеріалу.

Організаційна функція виявляється у забезпеченні раціональної організації навчальної діяльності здобувачів. Йдеться про мовлення педагога в

організації ефективного навчального слухання здобувачів, забезпечення оптимального темпу пізнавальної діяльності.

Недооцінка функцій мовлення призводить до негативних наслідків у спілкуванні.

Здебільш люди контролюють своє мовлення, але на підставі аналізу їх міміки, жестів можна оцінити правильність, щирість мовної інформації.

До засобів невербальної комунікації належать: поза, міміка, погляд, жести, відстань, на якій спілкуються співрозмовники.

Міміка – має відповідати характерові мовлення, взаємин: виражати впевненість, невдоволення, схвалення, осуд, радість, зацікавленість, байдужість, захоплення, обурення в багатьох варіантах.

Велике значення в невербальному спілкуванні має мова погляду. Візуальний контакт виражає ступінь зацікавленості партнером, зосередженості на тому, що він говорить. Погляд передає не тільки змістовну інформацію, а також і емоції.

У стосунках із здобувачами візуальний контакт виконує функцію емоційного оживлення. Відкритий, доброзичливий погляд прямо в очі здобувачу важливий не лише для встановлення взаємодії, а для задоволення його емоційних потреб.

Міміка, поза, погляд співрозмовника можуть доповнювати, підсилювати, чи спростовувати змістовну інформацію.

У невербальній комунікації люди послуговуються жестами. Набір жестів, які застосовує людина у спілкуванні дуже різноманітна. Загальні з них наступні: комунікативні, підкреслюючи та модальні жести.

Володіння педагогом засобами невербальної комунікації сприяє досягненню його зовнішньої виразності.

Від особистісних здібностей викладача і комунікативної ситуації залежить стиль спілкування.

Стиль спілкування – це усталена система прийомів і способів, які використовує педагог під час взаємодії.

Прийнято розрізняти три основні стиля педагогічного спілкування: авторитарний, демократичний, ліберальний.

Авторитарний стиль характеризується вираженою власністю педагога, директивністю його дій, єдиноначальністю у прийнятті рішення, систематичним контролем за діями здобувачів.

Авторитарному стилеві властивий диктат, який перетворює одного з учасників комунікативної взаємодії на пасивного виконавця, пригнічуючи його самостійність та ініціативу. Головні форми взаємодії за такого стилю спілкування – інструкція, наказ, вказівка, догана.

Демократичний стиль гуртується на глибокій повазі, довірі й орієнтації на самоорганізацію, самоуправління особистості та колективу.

Він відрізняється від авторитарного тим, що педагог постійно звертається до думки здобувачів, радиться з ними, залучає їх до прийняття й вироблення рішення, співпраці в управлінні групою здобувачів. Основними способами

взаємодії є інформування, заохочення, порада, координація, що розвиває у здобувачів упевненість у собі, ініціативність.

За ліберального стилю у педагога немає стійкої педагогічної позиції. Вона виявляється у невтручанні, низькому рівні вимог до здобувача. Ліберальний педагог прагне не втручатися в життя колективу, легко підкоряючись суперечливим впливам. Форми його роботи зовні начебто демократичні, але через пасивність і незацікавленість, брак відповідальності виховний процес стає некерованим.

На практиці найкращим є не якійсь один із перерахованих стилів педагогічного спілкування, а гнучкий, або комбінований стиль спілкування, за яким педагогічний працівник гнучко змінює стиль своєї поведінки в залежності від педагогічної ситуації.

3. Особливості педагогічного конфлікту

Слово «конфлікт» походить від латинського *confliktus* – зіткнення. Загальний синонімічний ряд поняття «конфлікт» включає розбіжність, суперечку, несумісність, боротьбу.

Конфлікт – це зіткнення інтересів осіб і груп, протилежних поглядів, їхніх ідей, потреб, оцінок, рівня прагнень, домагань тощо.

Поведінка кожного учаснику конфлікту характеризується напругою, потрібна концентрація внутрішніх сил і духовних ресурсів. Конфлікт належить до складних явищ, що відрізняється розмаїтістю форм прояву і рівнів стану.

За характером відрізняють наступні конфлікти: міжособистісні, між групові, між індивідом і групою, особистісні. За змістом конфлікти бувають: побутові, ідеологічні, професійні, амбіційні, етичні, педагогічні, психологічні.

Кожний реальний педагогічний конфлікт має процесуальний характер. Розгляд динаміки конфлікту вимагає поділу його на стадії. Це виникнення об’єктивної конфліктної ситуації, усвідомлення її, здійснення конфліктної поведінки, розв’язання конфлікту.

За своєю природою педагогічні конфліктні ситуації мають суттєві особливості:

– суб’єкти конфліктних ситуацій нерівні за соціальним статусом;

– суб’єкти конфліктних ситуацій нерівні за життєвим досвідом і віком, у них різна ступінь відповідальності;

– суб’єкти конфліктних ситуацій нерівні за освіченістю, у них різне розуміння явищ і їх причин;

– суб’єкти конфліктних ситуацій нерівні за здібностями стосовно вирішення життєвих і професійних проблем.

Види конфліктних педагогічних ситуацій:

– конфліктні ситуації діяльності – виникають стосовно якості виконання (або невиконання) здобувачем навчальних завдань;

– конфліктні ситуації поведінки – виникають стосовно порушення здобувачем правил поведінки у виші, найчастіше під час занять, а також у гуртожитку та ін.;

– конфліктні ситуації стосунків – виникають у сфері емоційно-особистісних взаємин здобувачів і викладачів, у сфері їх спілкування в процесі педагогічної діяльності.

Необхідне належне та своєчасне розв'язання конфліктних ситуацій, прогнозування їх появи, їх попередження та усунення. Проте є випадки, коли жоден засіб не регулює протиріччя, коли конфліктна ситуація загострюється – виникає конфлікт.

Ознаки педагогічного конфлікту:

– контакти зводяться до мінімуму;

– кожен відстоює свої цінності, які не збігаються в суб'єктів конфлікту;

– виникає психологічний антагонізм між педагогом і здобувачем;

– кожен намагається «брати вгору», перемогти, не враховуючи інтереси іншого;

– об'єктивні причини конфлікту переносяться на особу, з якою конфліктують, тобто набувають суб'єктивного характеру.

Конфлікти дидактичної взаємодії мають місце тоді, коли, по-перше, оцінка викладача виступає знаряддям покарання здобувача; по-друге, коли за однакові помилки, у контрольній роботі, викладач виставляє різні бали.

Є конфлікти, спричинені хибною тактикою педагогічної взаємодії: неоднакове ставлення викладача до здобувачів, порушення педагогічної етики та грубощі, приниження гідності, підкреслювання своєї доброти, категоричність у судженнях, відсутність індивідуального підходу до здобувачів.

Отже, педагогічний конфлікт має свої особливості.

Форми конфліктної поведінки здобувача: порушення навчальної дисципліни, зухвала поведінка, грубощі, незгода і критика будь-яких пропозицій педагога, ігнорування педагогічних вимог, ухилення від виконання завдань.

Для вирішення конфлікту є два основні способи: через зміну об'єктивної ситуації та через зміну власної суб'єктивної позиції педагога чи позиції здобувачів щодо ситуації конфлікту.

Вирішення конфлікту можна вважати остаточним тільки в тому випадку, якщо учасники конфліктної ситуації не просто знаходять вирішення проблеми, що стала предметом розбіжностей, але приходять до цього рішення в результаті згоди. Якщо конфлікт вирішується психологічно виправдано, він мобілізує волю, розум, зближує інтереси.

Профілактикою виникнення конфліктів є розвиток рефлексивної поведінки, емпатії, навчання вмінню співробітничати з іншими, переборення власної впертості тощо.

Реальний механізм налагодження нормальних відносин полягає у запобіганні конфліктним ситуаціям завдяки правильної психологічної тактиці у спілкуванні зі здобувачами.

ТЕМА 7: Виховна робота у закладі вищої освіти

ПЛАН

1. Сутність та особливості виховання.
2. Закономірності, принципи, методи, форми виховання.
3. Зміст виховання студентської молоді.

1. Сутність та особливості виховання

Людина народжується як індивід, як суб'єкт суспільства, з притаманними їй природними задатками, формується як особистість у системі суспільних відносин завдяки цілеспрямованому вихованню.

Розвиток людини – це процес формування її особистості під впливом внутрішніх і зовнішніх, керованих і некерованих факторів, серед яких належну роль відіграють цілеспрямоване навчання та виховання.

Розвиток людини не можна зводити до засвоєння, простого накопичення нею знань, умінь та навичок з різних галузей науки. Його не слід розглядати тільки з кількісної сторони.

Розвиток полягає передусім в якісних змінах психічної діяльності, в переходах від її нижчих щаблів до вищих, у виникненні нових рис пам'яті, уявлення, сприймання, мислення, характеру, волі тощо. Розвиток особистості залежить від спадковості, середовища та виховання.

Суспільство як соціальне об’єднання людей може існувати, діяти і розвиватися тільки за умов цілеспрямованої і систематично організованої роботи з виховання кожної людини. Коли б цей процес зупинився – суспільство перестало б існувати, а людина не змогла б піднятися до рівня особистості. Видатний педагог Я.А. Коменський вказував, що нехтування вихованням – це загибель людей, сімей, держав. Тому виховання не варто розглядати тільки як вплив на людину з метою застосування її з погляду меркантильних потреб, а своєю спрямованістю воно є виявом турботи про всебічний розвиток людини, становлення її як вільної особистості.

Виховання – це суспільні відносини, у яких одні впливають на інших з метою спрямованого формування особистості. Спрямоване формування здійснюється шляхом включення особистості в систему міжособистісних відносин.

Виховання – процес цілеспрямованого формування і розвитку особистості. Це спеціально організована, керована і контрольована взаємодія вихователів і вихованців, яка спрямована на досягнення заданої мети.

Тому розглядати виховання, ми можемо, по-перше, як соціально і педагогічно організований процес створення оптимальних умов для формування людини як особистості. По-друге, як вплив вихователя на вихованця з метою формування в нього бажаних соціально-психічних і фізичних здібностей. Таке широке поняття виховання охоплює всі сторони, засоби, заходи впливу на розвиток особистості, на формування соціальних здібностей людини. А.С. Макаренко вказував, що виховує все: люди, явища, речі.

Головні особливості виховного процесу: багатофакторний, цілеспрямований, неперервний, комплексний, варіативний, двосторонній.

Охарактеризуємо кожну особливість вихованого процесу.

1. *Багатофакторний.* У виховному процесі виявляються численні суб'єктивні й об'єктивні чинники. Суб'єктивні чинники виражають внутрішні потреби особистості. Об'єктивні – пов'язані з умовами, у яких особистість живе і формується.

На результати виховання здобувача певною мірою впливає особистість педагога, його індивідуальність, ціннісні орієнтації, риси характеру.

Складність виховного процесу полягає в тому, що його результати не так швидко виявляють себе, як у процесі навчання. Процес виховання дуже динамічний, рухливий і мінливий.

2. *Цілеспрямований.* Розрізняють у залежності від ступеня точності, від терміну дії загальні та конкретної мети виховання.

Загальна мета відображає найбільш загальні погляди суспільства на виховання людини, ідеал виховання.

Ідеалом виховання є гармонійно розвинена, високоосвічена, соціально активна і національно свідома людина, що наділена глибокою громадянською відповідальністю, високими духовними здібностями, родинними і патріотичними почуттями є носієм кращих надбань національної та світової культури, здатна до саморозвитку і самовдосконаленню.

Загальна мета вказують шлях, по якому треба йти.

Конкретна мета – це вже уточнене уявлення викладача про бажані зміни поведінки здобувача, про розвиток певних здібностей особистості. Конкретна мета обов'язково повинна бути ретельно і чітко сформульована.

Заклад вищої освіти – завершальний етап не тільки інтелектуального, а й і соціального інтегрування молодої людини в систему соціальних відносин. Саме тому перед ним поставлені такі практичні завдання:

– активізувати національно-патріотичне виховання;

– залучати здобувачів до збереження і примноження традицій українського народу;

– популяризувати моральні й духовні цінності, притаманні українському народу;

– активізувати діяльність студентського самоврядування, інших студентських громадських і наукових організацій, клубів за інтересами, таборів праці і відпочинку;

– практикувати культурно-дозвільні заходи, щоб посилити культурно-просвітницький виховний вплив;

– формувати психологічну готовність до праці.

3. *Неперервний.* Виховний процес відрізняється тривалістю. По суті, він триває все життя. Розпочатий у родині, дошкільній установі, у закладі загальної середньої освіти процес виховання логічно й органічно має бути продовжений у виші. Необхідна неперервна, систематична виховна робота з розвитку особистості.

4. *Комплексний.* Означає єдність мети, завдань, змісту, форм і методів навчально-виховного процесу. Формування особистісних здібностей відбувається не по черзі, а одночасно, у комплексі, тому і педагогічний вплив повинний мати комплексний характер.

5. *Варіативний.* Неоднозначність і невизначеність результатів навчально-виховного впливу. У тих самих умовах останні можуть істотно відрізнятися. Це обумовлено великими індивідуальними розходженнями здобувачів, ставленням до виховання, їхнім соціальним досвідом, рівнем професійної підготовленості педагогів та їх майстерністю.

6. *Двосторонній.* Виховний процес йде у двох напрямках: від педагога до здобувача (прямий зв'язок) і від здобувача до викладача (зворотний зв'язок). Керування процесом виховання будується на зворотних зв'язках, тобто на інформації, що надходить від здобувачів освіти.

Виховання формує:

– розвитку успадкованих фізичних особливостей і природних якостей, набуттю нових рис і здібностей, що формуються впродовж життя людини;

– розвитку умінь переборення внутрішніх суперечностей відповідно до особливостей суспільного розвитку;

– інтелектуальному, творчому розвитку людини;

– розвитку здатності до спілкування з оточуючими, розуміння інших людей, а завдяки цьому і себе;

– розвитку потреб особистості;

– розвитку людини, яка постійно вдосконалюється.

2. Закономірності, принципи, методи, форми виховання

Закономірності виховання – повторювані, стійкі, об’єктивно існуючі зв’язки у вихованні, реалізація яких сприяє ефективному розвитку особистості. Закономірності навчально-виховного процесу визначають його організацію та побудову.

У процесі виховання особливо важливими є наступні закономірності:

– органічний зв'язок виховання із суспільними потребами та умовами виховання;

– визначальним у вихованні є діяльність і спілкування;

– виховання є стимулювання активності особистості в певній діяльності;

– у процесі виховання треба виявляти гуманність і повагу до особистості в сполученні з високою вимогливістю;

– варто відкривати перед особистістю перспективи її росту, допомагати їй домагатися радості успіху;

– виявляти позитивні здібності особистості і спиратися на них;

– враховувати вікові й індивідуальні особливості;

– виховання повинне здійснюватися в колективі і через колектив;

– домагатися єдності й узгодженості зусиль усіх інститутів виховання.

Принципи виховання – керівні положення, які показують загальні закономірності процесу виховання і визначають вимоги до змісту, організації і методів виховання.

Система принципів виховання:

1. *Народність.* Передбачає єдність національного і загальнолюдського.

2. *Природовідповідність.* Враховує багатогранну і цілісну природу людини: психологічні, анатомо-фізіологічні, вікові, генетичні, національні, регіональні особливості.

3. *Культуровідповідність.* Передбачає органічний зв'язок із культурним надбанням всього людства, культурними традиціями, історією свого народу, його мовою, народним мистецтвом.

4. *Гуманізація.* Означає створення умов для формування кращих здібностей людини, джерел її життєвих сил.

5. *Системність і послідовність.* Йдеться про систему педагогічних впливів, яка забезпечує формування в кожної людині світогляду, ідеалів, переконань, інтересів, морально-вольових рис.

6. *Активність та творча ініціативність.* Стимулювання розвитку творчих починань особистості в процесі трудової, спортивної, навчальної діяльності.

7. *Демократизація.* Мислиться як усунення авторитарного стилю виховання, забезпечує співробітництво викладачів і здобувачів, врахування думки колективу і кожної особистості.

У вихованні закономірності та принципи виявляються в усьому різноманітті взаємозв’язків і взаємоперетворень, вони органічно пов’язані між собою. Їх необхідно враховувати під час створення будь-якої виховної ситуації.

Методи виховання – це методи педагогічного впливу на особистість, це шляхи і способи діяльності педагога і здобувачів з метою досягнення виховної мети.

Класифікація методів виховання: методи формування свідомості особистості; методи організації діяльності, спілкування, формування позитивного досвіду суспільної поведінки; методи стимулювання діяльності і поведінки. Охарактеризуємо кожну групу методів.

1. Методи формування свідомості особистості: переконання, бесіда, приклад, пояснення.

2. Методи організації діяльності, спілкування, формування позитивного досвіду суспільної поведінки: громадська думка, педагогічна вимога, привчання, тренування, прогнозування, створення виховних ситуацій, залучення у визначену діяльність, доручення, метод вправ.

3. Методи стимулювання діяльності і поведінки: змагання, гра, заохочення, покарання, примус, осуд, нагорода, подяка, порушення почуття особистісного достоїнства, заміна інтересу, довіра, похвала, метод перспективних ліній.

У процесі виховання не може бути стандартних ситуацій і стандартних підходів до використання виховного методу.

Основним критерієм оцінювання виховного методу є відповідність його виховній меті та завданням.

У процесі виховання не буває однакових ситуацій і стандартних підходів до використання тих чи інших методів. Багато залежить від знань, таланту, досвіду і творчості викладача.

Вибір конкретних методів має узгоджуватися із завданням і змістом виховання здобувачів, конкретними умовами, в яких здійснюється виховний вплив, відповідати віковим та індивідуальним особливостям здобувачів, враховувати особливості студентського колективу.

Форми виховання – спеціальна конструкція виховного процесу, яка базується на певних психологічних та дидактичних засадах.

Форми виховання у виші можуть бути масові, групові та індивідуальні.

Масові форми виховної роботи: святкування державних та релігійних свят, проведення читацьких конференцій, тематичних вечорів, тижнів з різних навчальних предметів, зустрічей з видатними людьми, конкурів, олімпіад, фестивалів, виставок тощо.

Групові форми: «круглі столи», гуртки за інтересами, обговорення радіо- і телепередач, новинок преси, пошукова діяльність, екскурсії, походи та ін.

Індивідуальна виховна робота зумовлена індивідуальними особливостями здобувачів. Вона здійснюється у двох напрямках:

– корекція відхилень у свідомості та поведінки окремих здобувачів шляхом створення спеціальних педагогічних ситуацій;

– спонукання здобувачів до раціонального використання дозвілля з метою розвитку своєї особистості, вдосконалення необхідних фахівцю здібностей.

Система виховних заходів має бути спрямована на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості.

Організовуючи виховний процес у виші, педагоги мають вдумливо, творчо і конструктивно підходити до реалізації методів, принципів, форм виховної діяльності.

3. Зміст виховання студентської молоді

Зміст виховання – це та частка соціального досвіду, якою має оволодіти людина.

Зміст виховання – це система інтелектуальних, морально-духовних, трудових, фізичних та естетичних здібностей, переконань, які спрямовані на досягнення основної мети виховання – формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості.

Зміст виховання поділяється на певні напрямки: громадянське, національне, трудове, правове, моральне, розумове, фізичне, художньо-естетичне, екологічне. Розглянемо складові змісту виховання в ракурсі напрямків виховання.

В умовах розбудови суверенної і демократичної України одним із основних пріоритетів є національне виховання. Його основна мета – виховання свідомого громадянина, патріота, набуття молоддю соціального досвіду, високої культури міжнаціональних взаємовідносин, формування у молоді потреби та уміння жити в громадянському суспільстві.

Національне виховання спрямоване на залучення здобувачів до глибинних пластів національної культури і духовності, формування у молоді національних світоглядних позицій, поглядів і переконань на основі цінностей вітчизняної та світової культури.

Національне виховання має здійснюватися на всіх етапах навчання у виші, забезпечувати всебічний розвиток, гармонійність і цілісність особистості, розвиток її здібностей та обдарувань, збагачення на цій основі інтелектуального потенціалу народу, його духовності й культури, виховання громадянина, здатного до самостійного мислення, суспільного вибору і діяльності, спрямованої нам процвітання України.

Головними чинниками національного виховання є громадянське та правове виховання.

Громадянське виховання – формування громадянськості як інтегрованої здібності особистості, що дає людині можливість відчувати себе соціально, морально, політично і юридично дієздатною та захищеною.

Правове виховання – це виховна діяльність сім'ї, закладів освіти, правоохоронних органів, спрямована на формування правової свідомості та правомірної поведінки людини.

Правове виховання покликане забезпечити формування у здобувачів високої правової культури, яка передбачає глибокі правові знання і прагнення поглиблювати їх, свідоме ставлення до прав та обов'язків, повагу до законів і правил людського співжиття, готовність дотримуватися і сумлінно виконувати їх.

Висока правова культура громадян є однією з головних засад утвердження громадянського суспільства і правової держави, реалізації демократичних свобод.

Правове виховання тісно пов'язане з моральним вихованням. Моральне виховання – виховна діяльність закладу освіти з формування у здобувачів моральної свідомості, навичок, умінь відповідної поведінки.

Моральність особистості передбачає наступпні гуманістичні риси, як милосердя, доброта, толерантність, чесність, совість, справедливість, чуйність. Норми моралі полегшують сприймання правових норм, які допомагають глибше усвідомлювати моральні істини.

Моральна свідомість дає змогу усвідомити межу моральної поведінки, за якою починаються аморальні й протиправні вчинки. Моральна свідомість стимулює соціально ціннісну поведінку, застерігає від правопорушень.

Розумове виховання – діяльність викладача, яка спрямована на розвиток інтелектуальних сил і мислення у здобувача з метою прищеплення культури розумової праці.

Культура розумової праці означає вміння раціонально застосовувати режим когнітивної роботи, вміння зосереджено й уважно працювати, контролювати себе, долати труднощі, застосовувати знання в нових умовах, підтримувати порядок на робочому місці.

Екологічне виховання – виховна діяльність вишу з формування у здобувача культури взаємодії з природою. Зміст його полягає в усвідомленні того, що світ природи є середовищем існування особистості, тому вона має бути зацікавлена в збереженні його цілісності, чистоти, гармонії.

Трудове виховання – виховання свідомого ставлення до праці через звички та навиків активної трудової діяльності. Воно покликане гарантувати психологічну готовність здобувачів до майбутньої професійної діяльності.

Естетичне виховання – діяльність, яка спрямована на формування здатності сприймати і перетворювати дійсність за законами краси. Гармонійний, всебічний розвиток людини неможливий без її естетичної вихованості.

Фізичне виховання – система заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я здобувача, загартування його організму, розвиток фізичних здібностей, рухових вмінь і навичок.

Будучи органічно взаємопов'язані між собою, напрямки виховання, охоплюють всі аспекти його змісту і сприяють формуванню людини як цілісної особистості.

Таким чином, зміст виховання здобувачів передбачає:

– культивування державних, національних і загальнолюдських цінностей;

– формування суспільного ідеалу служіння Україні, збереження, примноження традицій українського народу;

– виховання громадянських здібностей, вимогливості до себе й відповідальності, совісті;

– виховання поважного ставлення до людей і себе до права;

– звернення уваги на підвищення свого культурного рівня;

– правове, духовне, моральне й естетичне спрямування самовиховання.

2.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи

Теоретичні питання (відкриті):

1. Що є предметом і завданням педагогіки вищої школи?
2. Назвіть особливості навчального процесу у закладі вищої освіти.
3. Роль викладача у формуванні професійної компетентності здобувача.
4. Методи та форми організації навчання у вищій школі.
5. Принципи навчання у вищій школі.
6. Психологічні особливості студентської аудиторії.
7. Комунікація між викладачем і здобувачами: типи, бар'єри, шляхи покращення.
8. Особливості мотивації здобувачів до навчання.
9. Методи контролю і оцінювання знань здобувачів.
10. Психологічні аспекти адаптації здобувачів-першокурсників.

Тести або варіанти на вибір:

11. Визначте, який з методів не належить до інтерактивних:

а) дискусія;

б) лекція;

в) мозковий штурм;

г) рольова гра.

12. Який стиль спілкування найбільш ефективний у викладацькій діяльності:

а) авторитарний;

б) демократичний;
в) ліберальний;
г) маніпулятивний.

Ситуаційні завдання:

13. Опишіть свої дії як викладача, якщо більшість здобувачів виявляє низьку мотивацію до навчання.

14. Уявіть ситуацію: здобувач відверто критикує викладача під час заняття. Як ви відреагуєте?

15. Запропонуйте приклад заняття з використанням інтерактивних методів навчання.

2.3. Глосарій

Адаптація здобувача – процес пристосування першокурсника до нових умов навчання, спілкування та життя у закладі вищої освіти.

Академічна доброчесність – дотримання етичних норм у навчанні та науковій діяльності, включаючи самостійність, правдивість, відповідальність.

Викладач – педагог, який здійснює навчання, виховання і розвиток здобувачів у закладі вищої освіти.

Вища освіта – рівень освіти, що здобувається у закладах вищої освіти після здобуття повної загальної середньої освіти.

Дидактика – розділ педагогіки, що вивчає процес навчання, його закономірності, принципи, методи і форми.

Інтерактивне навчання – форма навчання, що передбачає активну участь здобувачів у процесі засвоєння знань через взаємодію між собою та з викладачем.

Компетентність – здатність особи застосовувати знання, вміння, навички в професійній діяльності та житті.

Комунікація педагогічна – процес обміну інформацією між викладачем і здобувачами, що сприяє навчанню, взаєморозумінню та вихованню.

Методи навчання – способи спільної діяльності викладача і здобувачів, спрямовані на досягнення мети освіти.

Мотивація навчання – внутрішнє спонукання здобувача до засвоєння знань, формування вмінь і досягнення успіхів.

Особистісно орієнтоване навчання – підхід, що враховує індивідуальні особливості, потреби й інтереси здобувачів.

Педагогіка вищої школи – наука про закономірності, принципи, зміст, форми та методи навчання і виховання здобувачів у ЗВО.

Психологія вищої школи – галузь психології, що вивчає особливості психічного розвитку, мотивації, спілкування та навчання здобувачів.

Рефлексія – здатність особистості аналізувати свої думки, дії, емоції та вдосконалювати себе.

Самореалізація здобувача – процес розкриття та розвитку своїх здібностей, талантів і особистих якостей у навчанні та житті.

Формування професійної компетентності – розвиток знань, вмінь та якостей, необхідних для майбутньої професійної діяльності.

ІІІ. СПОРТ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

3.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять

ТЕМА 1: Предмет і зміст теорії і методики спортивної підготовки

ПЛАН

1. Теорія і методика спортивної підготовки як наукова та навчальна дисципліна.
2. Характеристика системи спортивної підготовки.
3. Формування загальної теорії спортивної підготовки.

Література

1. Долинний Ю.О. Олімпійський і професійний спорт курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів. Краматорськ: ДДМА, 2020. 111 с.
2. Сватьєв А.В., Симонік А.В., Верітов О.І., Воронкова Т.В. Олімпійський та професійний спорт: навч. пос. Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 78 с.
3. Шеверський В., Вовченко І. Курс лекцій олімпійського та професійного спорту: метод. рек. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2023. 84 с.

1. Теорія і методика спортивної підготовки як наукова та навчальна дисципліна

Теорія і методика спортивної підготовки – це водночас наукова та навчальна дисципліна, що являє собою систему знань про методи, форми та принципи спортивної підготовки спортсменів до змагань.

Об’єктом вивчення навчальної дисципліни є галузь фізичної культури і спорту у сучасному суспільстві.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є система знань про сучасну систему спортивної підготовки.

Теорія і методика спортивної підготовки характеризується наступними вихідними поняттями: спорт; фізична культура; фізичний розвиток; фізичне здоров’я; фізичні якості; фізична підготовленість; фізичний стан; фізична працездатність; система спортивної підготовки; спортивне змагання; тренувальна діяльність; змагальна діяльність; підготовленість; спортивне тренування; тренованість; спортивна форма.

Фізична культура – частина загальної культури людини, сукупність спеціальних духовних цінностей, способів їх виробництва та використання з метою оздоровлення людей і розвитку їхніх фізичних якостей.

Фізичний розвиток – природний процес вікової зміни морфологічних і функціональних ознак організму, обумовлений спадковими чинниками та конкретними умовами оточуючого середовища.

Фізичні якості – властивості, що характеризують окремі якісні сторони рухових спроможностей людини: витривалість, сила, швидкість, спритність, гнучкість.

Фізичне здоров'я – динамічний стан, що характеризується резервом функцій органів та систем і є основою виконання індивідом своїх соціальних і біологічних функцій.

Фізичний стан – за визначенням міжнародного комітету стандартизації тестів характеризує особистість людини, стан здоров'я, конституцію істатуру, функціональні можливості організму, фізичну підготовленість і працездатність.

Фізична працездатність – потенційні можливості людини здійснювати фізичні зусилля без зниження заданого рівня функціонування організму, насамперед, його дихальної та серцево-судинної систем.

Фізична підготовленість – рівень досягнутого розвитку рухових здібностей, формування фізичних навичок у результаті спеціалізованого процесу спортивного тренування чи фізичного виховання.

Система спортивної підготовки – багатокомпонентний, тривалий процес, що являє собою упорядковану сукупність специфічних змагальних і тренувальних засобів, цілеспрямовану їх організацію у поєднанні із зовнішніми факторами та умовами, взаємопов'язане використання яких на етапах багаторічної підготовки, посилюючи та доповнюючи один одного, забезпечує найкращу готовність атлета до спортивних досягнень.

Тренувальна діяльність – діяльність атлета щодо удосконалення та оволодіння системою дій у спеціально організованих умовах.

Змагальна діяльність – це діяльність атлета у спеціально-обумовленій формі змагань, які проходять в умовах регламентованого суперництва і спрямоване на максимальну реалізацію його індивідуальних особливостей.

Спортивне змагання – це багатогранне явище спортивного життя, в процесі якого реалізовується діяльність спортсмена, що дає змогу реалізувати його якості й забезпечити їх максимальний прояв.

Спортивне тренування – це спеціалізований процес, в межах якого відбувається удосконалення спеціальних якостей спортсмена, який характеризується обраним видом спорту.

Тренованість – характеризується рівнем адаптації організму атлета до специфічної тренувальної діяльності й визначається в підвищенні його працездатності.

Підготовленість – характеризує цілісний ефект спортивної підготовки і відображає комплексний стан спортсмена, а саме рівень фізичних і психологічних здібностей, а також спортивно-технічної і тактичної майстерності.

Спортивна форма – це певний стан спортсмена, який відображається оптимальним рівнем його підготовленості й тренованості, що дає змогу йому досягати максимального результату у змаганнях.

2. Характеристика системи спортивної підготовки

Спортивна підготовка передбачає багаторічний процес удосконалення атлета в обраному виді спорту. Протягом багаторічного процесу відбувається

формування і удосконалення необхідних вмінь і навичок у поєднанні з розвитком фізичних здібностей та виховання моральних і вольових якостей.

Спортивна підготовка включає: систему змагань; систему тренувань; систему факторів, які підвищують ефективність тренувальної і змагальної діяльності.

Спортивне тренування відбувається: під безпосереднім керівництвом тренера; за певною програмою; з визначеним контингентом; за фіксованим розкладом.

Під час тренування здійснюється загальна і спеціальна підготовка атлета.

Загальна підготовка сприяє різносторонньому розвитку, збагаченню знаннями, вміннями і навичками. Зміст загальної спортивної підготовки залежить від специфіки обраного виду спорту.

Спеціальна підготовка спрямована на засвоєння спеціальних вмінь і навичок і удосконалення фізичних здібностей стосовно обраного виду спорту.

У процесі загальної і спеціальної підготовки спортсмен підвищує рівень технічної, фізичної, тактичної і психологічної підготовленості.

Загальна і спеціальна підготовка здійснюється череззастосування рухових дій. Є декілька класифікацій рухових дій: біомеханічна, історична, за зонами потужності, за переважним проявом фізичних здібностей.

Біомеханічна класифікація: циклічні, ациклічні, комбіновані, поступальні, обертальні, складнопросторові вправи.

Історична класифікація: спорт, гімнастика, ігри, туризм.

Класифікація рухових дій за зонами потужності: вправи максимальної, субмаксимальної, великої та помірної потужності.

Класифікація рухових дій за переважним проявом фізичних здібностей: швидкісно-силові види вправ, що характеризуються максимальною інтенсивністю чи потужністю зусиль; види вправ, що вимагають переважного прояву координаційних та інших якостей в умовах суворо регламентованої програми; види вправ, що вимагають переважного прояву витривалості в рухах циклічного характеру; види вправ, що вимагають комплексного прояву фізичних здібностей вумовах безперервної зміни ситуацій і форм дій.

До засобів спортивної підготовки також відносять: температура повітря і води, сонячне випромінювання, атмосферний тиск, гігієнічні фактори.

3. Формування загальної теорії спортивної підготовки

Загальна теорія спортивної підготовки, як і загальна теорія фізичного виховання, формувалася протягом шести етапів.

Перший етап. У третьому тисячолітті до н.е. на багатьох островах Егейського моря, на берегах майбутньої Греції і Малої Азії поступово сформувалася, так звана, мінойська культура, центром якої був острів Кріт. Багаточисельні археологічні знахідки доводять, що до програми свят були включені змагання з боротьби, кулачного бою, акробатичних вправ.

У результаті повсякденної діяльності людей накопичувалися емпіричні знання про вплив фізичних вправ на організм людини, що призвело до усвідомлення передання рухового досвіду.

Другий етап. Поступово стали формуватись перші методики із фізичного

виховання. В період рабовласницьких країн Стародавньої Греції були створені системи виховання молоді у стародавніх містах Греції, Спарті та Афінах. Важливе значення на цьому етапі відігравали визначні філософи, вчені тієї епохи: Сократ, Геракліт, Демокріт, Плутарх, Платон, Аристотель, Архімед, Евклід, Піфагор, Геродот, Ератосфен.

Стає характерним розвиток окремих методик навчання гімнастики, легкоатлетичних вправ, розпочинаються Олімпійські ігри Стародавньої Греції (776 р. до н.е.).

Варто відмітити, що за свідченнями деяких авторів вже під час Олімпійських ігор Стародавньої Греції здійснювалася відповідна підготовка спортсменів, зокрема:

– відбір талановитих спортсменів і організація їх багаторічного удосконалення;

– обов'язкова раціональна підготовка протягом десяти місяців напередодні Ігор;

– цілеспрямована 30-денна підготовка перед Іграми Олімпіад безпосередньо в Олімпії;

– раціональна система навантажень у чотириденних тетрадах (мікроциклах) тощо.

Наступним *третім етапом* формування теоретичних знань спортивної підготовки належить періоду від епохи Відродження до кінця XIX ст. Теоретичні погляди Яна Амоса Коменського, Джона Локка, Жана Жака Руссо, Генріха Песталоці стали основою для формування систем фізичного виховання у 17–18 ст.

Четвертий етап створення теорії фізичного виховання і спорту охопив період із кінця XIX ст. до 1917 р. Для цього етапу характерними є розвиток матеріальної бази, будуються майданчики зі штучним льодом (1876 р.), з'являються швидкісні ковзани з тонким лезом і гумові камери на колесах. В кінці 90-х років XIX ст. в США при Атлетичній любительській спілці створюється науково-дослідне товариство з легкої атлетики. Важливий внесок у розвиток фізичного виховання і спорту у цей період вносять К.Д. Ушинський, П.Ф. Лесгафт, Г Демені.

В 1896 П.Ф. Лесгафт відкриває офіційні «Курси вихователь ок і керівників фізичного виховання», які отримали статус закладу вищої освіти. В цей період з'являються фундаментальні праці про біологічні та медичні знання відносно фізичних навантажень. Найбільш важливою науковою працею була теорія У. Флетчера і Ф.Г. Хопкінса про взаємозв'язок м'язових скорочень, розпадом глікогену і утворенням лактату.

Протягом *п'ятого етапу* з 1917 р. до 70-80 рр. XX ст. практично сформувалися як організаційні структури розвитку фізичного виховання і спорту, так і основні напрями науково-методичного забезпечення даної галузі.

Шостий етап формування знань з теорії і методики спортивної підготовки умовно можна розділити на два періоди – з початку 70-х до 90-х і з 90-х років XX ст. до сьогоднішніх днів. Насамперед, це обумовлено початком формування теорії періодизації спортивного тренування, яка обґрунтована в

фундаментальних працях Л.П. Матвеєва, М.Г. Озоліна, Дітріха Харре, В.М. Платонова та ін.

ТЕМА 2: Змагальна діяльність у системі спортивної підготовки

ПЛАН

1. Характеристика спортивних змагань.
2. Зміст змагальної діяльності.
3. Структура змагальної діяльності.
4. Фактори, що визначають результат змагальної діяльності.
5. Організація і проведення змагань.

1. Характеристика спортивних змагань

Спортивні змагання є основною ланкою в системі підготовки атлетів. Вони спрямовані на максимальну реалізацію духовних і фізичних здібностей людини. У них здійснюється не тільки контроль за рівнем підготовленості, змагання виступають найважливішим засобом росту тренованості і спортивної майстерності.

В системі спорту змагання розрізняють за наступними критеріями:

– за значенням;
– за масштабами;
– за завданнями, що вирішуються;
– за характером організації;
– за формою заліку;
– за віковими категоріями учасників;
– за статтю;
– за професійною орієнтацією учасників.

В.М. Платонов виділяє підготовчі, контрольні, підвідні, відбірні і головні змагання.

Підготовчі змагання. У цих змаганнях головними завданнями є: удосконалення раціональної техніки та тактики змагальної діяльності атлета, адаптація різних функціональних систем організму до змагальних навантажень та ін. При цьому зростає рівень тренованості атлета, накопичується змагальний досвід.

Контрольні змагання. Дозволяють оцінювати рівень підготовленості атлета. У них перевіряється ступінь оволодіння технікою, тактикою, рівень розвитку фізичних здібностей, психічна готовність до змагального навантаження. Результати контрольних змагань дають можливість коригувати побудову процесу підготовки. Контрольними можуть бути як спеціально організовані, так і офіційні змагання різного рівня.

Підвідні змагання. Найважливішим завданням цих змагань є підведення атлета до головних змагань мікро-, мезо- і макроциклу. Підвідними можуть бути як змагання спеціально організовані в системі підготовки атлета, так і офіційні календарні змагання. Вони повинні моделювати повністю або частково майбутні змагання.

Відбірні змагання. Проводяться для відбору атлетів у збірні команди і визначення учасників особистих змагань вищого рангу. Відмінною особливістю таких змагань є умови відбору: завоювання певного місця або виконання контрольного нормативу, який дозволить виступити на змаганнях. Відбірковий характер можуть носити як офіційні, так і спеціально організовані змагання.

Головні змагання. Головними змаганнями є ті, в яких атлету варто показати найвищий результат на даному етапі спортивного вдосконалення. На даних змаганнях спортсмену варто проявити повну мобілізацію наявних техніко-тактичних і функціональних здібностей, максимальну спрямованість на досягнення найвищого результату.

2. Зміст змагальної діяльності

Змагальна діяльність у спортивній діяльності має поліструктурний характер, що дає змогу виділити три основних її елементи: суб'єкт, наділений активністю – атлет; об'єкт–предмет, на який спрямована активність суб'єкта – певний вид спорту; сама активність – ті чи інші засоби і способи досягнення мети. У змагальній діяльності діалектично взаємопов'язані суб'єкт-об'єкт і суб'єкт-суб'єктивні відносини, які полягають в тому, що атлет, активно діючи на об'єкт, тим самим перетворює і удосконалює самого себе. Атлет в процесі змагань має мати конкретну систему цілей, ресурси для їх реалізації, інформацію для прийняття рішень.

Таким чином, маючи визначену мету, атлет має володіти певним рівнем підготовленості, а також має володіти знаннями для того, щоб найбільш ефективно реалізувати поставлену мету.

З вище викладеного варто зробити висновок про найбільшу важливість складової змагальної діяльності атлета. Такою складовою є структура змагань в певному виді спорту.

3. Структура змагальної діяльності

Аналіз чинників забезпечення та реалізації в кожному виді спорту і виді змагань має бути зроблений на грунті чіткого виділення характеристик змагальної діяльності, від яких залежить спортивний показник. На основі характеристик змагальної діяльності визначається її структура.

Структуру змагань складають складові, які умовно ієрархічно розташовані в декілька рівнів.

Безперечно, одним з головних складових структури змагань є техніка виконання спеціалізованих рухів відносно обраного виду спорту. Техніка – це система рухів атлета, найбільш доцільно пристосована для вирішення спортивного завдання з найменшою витратою сил і енергії відповідно до його індивідуальних можливостей.

Техніка (грец. *technike* від *techne* – мистецтво, майстерність) також розглядається як схематичне уявлення про систему поз і рухів, актуалізацією якої суб'єкт має намір реалізувати конкретну спортивну мету.

В.М. Платонов характеризує техніку змагань як систему певних прийомів і дій виходячи із специфіки виду спорту, за допомогою якої досягається спортивний результат.

4. Фактори, що визначають результат змагальної діяльності

Спортивний результат як продукт змагальної діяльності, який має самостійну цінність для атлета, тренера, глядачів, спортивної організації, країни, обумовлюється великою кількістю факторів. До них входять: індивідуальні особливості атлета, ефективність системи підготовки, матеріально-технічні умови підготовки і змагань, географічні, кліматичні та соціальні умови, в яких проводяться змагання.

На основі аналізу літератури, можна виділити наступні фактори, які визначають ефективність змагальної діяльності.

Перший фактор – технічна оснащеність: оптимальний рівень оволодіння всіма технічними прийомами; різнобічність технічної підготовленості; висока порівняльна і реалізаційна техніка.

Другий фактор – тактична оснащеність.

Третій фактор – вміння використовувати техніко-тактичний арсенал, якими володіють у тренувальних умовах і в умовах змагань.

Четвертий фактор – рівень ефективності виконання техніко-тактичних дій у процесі змагань.

П'ятий фактор – рівень виконання своїх функцій.

Шостий фактор – рівень оптимальної агресивності.

Сьомий фактор – рівень фізичної підготовленості.

Восьмий фактор – рівень функціональної підготовленості.

Дев'ятий фактор – характеристика морфологічних показників спортсменів.

Десятий фактор – вік спортсменів.

Одинадцятий фактор – спортивний стаж.

Дванадцятий фактор – система підготовки спорсменів.

5. Організація і проведення змагань

Організація і проведення змагань складається з трьох етапів.

На першому етапі згідно з календарем спортивних заходів на рік складається положення про змагання, готується і проводиться агітаційно-рекламна робота, готуються спортивні споруди, створюється організаційний комітет з проведення змагань.

На другому етапі проходить безпосереднє проведення змагань. У процесі цього етапу відбувається допуск спортсменів до змагань.

На третьому етапі нагороджуються спортсмени, підбиваються підсумки змагань, оформляться документація.

ТЕМА 3: Основні положення сучасної системи спортивного тренування

ПЛАН

1. Мета і завдання спортивного тренування.
2. Сторони підготовки спортсмена.
3. Закономірності та принципи спортивного тренування.
4. Засоби та методи спортивного тренування.

5. Методи спортивного тренування.

1. Мета і завдання спортивного тренування

Спортивне тренування – детально організований педагогічний процес навчання, виховання та підвищення рівня функціональної і фізичної підготовленості атлетів в умовах правильного гігієнічного режиму, на основі лікарського та педагогічного контролю.

Мета спортивного тренування – досягнення фізичного вдосконалення, оволодіння системою дій в обраному виді спорту, досягнення високих спортивних результатів.

Завдання спортивного тренування:

– зміцнення здоров'я та всебічний фізичний розвиток;

– оволодіння спортивною технікою і тактикою;

– розвиток рухових здібностей у відповідності до виду спорту;

– виховання вольових і моральних якостей;

– оволодіння практичними та теоретичними знаннями в галузі фізичного виховання та спорту.

Завдання спортивної підготовки вирішуються у комплексі протягом усього процесу тренування. Сам тренувальний процес складається із шести взаємозалежних сторін підготовки: технічної, фізичної, тактичної, теоретичної, інтегральної та морально-вольової.

2. Сторони підготовки спортсмена

Спортивна підготовка реалізовується за наступними ознаками: теоретичної, фізичної, технічної, тактичної, психологічної, інтегральної та морально-вольової.

Теоретична підготовка необхідна атлету, для озброєння спеціальними знаннями з теорії та методики спортивного тренування, закономірностей підготовки спортсменів, еволюції розвитку виду спорту тощо.

Фізична підготовка спрямована на виховання фізичних якостей, які необхідні для спортивної діяльності. Фізична підготовка поділяється на загальну та спеціальну.

Завданнями ***загальної фізичної підготовки*** є різноманітний розвиток фізичних здібностей, які не обумовлюються специфічними якостями, що демонструються в обраному виді спорту.

Спеціальна фізична підготовка формує специфічні якості, які спортсмен досягає в обраному виді спорту.

Технічна підготовка спрямована на оволодіння атлетом спеціальних рухів, які виконуються на змаганнях, а також за допомогою яких атлет бере участь на тренуваннях. Технічна підготовка здійснюється поетапно, спочатку спортсмени оволодівають необхідними технічними навиками в обраному виді спорту, а згодом вони вдосконалюються та доводяться до автоматизму в тренувальних заняттях і реалізуються в процесі змагальної діяльності.

Тактична підготовка має сприяти атлету в досягненні спортивної майстерності під час змагань. У процесі тактичної підготовки формується у атлета вміння вести спортивну боротьбу з урахуванням своєї підготовленості,

можливостей суперника, зовнішніх умов тощо.

Досягнення високого спортивного результату неможливе без належної ***психологічної підготовки***, в процесі якої виховуються та вдосконалюються морально-вольові здібності, вміння налаштовуватись на спортивну боротьбу. Належна психологічна підготовка дозволяє формувати у атлета спеціальні, психологічні функції, які пов'язані з особливостями змагальної діяльності в обраному виді спорту.

Сутністю ***інтегральної підготовки*** є об'єднання в одне ціле умінь та навичок, фізичних здібностей, рівня підготовленості, знань, досвіду, що дозволяє здійснювати інтегральну підготовку. Інтегральна підготовка дуже важлива для атлетів високої кваліфікації.

3. Закономірності та принципи спортивного тренування

Спортивне тренування відбувається на основі загально педагогічних принципів і принципів методики фізичного виховання та спорту. Сучасна система підготовки атлетів реалізовується на основних принципах, які грунтуються на науково-методичній основі і передбачають:

– спрямованість до максимально можливих звершень;
– поглиблена індивідуалізація та спеціалізація;
– єдність загальної та спеціальної підготовки;
– безперервність тренувального процесу;
– єдність поступовості збільшення тренувальних навантажень;
– хвилеподібність навантажень;
– циклічність тренувального процесу.

Спрямованість до максимально можливих звершень. Цей принцип повною мірою відображає сутність спорту – перемога у змаганнях. Тому закономірним є намагання кожного атлета пройти шляхом вдосконалення, що стимулюється самою системою спортивних змагань та єдиною спортивною класифікацією.

Поглиблена індивідуалізація та спеціалізація. Закономірністю сучасного спорту є неможливість досягнути максимального результату не дотримуючись принципу поглибленої індивідуалізації та спеціалізації. Застосування даного принципу пов'язане з природною обдарованістю атлета, його схильністю до специфічної діяльності.

Єдність загальної та спеціальної підготовки. Взаємозалежність загальної та спеціальної підготовки характеризується нерозривністю і безумовною необхідністю кожної із складових спортивної підготовки. Спеціальна підготовка грунтується на загальній підготовці, тобто зміст спеціальної підготовки залежить від передумов, які формуються загальною підготовкою, а зміст загальної підготовки визначається особливостями спортивної спеціалізації.

Безперервність тренувального процесу. Основна сутність цього принципу полягає в тому, що спортивне тренування відбувається як цілорічна та багаторічна система занять. Зв'язок між ланками тренування реалізовується безперервною послідовністю кумулятивних ефектів тренування. Інтервал між заняттями визначається на основі закономірностей відновлення та підвищення

працездатності.

Єдність поступовості збільшення тренувальних навантажень. Принцип відображає закономірності адаптації до тренувальних і змагальних навантажень. У процесі багаторічного тренування атлету на кожному наступному етапі висуваються значні вимоги. Водночас об'єм тренувальних навантажень обмежується кваліфікацією та підготовленістю атлета.

Хвилеподібність навантажень. Принцип грунтується на необхідності відновлення після навантаження. Прогресуюче підвищення навантаження на окремих етапах вступає у певне протиріччя зі змінами в організмі, які викликані процесами пристосування до навантажень та необхідністю відновлення та перевлаштуванню організму. Виходячи з цього виділяють малі, середні і великі «хвилі».

Циклічність тренувального процесу. Принцип циклічності проявляється в систематичному повторенні відносно закінчених структурних циклів тренувального процесу.

Виділяють:

1) малі цикли – мікроцикли;

2) середні цикли – мезоцикли;

3) великі цикли – макроцикли (піврічні, річні, олімпійські).

4. Засоби та методи спортивного тренування

Засоби спортивного тренування поділяються на: загально-підготовчі, спеціально-підготовчі, спеціальні вправи.

Загально-підготовчі вправи. Засоби, які надають всебічний, функціональний розвиток організму людини. Засоби загальної фізичної підготовки мають бути:

– різнобічними, що дають змогу у комплексі зі спеціальними руховими діями забезпечити всебічний розвиток фізичних якостей;

– вони мають відображати специфіку спортивної спеціалізації та забезпечувати позитивне перенесення тренованості та фізичних навичок.

Спеціально-підготовчі вправи включають в себе елементи змагальних вправ, їх варіанти, а також дії, що мають суттєву подібність з обраним видом спорту, як за формою, так і за характером прояву якостей.

Спеціально-підготовчі вправи в свою чергу поділяються на підвідні, імітаційні та підготовчі вправи.

Підвідні вправи сприяють засвоєнню техніки, форми рухів.

Імітаційні вправи відповідають кінематичній та координаційній структурі обраного виду спорту.

Підготовчі вправи спрямовані на розвиток спеціальних фізичних здібностей.

Спеціальні вправи. Цілісні фізичні вправи чи їх сукупність, які є засобом ведення спортивної боротьби і застосовуються згідно з правилами змагань з обраного виду спорту.

5. Методи спортивного тренування

Методи спортивного тренування поділяються на: загально-педагогічні, специфічні, додаткові методи.

Загально-педагогічні методи спрямовані на здобуття знань.

Специфічні методи застосовуються з метою оволодіння фізичними вміннями та навичками, а також для вдосконалення фізичних навичок і розвиткурухових здібностей.

Для оволодіння руховими вміннями та навичками застосовуються методи, які мають на меті формування цілісні вправи, а також методи, які формують цілісну рухову навичку з окремих частин в єдине ціле.

Для вдосконалення рухових навичок і розвитку рухових здібностей застосовуються методи, які передбачають точне нормування та регулювання фізичних навантажень: перемінний, рівномірний, інтервальний, повторний, метод колового тренування.

З цією ж метою впроваджують змагальний та ігровий методи, які передбачають створення ігрових та змагальних умов у процесі виконання завдання.

Додаткові методи спеціально розробляються відносно запитів спортивної практики. Ними є: психомоторне, аутогенне тренування, тренування в екстремальних умовах тощо.

ТЕМА 4: Загальні основи управління підготовкою спортсменів

ПЛАН

1. Психомоторика.
2. Формування рухового досвіду.
3. Біомеханіка рухових дій.

1. Психомоторика

Для більш повного розуміння процесів управління фізичними діями людини великого значення має психомоторика. Поняття «психомоторика» вперше ввів І.М. Сєченов.

На думку В.М. Платонова, у сфері психомоторики людини як її підструктури виділяють не тільки багатопараметричні й складнокоординовані рухи, а й різноманітні види сенсомоторних реакцій особистості. В клас сенсомоторних реакцій входять їх численні різновиди: проста сенсомоторна реакція; складна сенсомоторна реакція; сенсомоторна координація. У кожній з цих трьох реакцій розрізняють три типових психічних актів: процеси виявлення і сприйняття стимулу; переробка інформації; процеси, що визначають початок руху.

В цілому функції психомоторних проявів людини дуже різні. Будь-який психічний акт, втілений в русі, оснований на діяльності чуттєвих регістрів – аналізаторних систем. До них відносять вимірювальні, власне-пізнавальні компоненти рухів людини, які характерні для різних виробничих операцій. Вони відтворюються у просторі та часі в різноманітних формах і видах рухових реакцій, а також у складнокоординаційних техніко-тактичних діях атлетів.

У багатьох видах спорту, визначальне місце займає така важлива якість психомоторики як «почуття часу», яка сприяє розвитку орієнтування атлетів. У процесі тренінгу створюються передумови для формування у атлетів системних

зорово-рухових, зорово-слухових і рухово-словесних асоціацій, яка дозволяє точно і швидко здійснити фізичні вправи.

2. Формування рухового досвіду

Формування рухового досвіду є багатоступеневим процесом. Від елементарних умінь, які складають основу доцільної фізичної діяльності людини і стали в результаті неодноразового повторення, здійснюється перехід до синтезування цілої низки навичок і умінь вищого порядку. Навичка в цій багатоярусній системі довільних рухів є не що інше, як освоєне вміння вирішувати те чи інше рухове завдання.

Рухове вміння являє собою досить примітивну форму освоєння прийомів і дії, що характеризуються відсутністю надійності, наявністю серйозних помилок, низькою ефективністю і т.ін. Це системно правильне виконання руху в біомеханічному відношенні вимагає активної участі свідомості.

Рухова навичка – це автоматизований спосіб управління рухами в цілісній руховій дії.

Психофізіологи В.Д. Мазниченко розглядає п’ять стадій формування рухових умінь і навичок.

Перша стадія пов’язана з формуванням в спортсменів поняття і зорового уявлення про вправу в цілому. Головні канали отримання інформації – зоровий і слуховий.

Друга стадія пов’язана з початковим етапом виконання розучуваної рухової дії. Вона характеризується широкою іррадіацією збудження по нервовим центрам при недостатності внутрішнього гальмування і невпорядкованості ЦНС.

Третя стадія характеризується концентрацією збудження в тих нервових центрах, які потрібні для управління руховим актом.

Четверта стадія – автоматизація дії. Техніка руху виконується стабільно. Контроль за рухами здійснюється переважно за рахунок пропріорецептивних сигналів, а зоровий зворотний зв’язок відходить на другий план.

П’ята стадія – атлет вчиться змінювати деталі спортивної вправи для того, щоб домогтися максимального результату при змінених умовах діяльності.

3. Біомеханіка рухових дій

Рух як моторна функція організму є зміна положення тіла і його частин. Біомеханічна теорія рухів особистості передбачає не просте з’єднання законів механіки і біологічних закономірностей, а їх органічне злиття. Основна особливість біомеханіки полягає в тому, що, розглядаючи будь-який процес, вона не пасивно описує його, як це робить механіка, а відображає активний вплив управління на процес рухами. У зв’язку з цим біомеханіка розглядається як наука про управління рухами.

Біомеханіка найбільш точно характеризує спортивну техніку, яка визначається як спеціалізована система одночасних і послідовних рухів, спрямованих на раціональну організацію взаємодії внутрішніх і зовнішніх сил з

метою найбільш повного і ефективного використання їх для досягнення високих спортивних результатів.

ТЕМА 5: Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів

ПЛАН

1. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні.
2. Етапне управління.
3. Поточне управління.
4. Оперативне управління.
5. Комплексний контроль.

1. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні

У практиці спортивного тренування контроль проводиться тренером. Такий контроль називається педагогічним.

Доцільність педагогічного контролю розглядається з позицій п’яти основних чинників: об’єму та характеру тренувальних навантажень, функціонального стану, техніки виконання вправ, особливостей поведінки на змаганнях, спортивних результатів.

Предметом педагогічного контролю в спорті вважають оцінку, облік та аналіз стану фізичної функції, технічної майстерності, психічних процесів, норм тренувальних навантажень, змагальної діяльності, спортивних результатів спортсменів.

У процесі тренування розрізняють три види стану атлета: перманентний, поточний, оперативний.

Перманентні стани є результатом кумулятивного тренувального ефекту, охоплюють довгий проміжок часу при становленні та підтриманні спортивної форми.

Поточні стани змінюються щоденно під впливом різних за об’ємом, інтенсивністю, спрямованістю змагальних, тренувальних навантажень, відпочинку та інших факторів.

Оперативні стани змінюються в процесі тренувальних навантажень різного об’єму, спрямованості та інтенсивності, що входять до їхньої структури.

2. Етапне управління

Метою етапного управління є діагностика та зміна стану атлета під впливом довгого тренування.

Ефективність етапного управління визначається такими факторами: чіткими уявленнями про рівень підготовленості та тренованості, якого повинні були досягнути атлети в кінці визначеного етапу підготовки; відбором та раціональним застосуванням у часі засобів та методів вирішення завдань інтегральної підготовки; наявністю об’єктивної системи контролю за ефективністю процесу підготовки та його корекції.

Етапне управління процесом підготовки пов’язано з встановленням кількісних характеристик структури тренованості і змагальної діяльності,

діагностикою стану атлетів, розробкою та корекцією планів підготовки тощо.

3. Поточне управління

Під час поточного управління оцінюється реакція організму на тренувальні навантаження, їх серій та мікроциклів, реєструються щоденні зміни в показниках підготовленості атлетів, які обумовлені щоденними тренувальними заняттями.

В числі основних умов ефективного поточного управління В.М. Платонов виділяє: забезпечення оптимального співвідношення в тренувальному процесі занять з різноманітними за величиною навантаженнями, що, з одного боку, дозволяє відповідно стимулювати адаптаційні процеси, а з іншого – створює умови для протікання цих процесів; раціональне співвідношення в мезоциклах навантажувальних та відновлювальних мікроциклів як основи для ефективної адаптації; оптимальне співвідношення в мікроциклах та мезоциклах роботи різноманітної спрямованості, тренувальних та змагальних навантажень; спрямоване керування працездатністю, відновлювальними та адаптаційними процесами шляхом комплексного застосування педагогічних та додаткових засобів (фізичних, фармакологічних, психологічних, кліматичних, матеріально-технічних).

4. Оперативне управління

Основною метою оперативного управління є визначення адаптаційних реакцій організму атлетів на фізичні навантаження.

Оперативний контроль дозволяє визначити тренувальний ефект. В оперативному управлінні оцінюється реакція організму атлета на окремі дії і корегуються управлінські впливи з метою досягнення заданого тренувального ефекту.

На етапі оперативного управління доводиться до атлетів оперативна інформація і через зворотні зв’язки тренер отримує і аналізує інформацію про хід виконання тренувального завдання, що дозволяє вносити необхідні корективи. У кожному виді спорту існує своя система оперативного управління.

5. Комплексний контроль

В сучасних умовах ефективне управління підготовкою атлетів неможливе без використання методів і засобів комплексного контролю.

Комплексний контроль – одна з найважливіших ланок системи підготовки атлетів високої кваліфікації. Будь-який спортивний результат характеризується проявом інтегральної підготовленості атлетів, а змагальні завдання вирішуються тільки у комплексі функціональної, технічної, тактичної та інших видів підготовленості. Тобто, тренеру необхідна повна інформація про стан атлета в найбільш екстремальних режимах функціонування. І якщо, у тренера буде відсутня інформація про реакцію організму атлета на значне навантаження, а будуть лише відомості про кількісні та якісні показники цього навантаження, то у цьому випадку можна говорити про розрив одного зі шляхів зворотного зв’язку. Отже, система управління тренер-атлет стаєрозімкнутою, а тому неможлива її ефективна робота.

ТЕМА 6: Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів

ПЛАН

1. Загальні поняття про навантаження.
2. Характер навантажень.
3. Величина навантажень.
4. Спрямованість навантаження.

1. Загальні поняття про навантаження

Будь-які зміни, що відбуваються в організмі, як правило, зумовлені навантаженнями, тобто впливом зовнішніх і внутрішніх факторів. Навантаження може бути розумове, емоційне та фізичне. Кожен із цих видів навантаження має свою специфіку і певні механізми впливу. У підготовці атлетів велике значення має фізичне навантаження.

Під **фізичним навантаженням** розуміють величину змін внутрішнього середовища організму атлета, зумовлені впливом рухових дій. Фізичні дії викликають реакцію функціональних систем організму, що відображається на адаптаційних механізмах його пристосування до певної діяльності.

Швидкість адаптаційних перебудов в організмі атлетів, їх характер і досягнутий рівень адаптації обумовлені характером, величиною і спрямованістю навантажень, які відбуваються.

2. Характер навантажень

За характером навантаження діляються на: тренувальні та змагальні, специфічні і неспецифічні, локальні, регіональні і глобальні.

Тренувальні навантаження включають в себе об’ємг виконаних рухових дій у процесі підготовки атлета до змагань.

Змагальні навантаження характеризуються кількісними і якісними показниками змагальних вправ протягом одного або кількох змагань, що закінчують певний цикл підготовки атлетів.

Специфічні і неспецифічні навантаження характерні для кожного виду спорту і від їх поєднання залежить тренувальний ефект.

Специфічне навантаження викликають рухові дії, які включають елементи змагальних вправ, їх варіанти, а також рухів, які подібні до них за формою і характером.

Рухові дії, які використовуються як засоби загальної фізичної підготовки, характеризують неспецифічне навантаження.

Навантаження розрізняють також за інтегральним і локальним впливом на організм атлета. Інтегральний вплив викликають змагальні вправи.

Локальне навантаження обмежується певним місцем впливу.

Регіональне навантаження впливає на організм атлета в процесі роботи від 1/3 до 2/3 всіх м’язів.

В цілому характер навантажень зумовлюється метою і завданнями тренувального процесу і залежить від комплексного підходу до підготовки атлетів.

3. Величина навантажень

Під величиною навантажень розуміють кількісну міру тренувального

впливу.

Величину тренувальних і змагальних навантажень можна охарактеризувати з «зовнішнього» і «внутрішнього» боку.

«Зовнішнє» навантаження характеризується як фізичне і визначається за тривалістю і швидкістю виконаних рухових дій, кількістю підходів, повторів, елементів, піднятої ваги тощо.

«Внутрішнє» або фізіологічне навантаження є мірою мобілізації функціональних можливостей організму атлета під час виконання тренувальної роботи і враховується за такими показниками, як: частота серцевих скорочень, використання кисню, кисневий борг, артеріальний тиск, pH-крові, лактат крові тощо.

Величина навантаження визначається за двома основними складовими – об'ємом та інтенсивністю.

Об'єм навантаження характеризується кількісними показниками (кількість вправ, серій, годин занять, циклів, етапів, періодів) тощо.

Інтенсивність навантаження визначається кількістю виконаних дій за одиницю часу. Інтенсивність є дуже важливим показником визначення величини навантаження. Однозначного підходу до визначення меж, зон інтенсивності серед спеціалістів немає. Так, В.С. Фарфель виділив 4 зони інтенсивності:

1) зона максимальної потужності (тривалість виконання вправ до 20-30 с);
2) зона субмаксимальної потужності (від 20-30 с до 3-5 хв);
3) зона великої потужності (від 3-5 хв до 30-40 хв);
4) зона помірної потужності (тривалість виконання вправ більше 40 хв).

4. Спрямованість навантаження

Спрямованість навантаження характеризується, з однієї сторони, педагогічними критеріями, які виходять з мети тренувального процесу, а з іншої – фізіологічним механізмом забезпечення фізичної діяльності атлетів. В цьому плані спрямованість навантаження, з педагогічної точки зору, буде скерована на вирішення завдань розвитку рівня рухових здібностей і удосконалення техніко-тактичної майстерності. Фізіологічна спрямованість навантаження характеризується, механізмами енергетичного забезпечення дій атлетів з наступними структурними змінами внутрішніх систем організму.

Спрямованість навантаження характеризують компоненти навантажень, що забезпечують величину і спрямованість термінового тренувального ефекту (ТТЕ).

Для оцінки спрямованості навантаження запропоновано 5 складових:

1) тривалість вправ;
2) інтенсивність вправ;
3) тривалість інтервалів відпочинку між вправами;
4) характер відпочинку;
5) кількість повторення вправи .

Дані складові забезпечують контроль і регулювання навантажень в циклічних видах спорту.

ТЕМА 7: Адаптація до тренувальних навантажень

ПЛАН

1. Основні поняття про адаптацію.
2. Адаптація серцево-судинної системи.
3. Адаптація дихальної системи до фізичних навантажень.

1. Основні поняття про адаптацію

Адаптація, *adaptation* – процес пристосування організму, популяції або іншої біологічної системи до умов функціонування, що змінюються.

У спорті поняття адаптації трактується як зміна стану функціональних систем організму з підвищенням зовнішніх дій для досягнення більш високого рівня результатів. Процеси адаптації виникають за певної інтенсивності та тривалості виконання фізичних вправ. Наслідком адаптації є реакція організму атлета на дію будь-якого фізичного навантаження.

Під фізичним навантаженням в теорії і практиці спортивного тренування розуміють будь-яку форму м'язової активності, що включає одноразове або повторне виконання певного типу рухових дій, під час яких в організмі виникають виражені функціональні зміни, що допомагають росту тренованості.

Поняття «фізичне навантаження» за своїм змістом ширше поняття «фізична вправа». Фізичне навантаження включає в себе комплекс рухових дій, які призводять до адаптаційних змін в організмі. Дані зміни викликають певні зрушення в організмі, наслідком яких є підвищення рівня тренованості.

Адаптаційні зміни, що проходять в організмі підвищують здібність до виконання специфічних рухових завдань. Характер і ступінь цих змін залежить від інтенсивності і тривалості рухових дій, методики тренування та частоти фізичних вправ, а також від генетичних передумов і рівня попередньої активності людини.

Процес адаптації спеціалістами з теорії і практики спорту розглядають з двох боків – спортивної педагогіки і біологічних закономірностей.

У спортивній педагогіці, зокрема в теорії спортивного тренування, процес адаптації розглядається з урахуванням динаміки приросту працездатності атлета як інтегрального показника функціональних пристосувань організму.

Педагогічний підхід до змін адаптації в спорті полягає, в узагальненні результатів спортивної практики для удосконалення методики тренування на основі апробованих положень.

Водночас зрозуміло, що тільки на основі біологічних закономірностей функціонування організму в зміні умов дій фізичних навантажень можна з'ясувати ефективні шляхи пристосування до цих навантажень, що дозволить реалізувати програму підготовки атлетів для досягнення високих спортивних результатів.

Фізіологічна адаптація, в загальному вигляді, розуміється як сукупність фізіологічних реакцій, що лежать в основі пристосування організму до змін оточуючих умов і спрямованих на збереження відносної постійності його внутрішнього середовища – гомеостазу.

Залежно від характеру і часу пристосування реакцій організму, виділяють термінову і довготривалу адаптацію.

Термінова адаптація – це безпосередня відповідь на одноразові рухи фізичного навантаження. Реалізується вона на основі раніше сформованих фізіологічних і біохімічних механізмів і зводиться до змін енергетичного об'єму і функцій вегетативного його обслуговування.

Довготривала адаптація охоплює великий проміжок часу, розвивається поступово як результат сумування слідів навантажень, що повторюються, які пов'язані з виникненням в організмі функціональних і структурних змін.

2. Адаптація серцево-судинної системи

Адаптація атлета до фізичних навантажень здійснюється через пристосування різних систем організму до умов специфічної діяльності: серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової.

Фізичні навантаження викликають в організмі зміни, проходить активна адаптація і перебудова різних органів і системах. Одну з головних функцій в пристосуванні організму до м'язової діяльності грає серцево-судиннасистема.

Фізичні навантаження призводять до змін основних показників функцій серцево-судинної системи.

М'язова робота призводить до змін серцевої діяльності, які проходять у два етапи. Перший з них – це період впрацьовування, під час якого основні параметри кровообігу поступово змінюються від величини спокою до величини, що відповідає певному рівню навантаження. Тривалість цього етапу невелика (від 30 с до 2-2,5 хв). Він у свою чергу поділяється на періоди стартової реакції і початкової стабілізації.

Другий етап – стійкий стан (*steady state*) характеризується встановленим режимом серцевої діяльності на певному рівні навантаження.

Реакція серцево-судинної системи на фізичне навантаження визначається в основному такими показниками гемодинаміки:

– ЧСС;

– ударним об'ємом серця;

– артеріальним тиском;

– хвилинним об'ємом серця;

– судинним опором;

– регіональним кровотоком.

3. Адаптація дихальної системи до фізичних навантажень

Дихальна і серцево-судинна система створюють ефективну систему транспорту кисню в тканини організму і виведення з них діоксиду вуглецю. Система транспорту включає чотири окремих процеси:

1) легеневу вентиляцію;

2) дифузію;

3) транспорт кисню і діоксиду вуглецю з кров'ю;

4) капілярний газообмін.

Легенева вентиляція (дихання) – це сукупність процесів, які забезпечують доступ в організм кисню і виведення з організму вуглецю. Кисень необхідний для окислення органічних речовин, в результаті чого звільнюється енергія.

Вуглець створюється в процесі окислення вуглеводів.

ТЕМА 8: Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів

ПЛАН

1. Загальна структура багаторічної підготовки спортсменів.
2. Особливості підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного удосконалення.
3. Багаторічна підготовка спортсменів командних ігрових видів спорту.

1. Загальна структура багаторічної підготовки спортсменів

Багаторічна спортивна підготовка передбачає три етапи:

1) базова спортивна підготовка, що проводиться у масовому спорті у більшості випадків із формування потенційних резервів для подальшого просування до вищих спортивних досягнень;

2) діяльність в спорті вищих досягнень;

3) спортивна діяльність після виходу зі спорту вищих досягнень.

Тривалість і структура багаторічної підготовки атлетів залежить від багатьох факторів:

– статевих та індивідуальних особливостей атлетів, темпів їх біологічної зрілості і пов’язаних з ними темпів росту спортивної майстерності;

– віку, з якого атлет розпочав заняття;

– структури змагальної діяльності і підготовленості атлетів, що гарантує високі спортивні результати;

– закономірностей розвитку спортивної майстерності;

– тренувального змісту – складу методів і засобів, динаміки навантажень, побудови різних структурних утворень тренувального процесу, застосування додаткових факторів.

2. Особливості підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного удосконалення

На сучасному етапі побудови тренувального процесу, при плануванні багаторічної підготовки, спеціалісти зоорієнтовані на п’ять етапів:

1) початкової підготовки;

2) попередньої базової підготовки;

3) спеціалізованої базової підготовки;

4) максимальної реалізації індивідуальних можливостей;

5) збереження спортивних досягнень.

Етапи підготовки до вищих досягнень – поступового зниження досягнень і виходу зі спорту вищих досягнень – на сьогодні вимагають подальшого експериментального обґрунтування і детальної розробки методологічних підходів щодо реалізації моделі побудови тренувального процесу на даних етапах.

3. Багаторічна підготовка спортсменів командних ігрових видів спорту

Багаторічна підготовка спортсменів командних ігрових видів спорту

загалом має бути обумовлена структурою і змістом загальної системи підготовки атлетів протягом таких етапів, як: початкової підготовки, попередньої базової підготовки; спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження спортивних досягнень. Слід зауважити, що провідні спеціалісти, які займалися проблемами підготовки атлетів у командних ігрових видах спорту, рекомендують методичні підходи щодо їх багаторічної підготовки. Зокрема, словацькі спеціалісти Л. Качані, Л. Горський багаторічну підготовку футболістів розподіляють на наступні вікові категорії:

1) початкову – для дітей 7-9 років (підготовча група);
2) просту – для дітей 11-12 років;
3) поглиблену – для дітей 13-14 років;
4) спеціальну – для юнаків 15-18 років;
5) завершальну – для гравців від 19 років.

ТЕМА 9: Відбір та орієнтація у загальній системі спортивної підготовки

ПЛАН

1. Спортивний відбір як раціональна система педагогічного пошуку обдарованих людей.
2. Зв’язок спортивного відбору та орієнтації із загальною системою багаторічної підготовки.

1. Спортивний відбір як раціональна система педагогічного пошуку обдарованих людей

Спортивний відбір – це процес пошуку найбільш обдарованих дітей, які здатні досягнути високих результатів у певному виді спорту.

Відбір відносять до категорії складних комплексних проблем і виділяють: соціальні, педагогічні та медико-біологічні аспекти.

Соціальні аспекти відбору багато в чому залежать від економіки, оскільки процес підготовки атлетів високої кваліфікації, включаючи підготовку в дитячих спортивних закладах, вимагає значних капіталовкладень.

Педагогічні аспекти відбору тісно пов’язані зі загальною системою тренувань у дитячо-юнацькому віці, з темпами росту спортивної майстерності юних атлетів, із станом психічних процесів, рівнем мотивацій.

Медико-біологічні аспекти включають широке коло питань діагностики стану здоров’я, рівня розвитку і стану основних систем життєдіяльності організму, що лімітують спортивні досягнення у кожному конкретному виді спорту.

У системі спортивного відбору виділяють такі його різновиди: базовий спортивний відбір; спортивна орієнтація; комплектування команди; спортивна селекція.

Базовий спортивний відбір – це процес пошуку дітей, здібних до спортивної діяльності.

Спортивна орієнтація – це визначення перспективних напрямків досягнення вищої спортивної майстерності, яка базується на вивченні задатків і здібностей атлетів їх індивідуальних особливостей для формування спортивної майстерності.

Задатки – це вроджені морфо-функціональні характеристики людини, спадкові передумови її розвитку. Вродженими можуть бути тільки анатомо-фізіологічні особливості, тобто задатки, що лежать в основі розвитку здібностей. До таких задатків відносять особливості вищої нервової системи.

Здібності – властивості особистості, які є передумовою успішного виконання певної діяльності. Проте здібності не є лише вродженими, а також суспільно набутими якостями внаслідок розвитку задатків і формуються у процесі розвитку.

Придатність – це сукупність властивостей людини, які характеризують можливість виконання певної діяльності. Придатність визначається рівнем знань, здібностями, умінь, навичок, рисами характеру, особливостями емоційно-вольової сфери людини. Поняття придатності передбачає, що людина згідно своїх даних не тільки підходить для певної діяльності, але і сама діяльність підходить цій людині.

Схильність – стійка орієнтація людини на певну діяльність. Схильність пов’язана із придатністю, яка часто стимулює бажання до діяльності.

Обдарованість (моторна, сенсорна, інтелектуальна) – це високий рівень вроджених задатків розвитку здібностей і схильності до певного виду спорту, творчого ставлення до справи (навчально-тренувального процесу, змагань, режиму). Від обдарованості залежить не успіх, а тільки можливість його досягнення.

Талант – вроджена обдарованість, найвища придатність людини до певної діяльності. У спорті це змагальна діяльність.

2. Зв’язок спортивного відбору та орієнтації із загальною системою багаторічної підготовки

У загальній системі підготовки спортсменів В.М. Волков, В.П. Філін виділяють 4 етапи спортивного відбору.

На першому етапі спортивного відбору основними завданням є відбір моторно-обдарованих спортсменів, виявлення їхнього психомоторного статусу. Попередньо визначається контингент дітей для зарахування в ДЮСШ.

Протягом другого етапу відбору визначається придатність дітей і підлітків для вдосконалення у певному виді спорту. Тривалість етапу 3-6 місяців.

На третьому етапі відбору (етапі спортивної орієнтації), що триває декілька років, як і на попередніх етапах, тут здійснюються педагогічні спостереження, тестування фізичних якостей, медико-біологічні, психологічні й соціологічні дослідження.

На четвертому етапі відбору триває всебічне вивчення розвитку здібностей й оцінюється ступінь спортивної майстерності. Основним завданням є відбір і комплектування юнацьких молодіжних команд добровільних спортивних товариств.

В.М. Платонов вважає, що відбір і орієнтація мають бути тісно пов'язані зі структурою багаторічного удосконалення атлетів. Вчений розглядає п'ять етапів відбору і орієнтації: первинний, попередній, проміжний, основний і заключний відбори.

Первинний відбір – на цьому етапі відбору є визначення для дитини виду спорту, у якому їй доцільно вдосконалюватись. Основними критеріями на етапі первинного відбору є: вік найбільш сприятливих занять певним видом спорту; відсутність схильності до захворювань і серйозних відхилень у стані здоров'я; відповідність антропометричних і конституційних особливостей виду спорту; відповідність рівня розвитку фізичних якостей вимогам виду спорту. Після первинного етапу відбору до наступної підготовки залучається 10-12% найбільш здібних дітей.

Попередній відбір – виявлення здібностей до подальшого спортивного вдосконалення, що здійснюється на основі наступних критеріїв:

– відсутність протипоказань у стані здоров'я;

– відповідність потенційних можливостей різних систем організму вимогам обраного виду спорту;

– ступінь мінливості функціональних систем під впливом оптимального тренування. Під час попереднього відбору для подальшого вдосконалення мають залишитись 15-20 % дітей, які пройшли попередню підготовку.

Проміжний відбір – виявлення здібностей до високих тренувальних і змагальних навантажень. Ефективність проміжного відбору обумовлена наступними критеріями:

– стійка мотивація досягнення високої спортивної майстерності;

– психологічна й функціональна готовність до перенесення великих змагальних і тренувальних навантажень;

– виявлення резервів для подальшого вдосконалення фізичних якостей і функціональних систем організму людини.

Проміжний відбір передбачає, що до етапу спеціальної базової підготовки мають бути допущені 15-20 % тих, хто був долучений до попередньої базової підготовки.

Основний відбір – визначення перспектив атлета до досягнення результатів міжнародного класу. Завдання етапу вирішуються за допомогою наступних критеріїв:

– здатність до максимальної реалізації фізичних якостей в умовах головних змагань;

– психологічна та функціональна підготовленість до перенесення змагальних і тренувальних навантажень;

– здібність до адекватного сприйняття загальної ситуації й пристосування до неї різних складових підготовки.

По завершенню основного відбору до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей має бути залучено 10-12 % дітей від тих, які були на етапі основного відбору.

Заключний відбір – виявлення здібностей для збереження досягнутих результатів та їхнього зростання.

Основні критерії:

– наявність відповідної мотивації й відсутність відхилень у стані здоров'я;

– вік дитини, що дозволяє підтримувати відповідний рівень підготовленості;

– наявність резервних можливостей організму, що дозволяє підтримувати високий рівень спортивної форми;

– відповідні соціальні та матеріальні фактори, які дозволяють продовжувати заняття спортом вищих досягнень.

ТЕМА 10: Побудова тренувального процесу спортсменів на основі теорії періодизації

ПЛАН

1. Формування теорії та методики побудови тренувального процесу спортсменів протягом річних тренувальних циклів.
2. Теоретико-методичні основи теорії періодизації спортивного тренування.
3. Особливості побудови тренувального процесу в різних видах спорту протягом річних тренувальних циклів.

1. Формування теорії та методики побудови тренувального процесу спортсменів протягом річних тренувальних циклів

Обґрунтування підготовки атлетів протягом річних тренувальних циклів почалося у 20-ті роки минулого століття. Спеціалісти рекомендують чергувати періоди «загальної», «підготовчої» та «спеціальної» підготовки. Деякі з них розподіляли підготовку атлетів до змагань на декілька періодів.

Планування річної підготовки атлетів – одна з важливих сторін управління тренувальним процесом. Принциповою особливістю річної підготовки є те, що вона будується на основі самостійних структурних утворень, всі складові яких об'єднані загальним педагогічним завданням досягнення конкретного стану підготовленості атлета, що забезпечує успішний виступ на змаганнях.

Розподіл процесу підготовки протягом року на відносно самостійні періоди з метою організації планомірної підготовки атлетів і їх успішного виступу на змаганнях був характерний для атлетів, які спеціалізувалися в сезонних видах спорту (зимові види, водні види, велосипедний спорт та ін.). Це зумовлювалось спробами підвищити рівень майстерності атлетів за рахунок різнобічної загальної підготовки в ті пори року, коли за кліматичними умовами спеціальна підготовка була практично не можлива.

2. Теоретико-методичні основи теорії періодизації спортивного тренування

Періодизація спортивного тренування з'явилася в 1950-ті роки у колишньому Радянському Союзі та була сформована як наукова концепція Л.П. Матвеєвим, який у монографії «Проблема періодизації спортивного тренування» виділив різні за тривалістю цикли підготовки, що пов'язані з

управлінням, розвитком та реалізацією стану атлета – «спортивною формою». Макроцикли передбачалося розділити на три періоди, а кожний період – на етапи, мезоцикли й мікроцикли.

Теорія періодизації формувалася протягом десятиріч і вона ґрунтується на емпіричних, науково-експериментальних і теоретико-методичних аспектах.

Теорія періодизації спортивного тренування передбачає: безперервне, планомірне і всебічне підвищення можливостей атлетів за всіма напрямками техніко-тактичної, психологічної та фізичної підготовки, обумовлених специфікою виду спорту та вимогами високоінтенсивної змагальної діяльності; досягнення стану найбільш високої готовності до стартів у головних змаганнях макроциклу і демонстрація у цих змаганнях найкращого індивідуального результату.

3. Особливості побудови тренувального процесу в різних видах спорту протягом річних тренувальних циклів

Кожен з видів спорту характеризується певною структурою різних сторін підготовки атлетів та проведенням змагань. Саме календар змагань, найбільш високого міжнародного рівня визначає різний підхід до побудови тренувального процесу протягом року.

Тенденція розширення календаря спортивних змагань, в числі яких достатньо багато відповідальних, розподілених більш-менш рівномірно протягом року, змусила до планування трьох макроциклів (бокс, боротьба, важка атлетика, марафонський біг).

Поява зимових стадіонів, манежів, велотреків, широка мережа басейнів дозволили відмовитися від сезонності в багатьох видах спорту, що сприяло появі двох-трьох макроциклів протягом року у велоспорті, легкій атлетиці, плаванні. Одночасно в тих видах спорту, у яких відбувається напружена змагальна діяльність і які потребують великої затрати часу для підготовчої роботи зберігається один річний макроцикл.

Побудова тренування на основі річних макроциклів характерна для біатлону, лижних гонок, гірськолижного спорту, бобслею, веслування, санного, парусного спорту, тобто для сезонних видів спорту.

Таким чином, в підготовці висококваліфікованих атлетів здійснюється побудова річного тренування в різних видах спорту на основі одного макроциклу, двох макроциклів, трьох макроциклів і т.ін. Залежно від виду спорту, від календаря змагань, застосовується різна модель побудови тренувального процесу протягом року.

ТЕМА 11: Побудова тренувального процесу спортсменів у річному циклі підготовки

ПЛАН

1. Основні теоретико-методичні поняття.
2. Планування тренувального процесу спортсменів.
3. Побудова тренувального процесу спортсменів на різних етапах річного тренувального циклу.

4. Побудова мікроциклів.
5. Побудова мезоциклів.
6. Побудова річного циклу підготовки спортсменів.

1. Основні теоретико-методичні поняття

Систему спортивної підготовки В.М. Платонов визначив як складне багатофакторне явище, яке передбачає мету, завдання, методи, засоби, організаційні форми, матеріально-технічні умови тощо, що забезпечують досягнення атлетів найвищих показників.

У структурі системи підготовки виділяють: спортивне тренування, змагання, позатренувальні та позазмагальні фактори, що підвищують результативність змагань і тренувань.

Основною ланкою тренувального процесу є спортивне тренування, в якому розвязуються основні завдання підготовки атлетів.

У трактуванні терміну «спортивне тренування» серед фахівців немає єдиних поглядів. Згідно з твердженням Л.П. Матвєєва, «спортивне тренування» як педагогічне явище – це спеціалізований процес фізичного виховання, який спрямований на досягнення спортивних результатів.

Дітрих Харе розглядає «спортивне тренування» як процес спортивного удосконалення, який здійснюється за науковими, зокрема педагогічними принципами, мета якого – через планомірний і систематичний вплив на можливості та підготовленість атлета привести його до високих і рекордних результатів.

На думку В.М. Платонова: спортивне тренування являє собою спеціалізований процес, побудований на використанні фізичних рухів з метою розвитку й удосконалення здібностей, які зумовлюють готовність атлета до досягнення найвищих показників у обраному виді спорту.

Це визначення походить від англійського слова ***training***, що означає вправа. У вузькому значенні тренування розглядалося фахівцями як цілеспрямоване повторення рухових дій.

Найбільш лаконічно поняття «спортивне тренування» визначили Ж.К. Холодов, В.С. Кузнєцов: спортивне тренування – це плановий педагогічний процес, до якого входить навчання атлета спортивної техніки та тактики, розвиток його фізичних якостей.

Л.П. Матвєєв вважає, що не варто ототожнювати поняття «спортивне тренування» з поняттям «підготовка спортсмена», яке розглядається значно ширше за обсягом і змістом і являє собою процес доцільного використання всієї сукупності факторів, які дозволяють більш цілеспрямовано впливати на розвиток атлетів і забезпечити необхідний ступінь їхньої готовності до спортивних досягнень. У подальших своїх роботах Л.П. Матвєєв розглядає спортивне тренування як «підсистему», яка є структурним утворенням у складі комплексної системи підготовки атлетів. Згідно *з* його твердженням таких підсистем три*:* спортивне тренування, підготовчі змагання, додаткові чинники спортивної підготовки.

У тренувальному процесі для характеристики й аналізу підготовки атлета

і з метою визначення його стану та біологічних і психологічних змін, що відбуваються протягом тренування, користуються наступними поняттями, як: «тренованість», «підготовленість», «спортивна форма».

Тренованість характеризується ступенем адаптації організму до певної роботи. Стан тренованості наступає внаслідок біологічних змін, які відбуваються в організмі атлета під впливом тренування і виражаються у покращенні йогопрацездатності.

Підготовленість відображає цілісний ефект спортивної підготовки і характеризує комплексний динамічний стан атлета, який є загальним наслідком його підготовки й оцінюється рівнем розвитку психічних і фізичних здібностей і ступенем засвоєння спортивної майстерності.

Спортивна форма – це стан атлета, який характеризується оптимальним рівнем його підготовленості та тренованості, що дозволяє йому досягати максимальних спортивних результатів.

2. Планування тренувального процесу спортсменів

Планування тренувального процесу атлетів передбачає планування тренування з урахуванням розвитку та удосконалення їхньої тактики, техніки та рухових здібностей.

Крім планування спортивного тренування, в структуру тренувального процесу включають: планування підготовчих і основних змагань, теоретичної і психологічної підготовки, відновлення спортивної працездатності, методів і засобів контролю за тренувальною та змагальною діяльністю.

У процесі планування спортивного тренування, контрольних і основних змагань, теоретичної і психологічної підготовки і т.п. виходять з мети тренувального процесу атлетів.

Метою тренувального процесу є ефективна підготовка до участі в основних змаганнях: чемпіонатах, змаганнях на Кубок, першостях, єврокубках тощо.

3. Побудова тренувального процесу спортсменів на різних етапах річного тренувального циклу

Тренувальний процес як ціле будується на основі визначеної структури, яка являє собою відносно сталий порядок об’єднання компонентів певного процесу, їх закономірне співвідношення один з одним і загальною послідовністю.

Структура тренувального процесу характеризується, зокрема:

1) доцільним порядком взаємозв’язку різних сторін змісту підготовки атлета;

2) необхідними співвідношеннями параметрів тренувальних і змагальних навантажень;

3) визначеною послідовністю різних ланок тренувального процесу, які є фазами, або стадіями, цього процесу, які відбивають його закономірні зміни у часі.

Загальна структура тренувального процесу складається з окремих структурних утворень, що є його складовими частинами. В теорії спортивного тренування розрізняють:

1) мікроструктуру;

2) мезоструктуру;

3) макроструктуру.

4. Побудова мікроциклів

Тренувальні заняття протягом декількох днів, об'єднані загальним завданням, уперше у 1962 р. Л.П. Матвеєвим було названо мікроциклом.

Тренувальним мікроциклом прийнято називати серію занять, що забезпечують комплексне розв'язання завдань, які виникають на даному етапі підготовки. Тривалість мікроциклів від 3-4 до 10-14 днів.

Зовнішніми ознаками мікроциклу є:

– наявність двох фаз у його структурі;

– наявність стимуляційної і відновлювальної фаз.

5. Побудова мезоциклів

Тренувальний мезоцикл являє собою відносно цілісний етап тренувального процесу.

Один мезоцикл включає як мінімум 2 мікроцикли. В існуючій практиці найчастіше мезоцикли складаються з 3-6 мікроциклів.

Зовнішніми ознаками мезоциклу є:

1) повторне відтворення низки мікроциклів у єдиній послідовності або чергування різних мікроциклів у визначеній послідовності;

2) зміна однієї спрямованості мікроциклів іншими характеризує і зміну мезоциклу;

3) закінчується мезоцикл відновлювальним мікроциклом, змаганнями чи контрольними випробовуваннями.

6. Побудова річного циклу підготовки спортсменів

У підготовці атлетів високої кваліфікації протягом року розрізняють як одноциклове, так і багатоциклове планування. Кожний з циклів підготовки включає три періоди підготовки атлетів: підготовчий, змагальний та перехідний.

Підготовчий період спрямований на становлення спортивної форми − створення міцного фундаменту підготовки до основних змагань, удосконалення різних сторін підготовленості атлетів.

У ***змагальному періоді*** здійснюється стабілізація спортивної форми через інтегральну підготовку. ***Перехідний період*** спрямований на відновлення фізичного і психічного потенціалу після напружених тренувальних і змагальних навантажень.

ТЕМА 12: Психологічна підготовка спортсменів

ПЛАН

1. Загальні поняття.
2. Психологічне забезпечення підготовки спортсменів.

1. Загальні поняття

Психологічна підготовка атлета здійснюється на основі загальних понять,

основних завдань, засобів, форм і методів.

Психологія фізичного виховання і спорту – галузь психології, що вивчає закономірності прояву, розвитку психіки, формування психології дієвої особистості у специфічних умовах фізичного виховання та спорту.

Психологія спорту є однією зі спеціальних галузей психологічної науки, а саме «Психологія фізичного виховання і спорту», що має практичну спрямованість у сфері фізичного виховання і спорту.

Психологія спорту включає окремі напрямки: спортивна психодіагностика, психогігієна спорту, соціальна психологія спорту, психорегуляція, психомоторика, психофізіологія спорту.

Спортивна психодіагностика – це розділ психології фізичного виховання й спорту, що розробляє і вивчає методологічні основи та методи обстеження атлетів з метою складання їх психологічних характеристик, оцінки психічного стану, психічної підготовленості, а також соціально-психологічних особливостей спортивних команд.

Психогігієна спорту – галузь медичної психології, що розробляє заходи щодо зміцнення і збереження нервово-психологічного здоров'я атлета.

Соціальна психологія спорту – розділ психології фізичного виховання та спорту, що вивчає закономірності поведінки і діяльності атлетів, які обумовлені їх включенням в спеціальні об'єднання.

Психорегуляція – це процес довільного впливу на психічний стан і психомоторику атлета, що здійснюється з метою їх оптимізації самим індивідом чи іншими людьми.

Психомоторика – це сфера спеціальних рухів атлета, що розглядаються у нерозривному зв'язку з психічними процесами, які здійснюють їх контроль і регуляцію.

Психофізіологія спорту – це розділ спортивної психології, що вивчає взаємозалежність змін фізіологічних і психічних функцій, що відбуваються в організмі при заняттях спортом.

Психопрофілактика спорту – галузь медичної психології, яка займається попередженням і виявленням психосоматичних і нервово-психічних захворювань у атлета.

Психоспортограма – опис виду спорту з точки зору вимог до фізичних і психічних здібностей автлета; застосовується для проведення спортивного відбору [3].

2. Психологічне забезпечення підготовки спортсменів

Психологічне забезпечення – це комплекс заходів, які спрямованих на спеціальний розвиток, удосконалення й оптимізацію систем психічного регулювання функцій організму і поведінки атлета з урахуванням завдань тренування і змагальної діяльності, мобілізацію резервів психіки атлетів, що забезпечило б значну продуктивність діяльності та ефективність кінцевого результату.

Компонентами психологічного забезпечення підготовки атлетів є:

– аналіз вимог до психіки атлета з певного виду спорту;

– визначення ступеня відповідності індивідуально-психологічних

особливостей атлета згідно з вимогами діяльності в певному виді спорту;

– випереджаюче планування психологічного забезпечення підготовки атлетів відповідно до завдань етапу багаторічної підготовки;

– розвиваючі та навчальні програми;

– реабілітаційні та корегуючі програми;

– психологічний контроль.

ТЕМА 13: Техніко-тактична підготовка спортсменів

ПЛАН

1. Основні поняття.
2. Завдання, засоби і методи техніко-тактичної підготовки.
3. Формування техніки рухів спортсменів.

1. Основні поняття

Спортивна техніка – це сукупність спеціальних рухів атлета, на тлі яких він може брати участь у змаганнях у певному виді спорту.

За тлумаченням В.М. Платонова, під спортивною технікою слід розуміти сукупність дій і прийомів, які забезпечують ефективне вирішення фізичних завдань, зумовлених специфікою певного виду спорту.

В.Д. Фіскалов під технічною майстерністю розуміє ступінь освоєння атлетом системи дій, що відповідають особливостям певного виду спорту і дають змогу реалізувати його фізичні здібності, що забезпечують реалізацію високих результатів.

Об'єм технічної підготовленості атлета зумовлений, з однієї сторони, структурою змагальної діяльності в певному виді спорту, що склалася протягом історичного періоду його розвитку, а з іншої – особливостями сучасної системи підготовки атлетів у даному виді спорту. Розрізняють загальний і змагальний об'єм технічної підготовленості.

Загальний об'єм складається із всіх технічних рухів, які засвоїв атлет у тренувальному процесі. Змагальний об'єм характеризується кількістю технічних рухів, що виконує атлет під час змагань.

У структурі технічної підготовленості виділяють базові і додаткові дії.

Базові дії складають основу техніки певного виду спорту. Базові рухи є обов'язковими для атлета в процесі підготовки до змагальної діяльності. Додаткові дії специфічні й зумовленні індивідуальними особливостями атлетів.

Техніка характеризується такими факторами, як: ефективність, варіативність, надійність, стабільність, раціональність.

Володіння варіативними діями характеризує **різнобічність техніки** атлета.

Під **раціональністю техніки** розуміють такий спосіб виконання дій, який дозволяє найбільш повно реалізувати набуті рухові вміння та навички для досягнення належного спортивного результату.

Ефективність техніки визначається її ступенем наближеності до найбільш раціональних варіантів дій. Розрізняють абсолютну, порівняльну й реалізаційну ефективність.

Абсолютна ефективність – це варіант рухових дій, що дозволяє досягти найкращого спортивного результату.

Порівняльна ефективність передбачає порівняльний аналіз техніки найбільш відомих атлетів і з технікою інших спортсменів.

Реалізаційна ефективність – ступінь реалізації спортсменом у змаганнях певної кількості загальних вмінь і навичок, якими він володіє.

Надійність техніки – виконання фізичних вправ в умовах різних перешкод.

Стабільність техніки – це високий ступінь постійності виконання вправ.

Тактична підготовка – педагогічний процес, який спрямований на оволодіння раціональними формами ведення спортивної боротьби в процесі змагань.

Тактична підготовка передбачає:

– вивчення загальних положень тактики певного виду спорту – прийомів суддівства і положення про змагання, тактичного досвіду найсильніших атлетів;

– засвоєння вмінь будувати свою тактику в майбутніх змаганнях;

– моделювання необхідних умов у тренуваннях й змаганнях для практичного оволодіння тактичними побудовами.

2. Завдання, засоби і методи техніко-тактичної підготовки

Основні завдання технічної підготовки:

1) збільшення об’єму та урізноманітнення рухових умінь і навичок;

2) досягнення високої стабільності та раціональної варіативності спеціалізованих дій – прийомів, які складають основу техніки виду спорту;

3) послідовне перетворення засвоєних дій у доцільні та ефективні змагальні прийоми;

4) удосконалення структури фізичних вправ, їх динаміки та кінематики з урахуванням індивідуальних особливостей атлетів;

5) підвищення надійності та результативності технічних дій атлетів в екстремальних, змагальних умовах;

6) удосконалення технічної майстерност атлета, відповідно до вимог спортивної практики і досягнень науково-технічного прогресу.

Засобами технічної підготовки є загальнопідготовчі, спеціально-підготовчі та змагальні рухи, які мають відповідати наступним вимогам:

1. Рухи, які спрямовані на формування змагальних вправ за частинами, не мають відрізнятись за головними структурними ознаками від відтворених частин змагальної дії;

2. Порядок формування чи перебудови фаз змагального руху залежить як від особливостей структури, так і від підготовленості атлета, у тому числі від наявного рухового досвіду. Чим складніша змагальна комбінація та окремі частини, тим важче потім підбирати всі рухи й сформувати необхідний ритм всієї змагальної вправи вцілому;

3. Незалежно від того чи вивчається вправа відразу вцілому або

елементами, атлет має навчитися контролювати і коректувати рухи; для цього потрібно знати головні «контрольні точки» в кожній фазі;

4. Удосконалювати навички окремих частин змагального руху доцільно, якщо не виникають перешкоди для об'єднання окремих елементів рухів в єдине ціле.

Успішна реалізація завдань щодо формування нової техніки змагальних вправ і перетворення раніше набутих навичок на першому етапі визначається застосуванням методичних прийомів і підходів, особливо коли вони відрізняються координаційною складністю та зв'язані з максимальними зусиллями швидкісно-силового змісту.

3. Формування техніки рухів спортсменів

У формуванні техніки рухів виокрнмлюють три відносно самостійні етапи: етап початкового розучування, етап поглибленого розучування, етап закріплення і подальшого удосконалення рухових дій.

1. Етап початкового розучування

Основні завдання:

1) сформувати елементарні орієнтувальні основи діяльності:

– визначити логічний проект вправи на базі попередніхзнань;

– сформувати чи активізувати рухові, зорові та інші чуттєві уявлення про фізичну вправу, яка вивчається;

– виділити орієнтувальні основи діяльності спочатку під час спостереження, а згодом при самостійному виконанні вправи;

2) розучити у доступній формі нові елементи вправ і загальний порядок виконання рухів, що входять до неї:

– використати раніше сформовані фізичні операції як елементи побудови нової вправи;

– сформувати нові елементи, що поєднують ланки техніки вправ у полегшених умовах;

– попередити чи усунути тимчасові помилки в техніці фізичних вправ.

На етапі початкового розучування, виникають **типові помилки:**

– зайві непотрібні дії;

– перекручування просторових параметрів вправ;

– відхилення від заданих часових і просторово-часових параметрів дій;

– зайві витрати м'язових зусиль, скутість;

– викривлення загального ритму вправ.

Причини помилок:

– недостатня психологічна, фізична підготовленість до вправи, яка вивчається;

– помилки в інформації, яку надає тренер під час формування вправ;

– неправильне сприйняття інформації атлетом;

– негативний вплив втоми;

– недостатність методів передачі інформації;

– несприятливі зовнішні умови виконання вправ;

– негативне перенесення навички.

Загалом на етапі початкового розучування відпрацьовується вміння

виконувати вправи у загальному вигляді, вивчаються основні фази рухів і їх складові, створюється основа структури ритму, попереджаються та усуваються грубі помилки, тобто формується «зовнішнє кільце».

2. Етап поглибленого розучування

Основна мета цього етапу – завершити формування фізичної вправи в якості рухового вміння.

Основні завдання:

1) оптимізувати орієнтувальні основи діяльності;

2) удосконалити техніку виконання вправи щодо точності руху в часі й просторі, за величиною зусиль;

3) підвищити ефективність самоконтролю, домогтися потрібного ступеня підконтрольності усвідомленості основних операцій і їх корекції в процесі виконання.

На цьому етапі застосовуються:

– практичні рухові дії, що переважно виконуються не за елементами, а вцілому;

– словесні методи передачі інформації знань;

– методи ідеомоторних дій;

– методи й засоби забезпечення наочності;

– технічні засоби навчання.

3. Етап закріплення і подальшого удосконалення рухових дій

Цей етап включає наступні стадії: закріплення навички, забезпечення її індивідуальності та потрібної варіативності стосовно різних умов, у тому числі й максимальної її реалізації.

Основні завдання:

1) довести процес засвоєння фізичної вправи до рівня перетворення рухового вміння в навичку;

2) забезпечити необхідну ступінь стабільності та варіативності рухової навички, надійності та економічності техніки вправи;

3) досягнути необхідної відповідності між технічними характеристиками рухів і рівнем розвитку фізичних якостей.

Вирішення цих завдань зумовлено забезпеченням умов, які необхідні для ефективного застосування в безпосередній практичній, спортивній діяльності.

На цьому етапі переважно використовуються наступні методи:

– стандартно-повторний метод;

– варіативні методи виконання рухів;

– комбіновані різновиди методів рухів;

– ігровий метод;

– змагальний метод;

– метод колового тренування.

Отже, формування рухових умінь і навичок є основою технічної підготовленості атлетів відповідно до певного виду спорту.

3.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи

1. Охарактеризуйте загальну схему сучасної підготовки спортсменів.

2. Які мета і завдання спортивної підготовки?

3. Дайте характеристику сторонам підготовки спортсмена.

4. Дайте характеристику закономірностям та принципам спортивного тренування.

5. Розкрийте класифікацію засобів та методів спортивного тренування.

6. Перерахуйте і зробіть короткий аналіз основних напрямків удосконалення сучасної підготовки спортсменів.

7. Дайте визначення основним поняттям управління тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів.

8. Яка сутність тренувальних ефектів: термінового, відставленого, кумулятивного?

9. Охарактеризуйте схему системи управління: тренер-спортсмен.

10. Дайте визначення педагогічному контролю в спортивному тренуванні.

11. Охарактеризуйте цикл етапного управління процесом підготовки спортсменів.

12. Які основні завдання поточного управління?

13. В чому полягає мета і сутність оперативного управління?

14. Яка мета і спрямованість комплексного контролю?

15. Які функції покладаються на тренера поза межами тренувального процесу?

16. Дайте визначення загальним поняттям про навантаження.

17. Як розподіляються навантаження за характером?

18. Що ви розумієте під «зовнішнім» і «внутрішнім» навантаженням?

19. Дайте характеристику «внутрішнього» (фізіологічного) навантаження за зонами відносної потужності: максимальної, субмаксимальної, великої, помірної.

20. Як класифікується навантаження за величиною?

21. За якими компонентами визначається спрямованість навантаження?

22. В якому випадку відбувається позитивна взаємодія під час використання вправ різної спрямованості?

23. Охарактеризуйте п’ять зон спрямованості тренувальних навантажень.

24. Охарактеризуйте координаційну складність вправ.

25.Охарактеризуйте загальну класифікацію навантажень.

26. Що ви розумієте під адаптацією?

27. Дайте визначення термінової та довготривалої адаптації.

28. В чому проявляються фізіологічні механізми адаптації до навантажень?

29. Охарактеризуйте серцево-судинну систему адаптації до фізичних навантажень через основні показники гемодинаміки: ЧСС, ударний об’єм серця, артеріальний тиск, хвилинний об’єм серця, судинний опір, регіональний кровоток.

30. Дайте характеристику адаптації дихальної системи до фізичних навантажень.

31. У чому заключаються механізми прояву таких показників як: споживання кисню, МСК, кисневий борг, кисневий запит, ПАНО.

32. Охарактеризуйте енергетичні витрати організму спортсмена.

33. Які основні особливості адаптації нервово-м’язової системи до фізичних навантажень?

34. Як класифікуються м’язові волокна і в чому проявляється функція волокон різних типів?

35. Охарактеризуйте нервово-м’язову адаптацію у силовій підготовці.

36. Що ви розумієте під гіпертрофією м’язів?

37. Через які механізми здійснюється адаптація нервово-м’язової системи до аеробних навантажень?

38. Які Ви знаєте зони інтенсивності для розвитку витривалості?

39. Через які фізіологічні механізми відбувається розвиток алактатних анаеробних можливостей спортсменів?

40. У чому заключається основна сутність адаптації організму спортсменів до гліколітичних навантажень?

41. Дайте визначення основним теоретико-методичним поняттям спортивної підготовки.

42. Назвіть основні завдання, закономірності та принципи спортивної підготовки.

43. Охарактеризуйте сторони спортивної підготовки.

44. Проаналізуйте структуру і зміст тренувальних занять.

45. Зробіть аналіз основних засобів та методів, що використовуються в процесі підготовки спортсменів.

46. Назвіть основні мікроцикли і охарактеризуйте їх структуру та зміст.

47.Назвіть основні мезоцикли і охарактеризуйте їх структуру та зміст.

48. Охарактеризуйте структуру та зміст річного тренувального циклу.

49. Дайте визначення таким поняттям як: відновлення, стомлення, втома, перевтома?

50. Які ви знаєте засоби відновлення спортивної працездатності?

51. Зробіть коротку характеристику основним засобам відновлення спортивної працездатності.

52. Охарактеризуйте структуру і зміст педагогічних засобів відновлення спортивної працездатності.

53. Які основні завдання відновлення спортивної працездатності: оперативного, поточного, етапного?

54. Що таке реституція пульсу?

55. Дайте характеристику основним режимам чергування навантаження та відпочинку.

56. Чи рівнозначно за тривалістю відбувається відновлення різних компонентів рухових якостей?

57. Охарактеризуйте структуру і зміст медико-біологічних засобів відновлення спортивної працездатності.

58. Як здійснюється планування медико-біологічних засобів відновлення спортивної працездатності на оперативному, поточному і етапному рівнях?

59. Які ви знаєте види і способи масажу?

60. Які є типи лазень?

61. Яка має бути методика користування сауною?

62. Які є основні форми гідро процедур?

63. Які ви знаєте ванни і як вони використовуються в процесі відновлення спортивної працездатності?

64. Охарактеризуйте раціональне харчування спортсменів і його основні компоненти.

65. Зробіть коротку характеристику основних джерел енергії вуглеводів, жирів, білків.

66. Що собою уявляє піраміда харчування, яка її структура?

67. Які основні вітаміни і її комплекси необхідні для нормального функціонування організму спортсмена?

68. Яке значення мінеральних речовин для організму спортсмена і в яких продуктах вони містяться?

69. В яких випадках використовуються харчові добавки?

70. Охарактеризуйте структуру і зміст психологічних засобів відновлення спортивної працездатності.

71. Які є методи психорегуляції?

72. Охарактеризуйте основні форми гіпнозу?

73. Як здійснюється аутогенне тренування?

3.3. Глосарій

Адаптація – це процес пристосування організму, популяції або іншої біологічної системи до умов функціонування, що змінюються.

Базовий спортивний відбір – це процес пошуку дітей, здібних до спортивної діяльності.

Величина навантаження – це кількісна міра тренувального впливу.

Відставлений тренувальний ефект – зміни, які настають в організмі наступного дня після тренувального заняття (занять) або змагань.

Довготривала адаптація – це великий проміжок часу, розвивається поступово (на основі багаторазової реалізації термінової адаптації) як результат сумування слідів навантажень, що повторюються, пов’язаних з виникненням в організмі структурних і функціональних змін.

Ефективність техніки – це ступінь наближеності до найбільш раціональних варіантів рухів.

Загальна фізична підготовка – це різноманітний розвиток фізичних якостей, які не обумовлюються специфічними здібностями, що проявляються в обраному виді спорту.

Задатки – це вроджені морфо-функціональні характеристики людини, спадкові передумови її розвитку.

Здібності – властивості особистості, які є передумовою успішного виконання певної діяльності.

Змагальна діяльність – це діяльність спортсмена у спеціально-обумовленій формі змагань, що відбувається в умовах чітко регламентованого суперництва і спрямоване на максимальну реалізацію його індивідуальних можливостей.

Змагальні навантаження – це кількісні та якісні показники змагальних вправ протягом одного змагання або кількох змагань, що закінчують певний цикл підготовки спортсменів.

Інтегральна підготовка – це об'єднання в одне ціле умінь та навичок, фізичних якостей, знань, досвіду, рівня підготовленості, що дозволяє здійснювати комплексну (інтегральну) підготовку.

Інтенсивність навантаження – це кількість виконаних рухів за одиницю часу.

Кумулятивний тренувальний ефект – зміни в організмі, які відбуваються в процесі нагромадження багатьох тренувальних занять.

Метод – це спосіб застосування основних засобів та сукупність прийомів і правил діяльності спортсмена і тренера.

Надійність техніки – виконання рухів в умовах різних перешкод, наприклад, погодних умов.

Обдарованість (моторна, сенсорна, інтелектуальна) – це високий рівень вроджених задатків розвитку здібностей і схильності до певного виду спорту, творчого ставлення до справи (навчально-тренувального процесу, змагань, режиму).

Обсяг навантаження – це кількісні показники, такі як кількість вправ, серій, годин занять, циклів, етапів, періодів тощо.

Перманентні стани – це результатом кумулятивного тренувального ефекту, охоплюють довгий проміжок часу при становленні та підтриманні спортивної форми на тому чи іншому етапі підготовки.

Придатність – це сукупність властивостей людини, котрі характеризують можливість виконання певної діяльності.

Психологічна підготовка – це формування у спортсмена спеціальних психологічних функцій, які пов'язані з особливостями змагальної діяльності в обраному виді спорту.

Психогігієна спорту – галузь медичної психології, що розробляє заходи щодо збереження і зміцнення нервово-психологічного здоров'я спортсмена.

Психологія фізичного виховання і спорту – галузь психології, що вивчає закономірності прояву, розвитку психіки, формування психології дієвої особистості у специфічних умовах фізичного виховання і спорту.

Психологічне забезпечення – це комплекс заходів, спрямованих на спеціальний розвиток, удосконалення й оптимізацію систем психічного регулювання функцій організму і поведінки спортсмена з урахуванням завдань тренування і змагання, мобілізацію резервів психіки спортсменів, що забезпечило б значну продуктивність діяльності та ефективність кінцевого результату.

Психомоторика – сфера спеціальних рухів спортсмена (всі види реакцій, всі рухи, що довільно управляються, у т.ч. навички), що розглядаються у нерозривному зв'язку з психічними процесами, які здійснюють їх контроль і регуляцію.

Психопрофілактика спорту – галузь медичної психології, що займається виявленням і попередженням нервово-психічних і психосоматичних (тобто

тілесних, але викликаних впливом психологічних причин) захворювань у спортсмена.

Психорегуляція – процес довільного впливу на психічний стан і психомоторику спортсмена, що здійснюється з метою їх оптимізації самим індивідом (саморегуляція) чи іншими людьми – тренером, лікарем, психологом (гетерорегуляція).

Психоспортограма – опис виду спорту з точки зору вимог до психічних і фізичних якостей спортсмена; використовується для проведення спортивного відбору.

Психофізіологія спорту – розділ спортивної психології, що вивчає взаємозалежність змін психічних і фізіологічних функцій, що відбуваються в організмі при заняттях спортом.

Раціональність техніки – це спосіб виконання рухів, що дозволяє найбільш повно реалізувати набуті рухові вміння та навички для досягнення високого спортивного результату.

Різнобічність техніки – це володіння варіативними рухами спортсмена.

Розминка – це комплекс спеціально дібраних вправ, які виконують спортсмени з метою підготовки організму до майбутньої роботи.

Рухова навичка – це автоматизований спосіб управління рухами в цілісній руховій дії.

Рухове вміння – це форма освоєння прийомів і дії, що характеризуються відсутністю надійності, наявністю серйозних помилок, низькою ефективністю і т.ін.

Система спортивної підготовки – тривалий, багатокомпонентний процес, що являє собою упорядковану сукупність специфічних тренувальних і змагальних засобів, цілеспрямовану їх організацію у поєднанні із зовнішніми чинниками та умовами, взаємопов’язане використання яких на етапах багаторічної підготовки, доповнюючи та підсилюючи один одного, забезпечує найкращу готовність спортсмена до спортивних досягнень.

Соціальна психологія спорту – розділ психології фізичного виховання і спорту, що вивчає закономірності поведінки і діяльності спортсменів, обумовлені їх включенням в спеціальні об’єднання (секції, групи, колективи), а також психологічні особливості самих цих груп.

Спеціалізованість – міра подібності даного тренувального засобу із змагальною вправою.

Спеціальна фізична підготовка вирішує завдання виховання специфічних здібностей, завдяки яким спортсмен досягає успіху в обраному виді спорту.

Спортивна орієнтація – це визначення перспективних напрямків досягнення вищої спортивної майстерності, яка базується на вивченні задатків і здібностей спортсменів їх індивідуальних особливостей для формування спортивної майстерності.

Спортивна психодіагностика – розділ психології фізичного виховання і спорту, що вивчає і розробляє методологічні основи та методи обстеження спортсменів з метою складання їх психологічних характеристик, оцінки

психічного стану, психічної підготовленості, а також соціально-психологічних особливостей спортивних команд.

Спортивна техніка – це сукупність спеціальних рухів спортсмена, на основі яких він може брати участь у змаганнях в окремому виді спорту відповідно до встановлених правил.

Спортивна форма – це певний стан спортсмена, який характеризується оптимальним рівнем його тренованості і підготовленості, що дозволяє йому досягати максимального результату у змаганнях.

Спортивне змагання – це багатогранне явище спортивного життя, в процесі якого здійснюється діяльність спортсмена, що дозволяє реалізувати його здібності і забезпечити їх максимальний прояв.

Спортивне тренування – це спеціалізований процес, в рамках якого здійснюється удосконалення спеціальних здібностей спортсмена, обумовлений обраним видом спорту.

Спортивний відбір – це процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів у конкретному виді спорту.

Спрямованість – дія тренувальної вправи на розвиток тієї чи іншої рухової якості.

Стабільність техніки – це високий ступінь постійності виконання дій.

Схильність – стійка орієнтація людини на певну діяльність.

Тактична підготовка – це формування у спортсмена вміння вести спортивну боротьбу з урахуванням своєї підготовленості, можливостей суперника, зовнішніх умов тощо.

Талант – вроджена обдарованість, найвища придатність людини до певної діяльності.

Теоретична підготовка необхідна спортсмену, щоб озброїтись знаннями з теорії та методики спортивного тренування, змісту і закономірностей підготовки спортсменів, еволюції розвитку виду спорту тощо.

Термінова адаптація – це безпосередня відповідь на одноразові дії фізичного навантаження.

Терміновий тренувальний ефект – зміни в організмі, які настають під час виконання фізичних вправ і відразу ж після їх закінчення.

Технічна підготовка спрямована на оволодіння спортсменом спеціальних дій, які виконуються в змаганні, а також за допомогою яких спортсмен бере участь в тренувальному процесі.

Тренованість – характеризується рівнем адаптації організму спортсмена до специфічної тренувальної роботи і визначається в рості його працездатності.

Тренувальна діяльність – діяльність спортсмена щодо оволодіння та удосконалення системою вправ у спеціально організованих умовах.

Тренувальне заняття – самостійна структурна одиниця процесу підготовки, в якій застосовуються різні засоби, спрямовані на розв’язання завдань фізичної, техніко-тактичної, психологічної та інтегральної підготовки, створюються передумови для ефективного перебігу адаптаційних і відновних процесів в організмі спортсменів.

Тренувальний мікроцикл – це серію занять, що забезпечують комплексне розв'язання завдань, які виникають на даному етапі підготовки.

Тренувальний мезоцикл – це відносно цілісний етап тренувального процесу.

Управління підготовкою спортсменів – це складний процес, який базується на багатофакторній структурі спортивної діяльності.

Фізична вправа – це рухова дія спортсмена, яка спрямована на реалізацію завдань навчання й тренування.

Фізична культура – частина загальної культури, сукупність спеціальних духовних цінностей, способів їх виробництва та використання з метою оздоровлення людей і розвитку їхніх фізичних здібностей.

Фізична підготовка спрямована на виховання фізичних здібностей (силових, швидкісно-силових, швидкісних, витривалості), необхідних для спортивної діяльності.

Фізична підготовленість – рівень досягнутого розвитку фізичних якостей, формування рухових навичок у результаті спеціалізованого процесу фізичного виховання чи спортивного тренування.

Фізична працездатність – потенційні можливості людини виконувати фізичні зусилля без зниження заданого рівня функціонування організму, насамперед, його серцево-судинної та дихальної систем.

Фізичне здоров'я – динамічний стан, що характеризується резервом функцій органів та систем і є основою виконання індивідом своїх біологічних і соціальних функцій. Інтегральним показником резервів функцій органів і систем є енергопотенціал біосистем (резерв енергоутворення).

Фізичне навантаження – це величина зміни внутрішнього середовища організму спортсмена, зумовлені під впливом фізичних вправ.

Фізичний розвиток – природний процес вікової зміни морфологічних і функціональних ознак організму, обумовлений спадковими факторами та конкретними умовами зовнішнього середовища.

Фізичний стан – за визначенням міжнародного комітету стандартизації тестів характеризує особистість людини, стан здоров'я, статуру і конституцію, функціональні можливості організму, фізичну працездатність і підготовленість.

Фізичні якості – властивості, що характеризують окремі якісні сторони рухових спроможностей людини: сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість.

IV. ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

4.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять

ТЕМА 1: Сучасний стан розвитку фізичної культури. Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту

ПЛАН

1. Фізична культура як суспільне явище.
2. Фізкультурно-спортивний рух в Україні.
3. Законодавча база функціонування галузі фізичної культури і спорту.

Література

1. Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року. [Електронний ресурс]. Режим доступа: http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/21580

2. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». К., 2013. 22 с.

3. Зайцева Ю.В., Тараненко І.В., Корносенко О.К. Інтеграція навчальної і професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури в процесі фахової підготовки. Педагогічні науки. 2020. Вип. 75/76. С. 50-55. Режим доступу: http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/16369

4. Національна стратегія оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здоров'я нації». [Електронний ресурс]. Режим доступа: http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772

5. Сороколіт Н., Римар О., Боднарчук О. Порівняльний аналіз ставлення викладачів фізичної культури до освітніх реформ у загальноосвітніх навчальних закладах. Фізичне виховання, спорт та культура здоров'я в сучасному суспільстві. 2020. № 2(50). С. 20-25.

6. Цигура Г.О. Професійна діяльність фахівця фізичної культури і спорту як перспектива освіти для сталого розвитку. Чернігів, 2021. 168 с.

7. Шамич О.М., Костенко М.П. Організація та регулювання як функції управління у професійній діяльності тренера-викладача фізичного виховання та спортивного педагога. Інтернаука. 2023. №2. https://doi.org/10.25313/2520-2057-2023-2-8588

1. Фізична культура як суспільне явище

Фізична культура сьогодні є одним із визначальних факторів суспільного життя світової спільноти, важливим елементом виховання, освіти, охорони здоров'я, професійно-прикладної підготовки, військової справи, соціальної сфери, мистецтва, політики, економіки тощо.

Основними завданнями фізичної культури є:

– забезпечення фізичної активності населення;

– сприяння гармонійному розвитку лююдей;

– формування позитивних рис характеру;

– підтримання рівня здоров'я та працездатності;

– нагромадження і використання знань про здоров'я та активний спосіб життя;

– соціальна адаптація людей.

У сфері суспільних інтересів фізична культура виконує наступні функції:

– відтворення робочої сили і підготовки людей до виробничої і творчої діяльності;

– розумове, фізичне і естетичне виховання людей;

– удосконалення природних і набутих здібностей людини;

– формування у населення активної творчої життєвої позиції;

– державного будівництва та міжнародного представництва.

Найпоширенішими є наступні форми занять руховими діями:

– уроки у закладах загальної середньої освіти всіх типів;

– самостійні заняття;

– заняття в групах професійної та військово-прикладної фізичної підготовки;

– спортивні тренування;

– реабілітаційно-оздоровчі заняття.

Сферами впровадження фізичної культури і спорту є:

– навчально-виховна;

– виробнича;

– соціально-побутова.

Основними показниками стану розвитку фізичної культури в державі, регіоні чи організації є:

– стан здоров'я та рівень фізичного розвитку;

– рівень забезпеченості кваліфікованими фахівцями;

– наявність відповідних організаційних структур;

– кількість любителів фізичної культури і спорту;

– наявна матеріально-технічна база;

– рівень науково-методичного та інформаційного забезпечення;

– рівень спортивних досягнень населення, регіону, країни.

2. Фізкультурно-спортивний рух в Україні

У період Київської Русі сформувалася своєрідна система військово-фізичної підготовки, яка провадилася в сім'ї, у військових і закладах освіти при монастирях.

Найвищими органами, що координують роботу з видів спорту є Міжнародні спортивні федерації. Міжнародні федерації проваджують роботу через визнані ними Національні федерації та впливають відповідно на діяльність МОК через своїх представників у ньому. Представників спортивних федерацій у структурах МОКу і НОКів має бути не менше 50 %. Україна є повноправним членом усіх основних міжнародних спортивних об'єднань.

3. Законодавча база функціонування галузі фізичної культури і спорту

Діяльність у сфері фізичної культури в Україні, як і будь-яка інша діяльність в межах держави, регулюється відповідними законами і розробленими на їх підставі підзаконними актами: постановами, указами, рішеннями, програмами, наказами, інструкціями, статутами, положеннями тощо.

ТЕМА 2: Система вищої освіти і кадрове забезпечення галузі фізичної культури

ПЛАН

1. Модернізація вищої освіти в Україні.
2. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту.
3. Освітньо-кваліфікаційні рівні та структура підготовки фахівців фізичної культури.
4. Професійні характеристики фахівців фізичної культури.
5. Кадрове та наукове забезпечення діяльності галузі фізичної культури і спорту.

1. Модернізація вищої освіти в Україні

Узагальнення завдань в освітній сфері XXI століття, соціальних цілей освіти в їхньому гуманітарному контексті дозволяють визначити головні якості людини з вищою освітою:

– здатність вчитися;
– глобальне мислення;
– терпимість до відмінностей щодо цінностей і норм моралі;
– культурна компетентність;
– функціональна грамотність;
– культура людського спілкування;
– етичність (ідеологія, релігія);
– естетичність;
– професійна універсальність;
– професійна гнучкість;
– професійність як інтеграція загальної освіченості та ґрунтовних широких спеціальних навичок і умінь;
– здатність застосовувати знання в конкретних ситуаціях;
– самостійність і критичність мислення;
– відповідальність, дисциплінованість, акуратність, духовний контроль та прихильність до праці;
– висока культура взаємодій у групах; соціальна підготовленість;
– підготовленість до невідомого майбутнього;
– вміння пристосовуватись до перемін.

До державних органів управління вищою освітою належать:

– Міністерство освіти і науки України;

– Центральні органи виконавчої влади України, яким підпорядковані навчальні заклади освіти;

– Державна акредитацій на комісія.

2. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців у галузі фізичної культури і спорту

Спеціаліст з фізичного виховання може займати посади в освітніх, виховних, виробничих, оздоровчо-рекреаційних, воєнізованих та інших державних і недержавних закладах. До прикладу:

– Вчитель (викладач) фізичного виховання у закладі загальної середньої освіти, коледжі, заклади вищої освіти;

– Інструктор фізичної культури в дошкільному закладі;

– Керівник фізичної підготовки у Збройних формуваннях;

– Організатор туристичної роботи і рекреації;

– Методист з фізичної культури;

– Інструктор оздоровчо-масової роботи на виробництві чи за місцем проживання;

– Спеціаліст з експлуатації спортивних споруд;

– Працівник державних або громадських органів управління фізичною культурою;

– Працівник спортивних клубів, оздоровчо-відпочиваючих центрів.

3. Освітньо-кваліфікаційні рівні та структура підготовки фахівців фізичної культури

Спеціалісти з фізичного виховання готуються за освітньо-кваліфікаційними рівнями:

– Молодший спеціаліст;

– Бакалавр;

– Магістр.

Заклади вищої освіти спортивного профілю I-II р.а. (технікуми, коледжі фізичної культури і спорту) готують спеціалістів освітньо-кваліфікаційного рівня «молодший спеціаліст».

Спортивні заклади вищої освіти III і IV р.а. дають випускникам базову або повну вищу освіту і фахову підготовку на рівні «бакалавр», «магістр» чи «PhD».

4. Професійні характеристики фахівців фізичної культури

Майбутні педагоги у процесі практики поступово досягають таких рівнів:

– ***Репродуктивного*** (особа діє за інструкцією або наслідує організаторські дії вчителя чи інших осіб);

– ***Моделюючого*** (здобувач за завданням педагогів планує і реалізує організаторські дії, які забезпечують виконання певних колективних завдань учнів або завдань окремих дітей);

– ***Творчого*** (здобувач проявляє достатню самостійність, ініціативу, організовуючи педагогічно доцільну діяльність учнів; вміє ставити мету і завдання, забезпечити їх виконання, оцінити результати діяльності).

5. Кадрове та наукове забезпечення діяльності галузі фізичної культури і спорту

Підготовка фахівців у галузі фізичної культури і спорту здійснюється на конкурсній основі відповідно до Концепції реалізації ступеневої освіти за різними напрямами залежно від освітньо-кваліфікаційного рівня.

Підготовка наукових кадрів для галузі фізичної культури і спорту здійснюється в аспірантурах і докторантурах, які функціонують при окремих закладах вищої освіти.

ТЕМА 3: Професійна діяльність викладача фізичного виховання у закладах вищої освіти

ПЛАН

1. Значення, мета і завдання фізичного виховання здобувачів вищої освіти.
2. Основні напрями діяльності кафедри фізичного виховання, спортивного клубу та спортивно-оздоровчого центру.
3. Специфічні особливості роботи викладача фізичного виховання ЗВО.

1. Значення, мета і завдання фізичного виховання здобувачів вищої освіти

Мета фізичного виховання у закладах вищої освіти – сприяти підготовці гармонійно розвинених висококваліфікованих фахівців.

Для досягнення мети фізичного виховання у ЗВО передбачається вирішення таких завдань:

– всебічний розвиток фізичних здатностей і на цьому підґрунті зміцнення здоров'я та забезпечення високої розумової і фізичної працездатності;

– оволодіння спеціальними знаннями, формування потреби систематичних занять фізичними вправами з використанням різних раціональних форм;

– досягнення загальної фізичної підготовленості в обсязі вимог і норм, які відповідають обов'язковій програмі закладів освіти;

– забезпечення необхідної фізичної підготовленості відповідно до вимог обраного фаху;

– знання основ організації! методики впровадження найефективніших видів рухової активності;

– знання основ методики оздоровлення та фізичного вдосконалення традиційними й нетрадиційними засобами та методами фізичної культури;

– систематичне фізичне тренування з оздоровчим або спортивним спрямуванням;

– освоєння організаційних умінь і навичок для проведення самостійних форм занять фізичною культурою.

2. Основні напрями діяльності кафедри фізичного виховання, спортивного клубу та спортивно-оздоровчого центру

До комплексу заходів з організації педагогічного процесу кафедри входять наступні пріоритетні напрями:

– патріотичне виховання і розвиток суспільно значущих рис особистості здобувачів;

– формування їхнього наукового світогляду;

– організація початкового контролю та оцінка фізичної підготовленості здобувачів;

– поетапне форсування спортивно-технічної майстерності здобувачів, які займаються у відділенні спортивного вдосконалення;

– організація наукових досліджень прикладних завдань фізичного виховання здобувачів;

– матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу та його фінансування;

– надання оздоровчих послуг здобувачам і населенню на госпрозрахунковій основі.

Найбільш значущі цілі в діяльності спортивного клубу:

– консолідація зусиль адміністрації ЗВО, кафедри фізичного виховання та спортивного активу у розвитку та управлінні студентським спортивно-масовим рухом;

– створення об'єктивних передумов для гармонізації фізичного і духовного виховання здобувачів вищої освіти.

3. Специфічні особливості роботи викладача фізичного виховання ЗВО

Ефективність професійної діяльності викладача фізичного виховання визначається ідентичністю професійно значущих рис його особистості професійному профілю роботи, Міра відповідності викладача за такими параметрами, як комунікабельність, екстравертність, доброзичливість, урівноваженість, рівень особистої фізичної культури, є об'єктивною передумовою формування його професійної компетенції й успішності педагогічної діяльності у ЗВО. Викладач ЗВО повинен систематично підвищувати свій рівень професійних знань, умінь і навичок.

ТЕМА 4: Професійна діяльність керівника фізичної культури у Збройних Силах України

ПЛАН

1. Зміст і структура фізичної підготовки у Збройних Силах.
2. Мета, загальні і спеціальні завдання фізичної підготовки військовослужбовців.
3. Форми фізичної підготовки військових.

1. Зміст і структура фізичної підготовки у Збройних Силах

Форми фізичного вдосконалення військовослужбовців – це специфічні, часові та організаційні межі використання методів і засобів фізичної підготовки, визначені способи застосування та фіксування її змісту.

До основних форм фізичної підготовки належать:

– навчальні заняття;
– ранкова фізична зарядка;
– спортивно-масова робота;
– тренування в процесі навчально-бойової діяльності;
– самостійна підготовка.

Усі вони мають специфічну спрямованість, методику, зміст, особливості організації, її забезпечення та проведення. У практиці фізичної підготовки військ усі дані форми фізичного вдосконалення військовослужбовців використовуються у тісному взаємозв'язку. В певному розумінні форми фізичного вдосконалення особового складу виступають і як складова частина фізичної підготовки військ.

2. Мета, загальні і спеціальні завдання фізичної підготовки військовослужбовців

Відповідно до Наставляння з фізичної підготовки мета фізичної підготовки – забезпечити фізичну готовність військовослужбовців до бойової діяльності, до оволодіння зброєю і бойовою технікою та їх ефективне застосування, до подолання фізичного навантаження, нервово-психічних напружень в екстремальних умовах.

У такому формулюванні органічно поєднані специфічні й неспецифічні функції фізичної підготовки як складової частини системи бойового вдосконалення військ. Забезпечення фізичної готовності військовослужбовців до бойової діяльності – основна мета фізичної підготовки.

3. Форми фізичної підготовки військових

Для занять і виконання нормативів і фізичної підготовки військовослужбовці, які не мають відхилень у стані здоров’я, розділяються у групах за віком:

– перша – до 30 років;
– друга – від 30 до 35 років;
– третя – від 35 до 40 років;
– четверта – від 40 до 45 років;
– п'ята – від 45 до 50 років;
– шоста – від 50 і старші.

Фізична підготовка особового складу Збройних сил України організується і проводиться у наступних формах:

– навчальні заняття з фізичної підготовки;
– ранкова зарядка;
– фізичне тренування у процесі навчально-бойової діяльності;
– спортивно-масова робота;
– самостійна підготовка.

ТЕМА 5: Громадські організації, спортивні школи та первинні осередкив системі управління сферою фізичної культури і спорту

ПЛАН

1. Громадські організації в системі фізичної культури і спорту.
2. Спортивні школи та первинні осередки в системі фізичної культури і спорту.
3. Фізкультурно-спортивні організації різних форм власності в системі фізичної культури і спорту.

1. Громадські організації в системі фізичної культури і спорту

Громадські організації як органи управління сферою фізичної культури і спорту доповнюють державні органи публічної влади. Спортивні федерації, Фізкультурно-спортивне товариство, Національний Олімпійський комітет України, Національний комітет спорту інвалідів України, Спортивна студентська спілка України.

2. Спортивні школи та первинні осередки в системі фізичної культури і спорту

У різних адміністративно-територіальних одиницях існує своя система управління сферою фізичної культури і спорту, що залежить від її рівня (первинного, середнього, вищого). На різних рівнях управління здійснюють:

– на регіональному рівні – департаменти і комітети у справах фізичної культури та спорту обласних і районних державних адміністрацій;

– на місцевому рівні – комітети з фізичної культури і спорту районних державних адміністрацій і міських рад;

– на рівні селищних утворень – громадські комісії або відділи з фізичної культури і спорту.

3. Фізкультурно-спортивні організації різних форм власності в системі фізичної культури і спорту

Спортивні школи – позашкільні навчальні заклади спортивного профілю, які готують дітей та юних вихованців за певними видами спорту, а також готують спортивний резерв для збірних команд України з певних видів спорту.

Спортивні школи бувають різних типів:

– комплексні дитячо-юнацькі спортивні школи (ДЮСШ);

– дитячо-юнацькі спортивні школи з окремих видів спорту;

– дитячо-юнацькі спортивні школи для інвалідів;

– спеціалізовані дитячо-юнацькі спортивні школи олімпійського резерву;

– спеціалізовані дитячо-юнацькі спортивні школи для інвалідів паралімпійського та дефлімпійського резерву.

ТЕМА 6: Організація у сфері фізичної культури і спорту як базова форма функціонування галузі

ПЛАН

1. Особливості функціонування і типологія сучасних фізкультурно-спортивних організацій.
2. Внутрішнє і зовнішнє середовище фізкультурно-спортивної організації.
3. Регламентація діяльності, юридична та соціальна відповідальність фізкультурно-спортивних організацій.

1. Особливості функціонування і типологія сучасних фізкультурно-спортивних організацій

1. На діяльності сучасних фізкультурно-спортивних організацій позначилися дві основні тенденції.

Негативні тенденції, що розвивалися починаючи з 1990-х рр., переважно в економічній сфері: порушення фінансового і матеріально-технічного забезпечення галузі через злам командно-планової економіки; скорочення кількості спортивних осередків та фізкультурних організацій; ускладнення матеріальних і фінансових умов діяльності; втрата кваліфікованих фахівців через зниження заробітної плати і соціального престижу фізкультурного працівника.

Тенденції, пов'язані із соціальним та економічним реформуванням галузі: виникнення недержавних фізкультурних організацій; урізноманітнення їх типів; поступове освоєння нових можливостей щодо накопичення матеріальних і фінансових ресурсів, розвитку підприємницької діяльності, надання додаткових послуг; розвиток нових інноваційнихпроектів і спонсорства.

Типологія фізкультурно-спортивних організацій дозволяє:

1) мати чітке уявлення про її організаційно-правовий статус;

2) визначати мету, завдання і функції;

3) визначати права та обов'язки співробітників, можливість їх участі в управлінні;

4) кваліфіковано управляти процесом розвитку організації, за необхідності – процесом її реорганізації чи ліквідації.

2. Внутрішнє і зовнішнє середовище фізкультурно-спортивної організації

Внутрішнє середовище фізкультурно-спортивної організації включає наступпні основні чинники:

1) мету діяльності;

2) структуру;

3) завдання;

4) технології;

5) персонал (людей).

Кожна організація змушена пристосовувати свою діяльність до умов зовнішнього середовища, виявляти ті його чинники, які здатні суттєво вплинути на роботу організації.

3. Регламентація діяльності, юридична та соціальна відповідальність фізкультурно-спортивних організацій

Регламентація діяльності передбачає встановлення визначених меж прав, дій, повноважень, обов'язків як організації загалом, так і її підрозділів та сппеціалістів. Вона відображена у відповідних документах. Види регламентації приблизно однакові в усіх фізкультурно-спортивних організаціях:

1) правова;
2) організаційна;
3) адміністративна;
4) нормативна;
5) економічна.

Фізкультурно-спортивні організації несуть юридичну та соціальну відповідальність.

ТЕМА 7: Загальні принципи, функції і методи управління діяльністю організацій у сфері фізичної культури і спорту

ПЛАН

1. Принципи управлінської діяльності на рівні суб'єкта сфери фізичної культури іспорту.
2. Функції управління фізкультурно-спортивною організацією. Комунікації та прийняття рішень як загальні характеристики управлінських функцій.
3. Методи управління фізкультурно-спортивною організацією.

1. Принципи управлінської діяльності на рівні суб'єкта сфери фізичної культури іспорту

Виділимо декілька загальних принципів професійного управління:

1. Компетентність в управлінській сфері: суб'єкт управління повинен мати чітке уявлення про можливості й цілі діяльності об'єкта, його кадрові, ресурсні, технічні та інші особливості;

2. Знання мети управління: це важливо, оскільки мета визначає робочі завдання, управлінські форми, зміст і спрямованість усієї управлінської діяльності;

3. Володіння методами управління: гнучке використання різних методів, обранихз урахуванням специфіки об'єкта управління та реально існуючих умов;

4. Врахування здатності об'єкта управління до змін свого стану; цей принцип одночасно є необхідною умовою всього управлінського процесу;

5. Наявність реальних можливостей для практичного здійснення управлінської діяльності: суб'єкт управління повинен мати на увазі всі правові та ресурсні можливості організації, зокрема власні повноваження, чисельність і кваліфікацію виконавців, фінансові, енергетичні, матеріально-технічні, часові

та інші ресурси.

2. Функції управління фізкультурно-спортивною організацією. Комунікації та прийняття рішень як загальні характеристики управлінських функцій

Є три основні загальні функції (групи функцій) управління фізкультурно-спортивною організацією:

1) функцію планування;

2) організаційну функцію;

3) функції контролю, обліку, звітності.

Ці функції можемо назвати первинними, і вони тісно поєднані з процесами комунікації та прийняття рішень, які супроводжують будь-які управлінські дії.

У практиці управління фізкультурно-спортивною організацією здебільшого приймаються такі види рішень:

1) бінарні – коли одна альтернатива виключає іншу (або так, або ні);

2) багатоваріантні – коли рішення ґрунтується на значній кількості критеріїв та альтернативних варіантів;

3) інноваційні – коли готових та апробованих раніше альтернатив немає і керівникові необхідно переходити від раціонального до творчого мислення.

3. Методи управління фізкультурно-спортивною організацією

В управлінні фізкультурно-спортивною організацією застосовуються чотири видів методів:

1) організаційно-розпорядчі;

2) соціально-психологічні;

3) організаційно-педагогічні;

4) економічні.

4.2. Контрольні питання і завдання для самостійної роботи

1. Дайте визначення поняття «Фізичне виховання здобувачів».

2. Який зміст включає в себе фізичне виховання здобувачів?

3. Що є метою фізичного виховання у заклада вищої освіти?

4. Які завдання вирішуються для досягнення мети у ЗВО?

5. Що входить до структури фізичного виховання здобувачів?

6. Що є метою фізичного виховання здобувачів?

7. Що є основою державного стандарту фізичного виховання у системі освіти?

8. На підстав чого розробляються навчальні програми з фізичного виховання?

9. Ким затверджуються навчальні програми з фізичного виховання?

10. Що визначають навчальні програми з фізичного виховання?

11. На підставі чого розробляються робочі навчальні програми з фізичного виховання?

12. Ким розробляються робочі навчальні програми з фізичного виховання?

13. Що необхідно враховувати при розробці робочих навчальних програм з фізичного виховання?

14. Що береться до уваги при розробці робочих навчальних програм з фізичного виховання?

15. Кому підпорядковуються ЗВО?

16. Який найнижчий ступінь вищої освіти?

17. Які вимоги до знань висуваються до кваліфікації «бакалавр»?

18. Які вимоги до знань висуваються до кваліфікації «магістр»?

19. Скільки існує форм фізкультурної діяльності здобувачів?

20. Які є форми фізкультурної діяльності здобувачів?

21. Що таке авторські програми з фізичного виховання?

22. Що є головним завданням занять здобувачів першого курсу?

23. Що є головним завданням занять здобувачів другого курсу?

24. Що є головним завданням занять здобувачів третього курсу?

25. Що є головним завданням занять здобувачів четвертого курсу?

26. Які педагогічні завдання вирішуються в процесі занять із здобувачами першого курсу?

27. Які педагогічні завдання вирішуються в процесі занять із здобувачами другого курсу?

28. Які педагогічні завдання вирішуються в процесі занять із здобувачами третього курсу?

29. Які педагогічні завдання вирішуються в процесі занять із здобувачами четвертого курсу?

30. В яких формах занять здійснюється теоретична підготовка здобувачів ЗВО?

31. Дайте визначення категоріальному аспекту процесу освоєння інформації?

32. Дайте визначення гносеологічному аспекту процесу освоєння інформації?

33. Дайте визначення формі абстрактного мислення «поняття», що використовуються в навчально-пізнавальній діяльності?

34. Дайте визначення формі абстрактного мислення «судження», що використовуються в навчально-пізнавальній діяльності?

35. Дайте визначення формі абстрактного мислення «висновок», що використовуються в навчально-пізнавальній діяльності?

36. Дайте визначення, що таке «аналіз» у процесі формування понять у сфері фізичної культури?

37. Дайте визначення, що таке «синтез» у процесі формування понять у сфері фізичної культури?

38. Які розділи теоретичної частини складають обов’язковий мінімум програми навчального матеріалу для здобувачів ЗВО?

39. На яких заняттях здійснюється методична підготовка здобувачів ЗВО?

40. Яке основне завдання методичної підготовки здобувачів з фізичного виховання?

41. На які групи розподіляються здобувачі для проведення практичних занять з фізичного виховання у ЗВО?

42. З урахуванням яких факторів проходить розподіл здобувачів на групи для проведення практичних занять з фізичного виховання?

43. Які види робіт виконують здобувачі, що звільнені від практичних занять за станом здоров'я?

44. На що спрямований навчальний процес у спеціальних медичних групах?

45. Яким чином проходить набір здобувачів в спортивну навчальну групу?

46. На яких програмно-нормативних документах базується кредитно-модульна система оцінки знань, умінь і навичок здобувачів із дисципліни «Фізичне виховання»?

47. На кого покладене загальне керівництво фізичним вихованням і спортивно-масовою роботою серед здобувачів у ЗВО?

48. На кого покладена безпосередня відповідальність за постановку та проведення навчально-тренувального процесу з фізичного виховання здобувачів у ЗВО?

49. Ким проводиться масова оздоровча, фізкультурна і спортивна робота у ЗВО?

50. Хто здійснює медичне обстеження та спостереження за станом здоров'я здобувачів протягом навчального року?

51. Визначити пріоритетні напрями організації педагогічного процесу кафедри фізичного виования.

52. Які пріоритетні напрями організації педагогічного процесу кафедри фізичного виховання?

53. З яких видів діяльності складається робота викладача фізичного виховання у ЗВО?

54. Які функції викладача належать до контролюючих?

55. Що входить до обов'язків викладача фізичного виховання у ЗВО?

56. Які вимоги висуваються до професійних знань, умінь і навичок викладача фізичного виховання у ЗВО?

57. Яка структура закладу вищої освіти в напрямку керівник – підлеглий?

58. Яка форма контролю знань здобувачів, що застосовуються у ЗВО?

59. Які є види лекційних занять у ЗВО?

60. Яка форма підсумкового контролю знань застосовується по закінченню напряму підготовки магістр?

61. Яка головна форма навчального процесу у ЗВО?

62. Які основні види самостійної роботи здобувачів у ЗВО?

63. Які форми навчання існують у ЗВО?

64. Які навчальні заклади забезпечують підготовку спортсменів?

65. Визначте форми фізкультурної діяльності здобувачів?

66. Які існують форми фізкультурної діяльності здобувачів?

67. Які фактори впливають на здоров'я людини?

68. На скільки відсотків залежить здоров’я людини від медичного забезпечення?

69. На скільки відсотків залежить здоров’я людини від генетичного фактора?

70. На скільки відсотків залежить здоров’я людини від стану навколишнього середовища?

71. На скільки відсотків залежить здоров’я людини від умов і способу життя?

72. Дайте визначення поняття «фізична підготовка військовослужбовців».

73. Дайте визначення поняття «система фізичної підготовки військ».

74. З яких підсистем складається система фізичної підготовки військ?

75. Що є метою фізичної підготовки військ?

76. Дайте визначення поняття «принципи фізичної підготовки військ».

77. Яка роль специфічних принципів фізичної підготовки військовослужбовців?

78. Які основні засоби фізичного вдосконалення військовослужбовців?

79. Дайте визначення поняттю «засоби».

80. Дайте визначення поняттю «методи».

81. Дайте визначення поняттю «методика».

82. Що таке «форми» фізичного вдосконалення військовослужбовців?

83. Що належить до основних форм фізичної підготовки військовослужбовців?

84. Які основні форми фізичної підготовки військовослужбовців?

85. Що є основною метою фізичної підготовки військовослужбовців?

86. Що відноситься до загальних завдань фізичної підготовки військовослужбовців?

87. На що спрямовані навчальні заняття з фізичної підготовки військовослужбовців?

88. Скільки годин на тиждень становлять навчальні заняття з фізичної підготовки військових частин і підрозділів спеціального призначення?

89. Яка максимальна ЧСС допустима під час проведення ранкової фізичної зарядки військовослужбовців?

90. Яка тривалість ранкової фізичної зарядки військовослужбовців?

91. У яких формах проводиться спортивно-масова робота військовослужбовців?

4.3. Глосарій

Дитячо-юнацькі спортивні школи (ДЮСШ) – позашкільні спеціалізованіспортивні навчально-виховні заклади, які здійснюють підготовку висококваліфікованих юних спортсменів на основі їхнього всебічного фізичного розвитку й зміцнення здоров'я, забезпечують підготовку юнацтва до виконання функцій та обов'язків спортивних інструкторів і суддів, допомагають закладам загальної середньої освіти в організації масової фізкультурної роботи.

Етапний контроль у підготовці спортсмена – вимірювання й оцінка наприкінці етапу (періоду) підготовки різних показників змагальної і

тренувальної діяльності спортсмена, динаміки навантажень та спортивних результатів на змаганнях або в спеціально організованих умовах.

Загальна (аеробна) витривалість – здатність довготривало виконувати роботу помірної інтенсивності при глобальному функціонуванні м'язової системи.

Загальна тренованість спортсмена – пристосування (адаптація) організму спортсмена, що відбувається від впливом вправ загальнорозвивального характеру, які підвищують функціональні можливості його органів і систем та зміцнюють здоров'я.

Загальна фізична підготовка – процес фізичного виховання, який спрямований на підвищення рівня фізичного розвитку, широкої рухової підготовленості як передумов успіху в різних видах діяльності.

Загальна фізична підготовка спортсмена – процес, який спрямований на різнобічний розвиток фізичних якостей, функціональних можливостей і систем організму спортсмена, злагодженість їхнього прояву в процесі м'язової діяльності.

Засоби фізичного виховання та спортивного тренування – основні: фізичні вправи (зміст фізичних вправ, форма фізичних вправ), допоміжні: оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода), гігієнічні фактори (режим, харчування, громадська і особиста гігієна).

Здоровий спосіб життя – мобільне поєднання форм, способів повсякденної життєдіяльності, що відповідають гігієнічним принципам, покращують адаптивність та резистентність (здатність до опору) організму, сприяють ефективному відновленню, підтримці і розвитку резервних можливостей, оптимальному виконанню особистістю соціально-професійних функцій.

Здоровий стиль життя – мотивований або неусвідомлений вибір поведінки залежно від природного середовища, соціально-економічних умов, статі, віку, освіти, рівня інтелектуального і фізичного розвитку, особистісних якостей індивіда, який веде здоровий спосіб життя.

Здоров'я – стан організму людини, коли функції всіх його органів і систем урівноважені із зовнішнім середовищем та відсутні хворобливі зміни.

Колектив фізичної культури (КФК) – самодіяльна громадська організація трудового колективу підприємства, установи або учнів навчального закладу і т. д.

Комплексний контроль у підготовці спортсмена – вимірювання й оцінка різних показників у циклах тренування з метою визначення рівня підготовленості спортсмена.

Лікарсько-педагогічні спостереження – дослідження, що проводяться спільно лікарем та педагогом з метою оцінки впливу на організм фізичних навантажень, встановлення рівня функціональної готовності і на підставі цього вдосконалення навчально-тренувального процесу.

Лікувальна фізична культура (ЛФК) – галузь медицини, яка вивчає і реалізовує можливості фізичної культури для лікування захворювань та ушкоджень,їх профілактики, відновлення працездатності.

Лікувально-фізкультурний диспансер – комплексний лікувально-профілактичний заклад, завданням якого є організація медичного забезпечення любителів фізичної культури та спортсменів, що передбачає постійне активне спостереження за ними, раннє виявлення відхилень у стані здоров'я та їх профілактику, лікування, реабілітацію, контроль за динамікою функціонального стану й працездатності в процесі тренування, сприяння досягненню високих спортивних результатів.

Макроцикл тренування – великий тренувальний цикл піврічного (в окремих випадках 3-4 місяці), річного, багаторічного (наприклад, чотирирічний олімпійський) типу, який пов'язаний з розвитком, стабілізацією та тимчасовою втратою спортивної форми і містить закінчену низку періодів, етапів, мезоциклів.

Методика фізичного виховання – спеціальна галузь педагогіки, яка упорядкована сукупністю методів, методичних прийомів, засобів і форм фізичного виховання, що визначаються відповідною їм методологією.

Моральна підготовка спортсмена – система впливів, яка застосовується з метою формування та розвитку стійких моральних якостей, потреб, почуттів, навичок і звичок поведінки спортсмена на основі засвоєння ідеалів, норм, принципів моралі.

Навчання руховим діям – педагогічний процес чуттєво-раціонального пізнання і практичного оволодіння технікою фізичних вправ.

Облік у фізичному вихованні – процес виявлення, регістрації, осмислення та оцінювання даних, фактів, що відносяться до певної діяльності у фізичному вихованні. Розрізняють попередній (до початку організації педагогічного процесу), поточний (безперервний у процесі роботи), підсумковий (після завершення періоду роботи) облік.

Обсяг навантаження – загальна кількість тренувальної роботи, що виконана під час заняття (серії занять).

Оздоровчо-реабілітаційна фізична культура – спеціально спрямоване використання фізичних вправ у якості засобів лікування хвороб і відновлення функцій організму, які були порушені або втрачені внаслідок хвороб, травм, перевтоми та інших причин.

Оздоровчо-рекреативна фізична культура – відпочинок, відновлення сил за допомогою засобів фізичного виховання.

Оперативний контроль у підготовці спортсмена – контроль за оперативним станом спортсмена, зокрема за готовністю до виконання чергової спроби, чергової вправи, до проведення бою і т.п.

Освіта – складне багатогранне явище, сутність якого полягає у єдності та взаємодоповненні таких його аспектно-змістових характеристик як цінність, система, процес і результат.

Основа техніки рухів – сукупність тих ланок і рис динамічної, кінематичної та ритмічної структури рухів, які необхідні для вирішення рухового завдання певним способом (необхідна послідовність прояву м'язових зусиль, необхідний підбір узгоджених у просторі та часі рухів та ін.).

Основні (змагальні) вправи – цілісні рухові дії (сукупність рухових дій), які є предметом засвоєння відповідно до вимог програм фізичного виховання або спортивної спеціалізації і виконуються по можливості у межах правил змагань.

Педагогічний контроль у фізичному вихованні – система заходів, яка забезпечує перевірку запланованих показників фізичного виховання для оцінки засобів, методів і навантаження, що застосовуються (визначення зв'язку між факторами впливу і факторами змін).

Перевтома – стійкі функціональні порушення у результаті надмірної втоми, що не зникають при відпочинку.

Передстартовий стан – стан організму, що характеризується функціональними зрушеннями робочого характеру, які виникають ще до початку рухової діяльності.

Перенапруження – надмірне напруження, яке приводить до довготривалих чи незворотних несприятливих змін в окремих органах і системах організму.

Перетренованість – патологічний стан, прояв дизадаптації, порушення досягнутого у процесі тренування рівня функціональної готовності, регуляції діяльності систем організму (прогресуючий розвиток перевтоми).

Підготовка спортсмена – багатоаспектний педагогічний процес доцільного використання знань, засобів, методів та умов (комплексу заходів), що дозволяє спрямовано впливати на розвиток спортсмена і забезпечує необхідний рівень його готовності до спортивних досягнень.

Підготовленість спортсмена – динамічний стан спортсмена, який відображає комплексний результат фізичної підготовки (рівень розвитку фізичних якостей), технічної підготовки (рівень удосконалення рухових навичок), тактичної підготовки (рівень розвитку тактичного мислення), психологічної підготовки (рівень удосконалення морально-вольових якостей), теоретичної підготовки (рівень засвоєння спеціальних знань).

Підготовчі вправи – рухові дії (їх поєднання, варіації), які спрямовані переважно на розвиток рухових якостей та здібностей, що необхідні для виконанняосновної дії (вправи).

Підсумковий контроль – система заходів, спрямованих на з'ясування результатів педагогічного впливу за відносно тривалий період (семестр, рік) з метою визначення успішності виконання річного плану-графіка навчального процесу, ступеня вирішення поставлених завдань, виявлення позитивних і негативних сторін процесу фізичного виховання та його складових.

Планування фізичного виховання – попередня розробка і визначення на майбутню діяльність цільових настанов, завдань, змісту, методики, форм організації та методів навчально-виховного процесу з конкретним контингентом людей.

Попередній контроль – система заходів, спрямованих переважно на діагностику досягнень учнів на певному етапі навчально-виховного процесу (на початку року, семестру, перед вивченням нового розділу (модулю), що

дозволяє цілеспрямовано враховувати їхні індивідуальні особливості у подальшій роботі.

Постава – індивідуальна манера й типові риси фіксації основної вертикальної пози тіла та її похідних у стані спокою (стоячи, сидячи) і в русі (при ходьбі, бігу).

Поточний контроль – система заходів, спрямованих на повсякденну оцінку та порівняння результатів педагогічного впливу із запланованими і при необхідності на оперативне усунення виявлених відхилень від плану (визначення реакції організму учнів на навантаження після навчального заняття).

Поточний контроль у підготовці спортсмена – оцінка в мікроциклах підготовки результатів контрольних змагань, динаміки навантажень та їх співвідношень, регістрація і аналіз повсякденних змін рівня підготовленості спортсмена, рівня розвитку його техніки й тактики.

Принципи спортивного тренування – найбільш важливі педагогічні правила раціональної побудови тренувального процесу, в яких синтезовані наукові дані і передовий практичний досвід тренерської роботи.

Принципи фізичного виховання – основні теоретико-практичні положення, які відображають загальні науково-педагогічні, фізіологічні та психологічні закономірності діяльності людини відповідно до специфіки фізичного виховання.

Психологічна підготовка спортсмена – система психолого-педагогічних впливів, що застосовується з метою формування та вдосконалення властивостей і якостей особистості, її психічних станів, які необхідні для успішного виконання тренувальної діяльності, підготовки до змагань і надійного виступу в них.

Психологічне забезпечення спортивної діяльності – комплекс заходів, спрямованих на спеціальний розвиток, удосконалення та оптимізацію систем, які регулюють психічну функцію організму, поведінку спортсмена і вирішують при цьому завдання тренування й змагання.

Ранкова гімнастика – систематичне виконання комплексу спеціально підібраних фізичних вправ з метою поступової активізації фізіологічних функцій організму після тривалого відпочинку (сну).

Реабілітація – комплекс лікувальних, психологічних, педагогічних, соціальних і трудових заходів, спрямованих на відновлення здоров'я та працездатності хворого.

Режим дня – послідовне і поступове чергування неспання, сну, харчування, різних видів діяльності.

Рекреація – широке поняття, пов'язане з відпочинком, відновленням сил, використанням можливостей природи і т.п.

Рухова активність – потреба в рухах, що проявляється у виконанні певної кількості рухових актів. Розрізняють недостатню (гіпокінезія), надмірну (гіперкінезія), оптимальну рухову активність.

Рухова дія – цілеспрямований прояв людиною рухової активності, за допомогою якої вирішуються рухові завдання.

Рухова навичка – оптимальний рівень володіння технікою дії, який характеризується автоматизованим (під мінімальним контролем свідомості) управлінням рухами, високою стійкістю та надійністю виконання.

Рухова реакція – усвідомлена рухова дія у відповідь на певний сигнал.

Рухове уміння – рівень володіння руховою дією, який характеризується свідомим управлінням рухами, нестійкістю до дії чинників, що заважають її виконанню та нестабільністю результатів.

Рухові здібності – індивідуальні особливості, які визначають рівень руховихможливостей людини.

Самоконтроль – усвідомлення, оцінка і регулювання суб'єктом власних дій, психічних процесів та станів.

Система підготовки спортсмена – сукупність методичних основ, організаційних форм і умов тренувально-змагального процесу, які оптимально взаємодіють між собою на основі певних принципів і забезпечують найвищий рівень готовності спортсмена до високих спортивних досягнень.

Система фізичного виховання – історично обумовлений тип соціальної практики фізичного виховання, що включає світоглядні, теоретико-методичні, програмово-нормативні та організаційні основи, які забезпечують фізичне вдосконалення людей і формування здорового способу життя.

Специфічні принципи фізичного виховання – вихідні положення, що відображають специфічні закономірності фізичного виховання і правила, які випливають із закономірностей його системної побудови.

Спеціальна тренованість спортсмена – пристосування (адаптація) організму спортсмена, що відбувається в результаті виконання конкретного виду м'язової діяльності у певній спортивній дисципліні.

Спеціальна фізична підготовка – спеціалізований процес, який сприяє успіху у конкретному виді діяльності (професії, спорті та ін.) і передбачає спеціалізовані вимоги до рухових здібностей людини.

Спеціальні координаційні здібності – можливості людини, що визначають її готовність до оптимального управління подібними за походженням і змістом руховими діями та їх регуляцію.

Спеціально-підготовчі вправи – рухові дії (їх поєднання, варіації), які є елементами змагальної діяльності, а також рухи та дії, що суттєво подібні до них за формою, структурою, характером прояву здібностей і діяльності функціональних систем організму.

Спорт – власне змагальна діяльність, специфічною формою якої є система змагань, що історично склалася в галузі фізичної культури як спеціальна сфера виявлення та уніфікованого порівняння людських можливостей (у вузькому розумінні); власне змагальна діяльність, спеціальна підготовка до неї, а такожспецифічні стосунки, норми і досягнення у сфері цієї діяльності (у широкомурозумінні); дійовий чинник фізичного виховання, одна із основних форм підготовки людини до трудової та інших суспільно необхідних видів діяльності, а поряд з цим і один із важливих засобів етичного й естетичного виховання, задоволення духовних потреб суспільства, зміцнення

та розширення міждержавних, міжрегіональних зв'язків (як багатогранне суспільне явище).

Спорт вищих досягнень – систематична діяльність, що спрямована на задоволення інтересу до певного виду спорту, на досягнення високих спортивних результатів, які отримують визнання в суспільстві, на підвищення як власного престижу, так і престижу команди, а на вищому рівні – престижу Батьківщини.

Спортивна діяльність – упорядкована організація діяльності щодо забезпечення максимального оздоровлення і вдосконалення людини у галузі спорту.

Спортивна етика – сукупність норм поведінки, моральних правил, що регулюють стосунки людей у сфері спортивної діяльності.

Спортивне вдосконалення – педагогічний процес, який забезпечує високий рівень спортивної майстерності за рахунок максимального розвитку психічних якостей, фізичних здібностей і формування позитивних властивостей особистості спортсмена.

Спортивне досягнення – показник спортивної майстерності і здібностей спортсмена, що виражається у конкретних результатах.

Спортивне тренування – спеціалізований педагогічний процес, який будується на системі вправ і спрямований на управління спортивним удосконаленням спортсмена, що обумовлює його готовність до досягнення вищих результатів.

Спортивний клуб (СК) – вища форма організації колективу фізичної культури (КФК) на підприємстві, в установі, у навчальному закладі і т.п.

Спортивний масаж – ритмічний вплив з певною силою та послідовністю різними масажними прийомами на тіло спортсмена, що сприяє підвищенню фізичної працездатності, підготовці до змагань, зняттю втоми, профілактики травм і захворювань опорно-рухового апарату.

Спортивний рух – соціальна течія, спортивна практика у галузі масового спорту і спорту вищих досягнень.

Тренувальна діяльність – спільна діяльність тренерів, спортсменів, колективу фахівців, спрямована на успішне досягнення цілей тренування.

Фізична досконалість – історично обумовлений ідеал фізичного розвитку і фізичної підготовленості людини, який оптимально відповідає вимогам життя.

Фізична освіта – системне засвоєння людиною раціональних способів управління своїми рухами, набуття таким шляхом необхідного у житті фонду рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань.

Фізична підготовка – педагогічний процес виховання фізичних якостей і оволодіння життєво важливими рухами.

Фізичне виховання – вид виховання, специфічним змістом якого є навчання рухам, виховання фізичних якостей, оволодіння спеціальними фізкультурними знаннями і формування свідомої потреби у фізкультурних заняттях.

Фізичне здоров'я – стан організму людини, при якому оптимально використовуються його захисні й адаптивні механізми; протистояння негативному впливу середовища.

Фізичний розвиток – процес становлення, формування й наступних змін протягом життя людини морфофункціональних властивостей її організму і заснованих на них фізичних якостей та здібностей.

Фізичні вправи – рухові дії, які спрямовані на реалізацію завдань фізичного виховання, сформовані та організовані за його закономірностями.

Фізичні здібності – відносно стійкі успадковані та набуті функціональні особливості органів і систем організму, взаємодія яких обумовлює ефективність виконання рухової дії.

Фізичні якості – вроджені (генетично успадковані) морфофункціональні якості, завдяки яким можлива фізична (матеріально виражена) активність людини, що проявляється у доцільній руховій діяльності.

Фізкультурна пауза – виконання фізичних вправ під час певної діяльності з метою досягнення термінового активного відпочинку для профілактики зниження працездатності упродовж робочого дня.

Фізкультурний рух – добровільне заняття населення фізичними вправами і спортом, що ґрунтується на фізкультурно-спортивних інтересах і проводиться самостійно та в організованих формах, участь у масових фізкультурно-спортивних заходах, громадській фізкультурній роботі.

Фізкультурний самоконтроль – сукупність операцій самоконтролю (самоспостереження, аналіз та оцінка свого стану, поведінки, реагування), які здійснюються індивідуально як безпосередньо у процесі занять фізичними вправами, так і в загальному режимі життя за правилами, що встановлені у галузі фізичної культури.

Фізкультурні хвилинки – короткочасні (до 3 хв.) перерви у певній діяльності для виконання фізичних вправ з метою перепочинку та підтримки працездатності упродовж робочого дня.

V. УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

5.1. Інструктивно-методичні матеріали до практичних занять

ТЕМА 1: Теоретичні основи науки управління

ПЛАН

1. Співвідношення понять «управління».
2. Співвідношення понять «менеджмент».

Література

1. Антонюк О.А., Киселевська С.М. Організація і управління в сфері фізичному вихованні і спорті»: метод. вказ. Київ: КНУБА, Талком, 2023. 30 с.

2. Грибан Г.П. Управління у сфері фізичної культури і спорту. Житомир: Вид-во «Рута», 2022. 124 с.

3. Грибан Г.П. Формування спеціальних професійних компетентностей у здобувачів закладів вищої освіти під час вивчення дисципліни «Управління у сфері фізичної культури і спорту». Наук. час. Нац. пед. ун-ту імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. За ред. О.В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 3К (147) 22. С. 105-110.

1. Співвідношення понять «менеджмент»

У період формування в Україні ринкових відносин поряд зі звичайним поняттям «управління» усе частіше застосовується інший термін «менеджмент». Тому важливо розглянути, що є спільного і розбіжного в їх значенні.

У даний час серед спеціалістів склалися дві основні точки зору на тлумачення термінів «управління» і «менеджмент»: одні застосовують данні поняття як ідентичні взаємозамінні, як синоніми; інші – дотримуються думки про те, що термін «управління» вживається для назви багатоаспектної діяльності, яка є ширшою порівняно з діяльністю під назвою «менеджмент». У викладенні сутності управління доцільно дотримуватися саме цієї точки зору. Управління можна розглядати як: функцію, науку, мистецтво, апарат або орган та ін.

Управлінні сферою фізичного виховання й спорту – це система конкретних форм і методів свідомої діяльності, яка спрямована на забезпечення ефективного функціонування і планового розвитку сфери фізичної культури й спорту, з метою найповнішого задоволення потреб людей у фізичному вдосконаленні.

2. Співвідношення понять «менеджмент»

Спортивний менеджмент – це теорія та практика ефективного управління організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості в сучасних ринкових умовах.

Мета менеджменту в фізичній культурі та спорті – стан фізкультурно-спортивної організації, якого бажано досягнути.

Співвідношення понять «управління» та «менеджмент» у короткому вигляді може бути сформульовано наступним чином:

– поняття «управління» застосовується для характеристики специфічної діяльності особистості в природі, а також у соціальному житті, і тому воно ширше поняття «менеджмент», яке застосовується тільки для визначення управлінської діяльності в соціальному житті;

– поняття «управління фізичною культурою та спортом» доцільно застосовувати, коли розглядаються фізична культура та спорт як галузі народного господарства, а поняття «менеджмент у фізичній культурі та спорті» – для визначення «внутрішньо фірмового» управління діяльністю різноманітних фізкультурно-спортивних організацій в умовах ринкових відносин.

ТЕМА 2: Теоретичні основи науки управління

ПЛАН

1. Сучасні концепції теорії управління.
2. Функції управління у сфері фізичного виховання.
3. Принципи управління в фізичній культурі та спорті.

1. Сучасні концепції теорії управління

Управління як наука налічує значну кількість наукових шкіл та концепцій, що ними висунуті та розвиваються. Розглянемо в узагальненому вигляді деякі з них, які є найбільш популярними і базовими у вирішенні проблем управління в різних сферах життя.

Системний підхід – спосіб наукового та практичного вирішення складних проблем. Він розглядає всі фізкультурно-спортивні організації як відкриті системи і враховує всі стабільні та змінні взаємозв’язки із врахуванням змін в будь-якому елементі системи або в системі в цілому. Тобто, на перше місце висувається не аналіз елементів частин або окремих об’єктів системи як таких, а характеристика системи або проблеми в цілому. Це забезпечує взаємодію об’єктів та цілісність всієї системи.

Процесний підхід – розглядає управління як процес. Управлінська діяльність розглядається не як миттєва дія, а як серія безперервно пов’язаних дій. Їх називають управлінськими функціями. Кожна управлінська функція теж представляє собою процес тому, що складається з серії взаємопов’язаних дій. Процес управління, згідно названого підходу є сумою всіх функцій.

Ситуаційний підхід – є значним внеском в теорію управління. Він вважає конкретно існуючу ситуацію середовища важливою в даний момент обставиною, яка впливає на долю всієї діяльності організації. Тобто, головним фактором названого підходу є ситуація – сукупність конкретних обставин, які мають вплив на організацію в даний час.

2. Функції управління у сфері фізичного виховання

Функції управління у сфері фізичного виховання – це напрямки управлінської діяльності, які дозволяють здійснити управлінський вплив.

Основні функції управлінської діяльності:

– організація, діяльність по створенню нових та (або) якісному вдосконаленню раніше створених і функціонуючих систем будь-якого типу у відповідності з мінливими внутрішніми та зовнішніми умовами;

– планування, діяльність по створенню умов для цілеспрямованого, динамічного та пропорційного розвитку об’єкта менеджменту шляхом розробки різних планів;

– мотивація, діяльність по створенню системи стимулів, які активізують персонал організації ефективно працювати відповідно до розроблених планів;

– контроль, діяльність, яка включає спостереження за плином процесів в об’єктах менеджменту, порівняння розмірів параметрів, які контролюються, із заданою програмою, виявлення відхилень від програми, їх місця, часу, причини та характеру;

– координація (фінансування, підготовка кадрів), діяльність по забезпеченню неперервності процесу менеджменту, досягнення узгодженості в роботі організацій, підрозділів і окремих виконавців за допомогою встановлення раціональних зв’язків між ними.

Таким чином, основні функції менеджменту тісно пов’язані між собою, складаючи єдиний процес, який характеризує механізм управлінського впливу.

3. Принципи управління в фізичній культурі та спорті

Принципи менеджменту в фізичній культурі та спорті являють собою основні положення та норми поведінки, якими керуються органи управління та окремі керівники в процесі здійснення управлінської діяльності.

Принцип єдиноначальності. Чим повніший взаємозв’язок підлеглого з керівником, тим менша ймовірність отримання ним суперечливих вказівок і вища персональна відповідальність за наслідки роботи.

Принцип безумовної відповідальності. Відповідальність є обов'язком і не може бути делегованою, тобто жодний керівник не може шляхом делегування звільнитися від відповідальності за діяльність підлеглих. Підлеглі, отримавши доручення та необхідні для його виконання повноваження, несуть повну відповідальність перед керівниками за свою діяльність; керівники несуть усю відповідальність за організаційну діяльність підлеглих.

Принцип паритету повноважень і відповідальності. Повноваження – це право на виконання дорученої роботи, а відповідальність – це обов'язок її виконати. Тому відповідальність за конкретні дії не може перевищувати передбачений обсяг делегованих повноважень, але і не повинна бути меншою за нього.

Принцип делегування повноважень. Повноваження, делеговані окремим керівникам, повинні бути достатніми для того, щоб забезпечити можливість отримання очікуваних результатів.

Принцип діапазону управління. Для кожної управлінської посади існує гранична кількість співробітників, якими може ефективно керувати одна

людина, але дана цифра може змінюватися залежно від ситуацій та їх впливу на кількість часу, необхідного для ефективного менеджменту.

Принцип прямого керівництва. Чим менш опосередковані особисті контакти керівника з підлеглими, тим ефективнішим є керівництво. Навіть об'єктивна опосередкована інформація недостатня для правильного оцінювання підлеглих. За безпосереднього контакту керівник може краще навчати, отримувати пропозиції і вникати в сутність проблем.

Принцип відповідності завдань. Завдання окремих осіб і структурних підрозділів організації повинні взаємно доповнювати одне одного, формуючи систему цілей організації.

Принцип науковості. Полягає в необхідності побудови всієї системи менеджменту на новітніх наукових даних, які характеризують закономірності та об’єктивні тенденції розвитку фізичної культури та спорту; використання індивідуального підходу до кожного об’єкта впливу; здійснення критичної оцінки ефективності рішень, які приймаються; використання сучасних методів і засобів обробки управлінської інформації.

ТЕМА 3: Система управління сферою фізичного виховання і спорту в Україні. Органи публічної влади

ПЛАН

1. Сфера фізичного виховання і спорту як соціальна система.
2. Органи публічної влади в системі управління сферою фізичного виховання і спорту.

1. Сфера фізичного виховання і спорту як соціальна система

Ознаки сфери фізичного виховання як соціальної системи:

– невід’ємність системи від загальної соціальної системи держави та суспільства;

– складність всієї системи та складність завдань, які вона вирішує;

– спрямованість її діяльності на людину, особистість якої є об’єктом впливу всієї системи в цілому та окремих її підсистем.

Сфера фізичного виховання і спорту як соціальна система має певні ознаки та характеристики, які доповнюють одна одну та дають можливість цілісного сприйняття системи.

Відкритість системи фізичного виховання і спорту обумовлена тим, що вона існує завдяки постійному обміну із зовнішнім середовищем. На розвиток системи мають суттєвий вплив наступпні чинники: тип соціальної побудови держави, рівень соціально-економічного розвитку, склад населення, його інтереси, традиції, національні особливості. Тому система фізичного виховання і спорту є невід’ємною складовою соціальної системи суспільства.

Цілеспрямованість. Сфері фізичного виховання і спорту як і окремим організаціям притаманне прагнення до досягнення мети. Саме для цього організації, які входять до складу системи, вступають між собою у взаємодію.

Цілісність. До сфери фізичного виховання і спорту входить багато компонентів. Взаємодія в системі організацій, які здійснюють фізичне виховання, відбір, набір, попередню базову та завершальну підготовку атлетів, а також організації, які здійснюють науково-методичне, матеріально-технічне забезпечення полягає в тому, що кожна з них вирішує свої завдання.

Динамічність системи фізичного виховання і спорту характеризує безперервність її змін в цілому, а також змін окремих факторів. Змінюються: рівень спортивних результатів, методика, інвентар, обладнання, форми організації діяльності спеціалістів, матеріально-фінансове забезпечення тощо. Дані зміни відбивають об'єктивний процес розвитку сфери фізичного виховання і спорту, які мають враховуватись у діяльності їх організацій.

Ієрархічність системи тим, що у ній існує підпорядкованість підсистем та об'єктів, мети, завдань. Саме ієрархічність дозволяє виділити управлінські вертикалі всередині підсистем більшості організацій.

Структурність полягає в тому, що зміст діяльності ланок і системи в цілому обумовлює структуру, функціонування сфери, побудову її складових.

Сфера фізичного виховання і спорту в Україні включає три взаємодіючих підсистеми управління.

Перша підсистема – це державне управління фізичною культурою і спортом, яке здійснюють органи публічної влади. Центральним органом є Міністерство молоді та спорту України.

Друга підсистема – управління громадськими організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості. До неї відносяться: асоціації, фізкультурно-спортивні товариства, федерації, спортивні клуби та ін.

Третя підсистема – управління у підприємницьких фізкультурно-спортивних організаціях. До цієї групи входять організації професійного спорту та комерційні організації фізкультурно-спортивно напряму.

2. Органи публічної влади в системі управління сферою фізичного виховання і спорту

Управління сферою фізичного виховання і спорту організовується органами публічної влади на рівні двох гілок влади: представницької та виконавчої.

До органів публічної влади відносять: органи державної влади та органи місцевого самоврядування.

Найвищими органами управління всіма сферами суспільства є Президент та Уряд країни, які складають виконавчо-розпорядчий орган держави і забезпечують практичний розвиток сфери фізичного виховання і спорту одночасно з розвитком інших сфер.

Управління сферою фізичного виховання і спорту в Україні здійснюється на базі взаємодії двох чинників: державного та громадського.

ТЕМА 4: Громадські організації в сфері фізичного виховання і спорту

ПЛАН

1. Національний Олімпійський комітет України.
2. Національний спортивний комітет України.

1. Національний Олімпійський комітет України

Національний олімпійський комітет України – громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, основним завданням якої є забезпечення розвитку олімпійського руху в Україні як складової частини міжнародного олімпійського руху.

Національний олімпійський комітет України відповідно до Олімпійської хартії:

– представляє Україну на Олімпійських іграх, у Міжнародному олімпійському комітеті, міжнародних олімпійських організаціях;

– здійснює заходи щодо забезпечення прав інтелектуальної власності Міжнародного олімпійського комітету;

– визнає спортивні федерації з олімпійських видів спорту.

2. Національний спортивний комітет України

Національний спортивний комітет України є всеукраїнською спілкою громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості, включає всеукраїнські федерації з неолімпійських видів спорту.

Метою діяльності СКУ є сприяння розвитку видів спорту, що не входять до програми Олімпійських, Паралімпійських ігор, підтримка діяльності громадських організацій, що сприяють розвитку даних видів спорту, координація їх діяльності.

Національний спортивний комітет України:

– представляє Україну у відповідних міжнародних спортивних організаціях, на Всесвітніх та Європейських іграх з неолімпійських видів спорту, інших міжнародних спортивних змаганнях;

– організовує та проводить зі спортивними федераціями всеукраїнські та міжнародні заходи з неолімпійських видів спорту, яскравим прикладом є видовищні Всеукраїнські ігри з єдиноборств та Всеукраїнські пляжні ігри;

– самостійно висвітлює і сприяє висвітленню у ЗМІ діяльності та досягнень організацій неолімпійського спорту України;

– надає підтримку та сприяє проведенню членами спілки суддівських та тренерських семінарів;

– організовує та проводить семінари і тренінги з актуальних для спортивних федерацій питань;

– взаємодіє із органами державної влади та сприяє плідній взаємодії із ними спортивних федерацій, зокрема, сприяє у наданні всеукраїнським спортивним федераціям статусу національної спортивної федерації з відповідного неолімпійського виду спорту.

ТЕМА 5: Громадські організації в сфері фізичного виховання і спорту

ПЛАН

1. Спортивні федерації.
2. Всеукраїнські фізкультурно-спортивні товариства.

1. Спортивні федерації

Спортивні федерації – громадські організації фізкультурно-спортивної спрямованості, основними завданнями яких є:

– забезпечення інтересів членів відповідних спортивних федерацій у сфері спорту, в тому числі сприяння захисту їх соціальних, творчих, економічних, вікових, національно-культурних та інших інтересів;

– сприяння розвитку відповідного виду спорту шляхом участі у розробленні та виконанні відповідних програм;

– залучення різних груп населення до фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності;

– сприяння підготовці атлетів національних збірних команд та забезпечення їх участі в офіційних міжнародних спортивних змаганнях;

– організація та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів;

– участь у здійсненні кадрового забезпечення розвитку відповідного виду спорту;

– сприяння розвитку міжнародного співробітництва у сфері фізичної культури і спорту.

2. Всеукраїнські фізкультурно-спортивні товариства

Найбільш вагомий внесок у розвиток фізичної культури та спорту серед громадських організацій мають фізкультурно-спортивні товариства.

Фізкультурно-спортивні товариства – громадські організації фізкультурно-спортивної спрямованості, основними завданнями яких є: сприяння реалізації державної політики у сфері фізичної культури та спорту; організація фізкультурно-оздоровчої діяльності, зокрема за місцем роботи населення; забезпечення розвитку визначених напрямів спорту.

Фізкультурно-спортивні товариства діють на підставі статуту. Вони можуть мати всеукраїнський або місцевий статус.

ТЕМА 6: Спортивні школи та спортивні клуби як складові системи фізичного виховання та спорту України

ПЛАН

1. Основні напрямки самоврядування у сфері фізкультурного руху.
2. Дитячо-юнацькі спортивні школи.
3. Спортивні клуби.

1. Основні напрямки самоврядування у сфері фізкультурного руху

Велику роботу по розвитку фізичної культури та спорту здійснюють громадські організації: організовують заняття різними видами спорту, фізичними вправами, масові фізкультурно-оздоровчі заходи відповідно до бажань працівників, умов їх праці та відпочинку. Організовуючи масову роботу, громадські фізкультурні організації широко застосовують самодіяльність, активність, ініціативу працівників. Самодіяльні фізкультурні організації ведуть копітку роботу по задоволенню різноманітних потреб населення у галузі фізичного виховання: заняття руховими діями, різними формами дозвілля; підвищення майстерності атлетів; будівництво спортивних споруд тощо.

Впровадження фізичної культури відбувається у навчально-виховній, виробничій, соціально-побутовій сферах. Виробнича сфера передбачає розвиток фізичної культури на підприємствах, в установах, організаціях тощо. Розвиток фізичної культури у закладах освіти різного рівня акредитації та позашкільних установах.

2. Дитячо-юнацькі спортивні школи

Дитячо-юнацька спортивна школа – позашкільний навчальний заклад спортивного профілю, який забезпечує розвиток здібностей вихованців у певному виді спорту, який створює необхідні умови для повноцінного оздоровлення, гармонійного виховання, фізичного розвитку, змістовного дозвілля молоді, самореалізації, набуття навичок активного способу життя, підготовки спортивного резерву для збірних команд України.

До спортивної школи приймаються всі особи, які мають бажання займатися руховою активністю і здали нормативи з фізичної підготовленості, встановлені навчальними програмами з видів спорту та не мають медичних протипоказань.

В Україні функціонують такі типи спортивних шкіл:

– комплексні дитячо-юнацькі спортивні школи;

– дитячо-юнацькі спортивні школи з видів спорту;

– дитячо-юнацькі спортивні школи для інвалідів;

– спеціалізовані дитячо-юнацькі спортивні школи олімпійського резерву;

– спеціалізовані дитячо-юнацькі спортивні школи для інвалідів паралімпійського та дефлімпійського резерву.

3. Спортивні клуби

Фізкультурно-спортивні клуби (ФСК) є первинною фізкультурно-спортивною організацією Спортивної спілки учнівської молоді України. Клуб є громадським фізкультурно-оздоровчим і спортивним формуванням, який побудований на спільності інтересів членів клубів. Діяльність ФСК будується на базі самоуправління, добровільності членства та участі в його справах. Клуби можуть мати свою назву, емблему, форму, печатку, штамп, спортивний знак, прапор та іншу атрибутику.

Мета діяльності ФСК є створення сприятливих умов для занять різноманітними формами оздоровлення.

Головні завданням клубу:

– залучення молоді до регулярних занять руховою активністю;

– організація і проведення масових фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів;

– сприяння здійсненню заходів, щодо створення та зміцнення спортивної бази;

– забезпечення виконання комплексних та цільових програм з питань фізкультурно-реабілітаційної і спортивної роботи у навчально-виховній галузі;

– формування у молоді потреби у зміцненні здоров'я засобами фізичної культури та спорту;

– пропаганда активного способу життя, впровадження засобів фізичної культури та спорту у професійній діяльності, а також під час дозвілля.

ТЕМА 7: Організаційні основи функціонування сфери фізичного виховання

ПЛАН

1. Типи фізкультурно-спортивних організацій.
2. Регламентування діяльності організацій.
3. Діловодство у фізкультурно-спортивних організаціях.
4. Планування роботи у фізкультурно-спортивних організаціях.

1. Типи фізкультурно-спортивних організацій

Всі багаточисельні організації, які функціонують у сфері фізичного виховання і спорту, можна розділити на умовні групи за ознаками їх діяльності. Це державні та недержавні; комерційні та некомерційні; такі, які проводять обов’язкові заняття і заняття руховою активністю на добровільних засадах.

Організації фізкультурно-спортивної спрямованості можуть бути згруповані за різними ознаками, зокрема:

– формою власності та організаційно-правовою формою;

– цільовим призначенням;

– функціональним призначенням;

– рівнем ієрархії тощо.

Типи організацій за формою власності:

– *Комерційні.* Основна мета діяльності таких організацій – отримання прибутку. До цієї групи належать: господарські товариства (товариство з обмеженою відповідальністю, акціонерне товариство, товариство з додатковою відповідальністю, повне товариство, командитне товариство).

– *Не комерційні.* Такі організації не розглядають отримання прибутку головною метою своєї діяльності, не розподіляють прибуток між членами. Дану групу складають: фонди; спортивні кооперативи; об’єднання громадян; об’єднання юридичних осіб; некомерційні партнерства; автономні некомерційні організації.

Типи організацій за цільовим призначенням.

Всі спортивні організації залежно від мети діяльності поділяються на наступні, які здійснюють:

– фізкультурну та навчально-спортивну роботу;

– забезпечення можливості займатися руховою активністю;

– медичне обслуговування;

– підготовку фізкультурних фахівців;

– забезпечення сфери фізичного виховання і спорту необхідною інформацією, пропаганду фізкультурно-спортивних знань.

Типи організацій за функціональним призначенням:

– спортивні школи;

– спортивні клуби, як один з видів громадських організацій;

– спортивні клуби професійного спорту;

– фізкультурно-оздоровчі центри;

– стадіони, спорткомплекси, інші споруди, які знаходяться на самостійному балансі;

– кафедри фізичного виховання вузів різних рівнів акредитації;

– Міністерство молоді та спорту України, управління, відділи держадміністрацій;

– Національний олімпійський комітет України, відділення НОКу в областях;

– заклади вищої освіти з фізичного виховання та спорту;

– федерації з видів спорту;

– спілки, асоціації, фонди фізкультурно-спортивного спрямування.

Типи організацій за рівнем ієрархії:

– вищий рівень управління (четвертий) представляють Міністерство молоді та спорту України, Національний олімпійський комітет України, Спортивний комітет України, Національні федерації з видів спорту та ін.;

– рівень суб’єкта (третій) представляють структурні підрозділи з фізичної культури та спорту обласних держадміністрацій, обласні федерації з видів спорту, обласні ради ФСТ та ін.;

– районний, міський рівень (другий) представляють структурні підрозділи з фізичної культури і спорту районних держадміністрацій або органів місцевого самоврядування для міст обласного значення, міські федерації з видів спорту, районні ради ФСТ та ін.;

– первинна (основна) організаційна ланка управління фізичною культурою і спортом (перший рівень) представлений спортивними клубами за місцем роботи і навчання, спортивними школами, фізкультурно-оздоровчими клубами за місцем проживання, спортивними спорудами, базами та ін.

Організації кожного рівня є об’єктами управління для організацій вищого рівня (суб’єктів управління). Ієрархія соціального управління передбачає певну автономію управління на кожному рівні.

2. Регламентування діяльності організацій

Регламентування – встановлення меж та діапазонів дій, повноважень та обов’язків організацій, підрозділів, співробітників. Регламентування передбачає

наявність документів, у яких зазначено все вище назване. В залежності від того, яких питань стосуються ті чи інші документи, розрізняють наступні види регламентування.

Правове регламентування діяльності організацій здійснюється на підставі правових актів, які можна поділити на три умовні групи:

– Закони, які мають вищу юридичну силу і приймаються Верховною Радою України;

– Підзаконні акти, які видаються Радами Народних Депутатів інших рівнів і мають силу законів;

– Специфічні правові акти, які розробляються та діють тільки в сфері фізичного виховання і спорту і є обов'язковими для всіх організацій сфери.

Організаційне регламентування базується на документах, які мають назву «Положення про діяльність...» або «Статут». Прикладом може бути «Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу» або «Статут ФСК «Україна». У даних документах визначено: мету і завдання діяльності, структуру організації, функціональні обов'язки посадових осіб та ін.

Нормативне регламентування – це документи, які містять у цифровому виразі нормативи діяльності організацій, їх підрозділів або окремих працівників.

Адміністративне регламентування – це документи, які видаються адміністрацією певної організації. На відміну від попередніх видів, цей вид регламентування можна назвати внутрішнім.

Економічне регламентування – це документи, що регламентують використання фінансів та матеріальних цінностей, які мають грошовий вираз. В його основі – нормативи використання фінансових та матеріальних ресурсів.

3. Діловодство у фізкультурно-спортивних організаціях

Діловодство – це сукупність процесів, що забезпечують документування управлінської інформації й організацію роботи зі службовими документами. Діловодство у сфері фізичного виховання включає всі види роботи із документацією, які мають місце в організаціях, установах, закладах освіти, спортивних школах, фізкультурних осередках в ході виконання ними своїх функцій та реалізації завдань. Це також сукупність форм і методів роботи зі службовою документацією.

Головними завданнями діловодства є забезпечення ефективного процесу документознавчого управління, створення документів, а також зберігання й забезпечення доступу до документів.

4. Планування роботи у фізкультурно-спортивних організаціях

Для цілеспрямованого розвитку та функціонування у фізкультурно-спортивних організаціях доцільно мати наступні документи:

– загальний річний план роботи;

– плани організаційних заходів;

– плани масових фізкультурно-оздоровчих заходів;

– плани роботи спортивних секцій;

– плани матеріально-технічного розвитку організації;

– план розвитку фізичної культури і спорту організації;

– календарний план спортивних змагань.

ТЕМА 8: Контроль та зв'язувальні процеси в управлінській діяльності

ПЛАН

1. Контроль як базовий елемент процесу управління, його види.
2. Облік діяльності та звітність фізкультурних організацій.

1. Контроль як базовий елемент процесу управління, його види

Однією з пріоритетних в діяльності організацій галузі фізичного виховання і спорту є функція контролю. Контроль – найтриваліша функція управлінського процесу. Вона здійснюється впродовж всієї реалізації рішення в спортивній організації.

Контроль – система спостереження, перевірки та оцінки відповідності процесу функціонування організації прийнятим управлінським рішенням.

Існує три різновиди контролю, які мають спільну мету – сприяти тому, щоб результати були якомога ближчими до бажаних. Вони розрізняються за часом здійснення – це попередній, поточний та заключний контроль.

Попередній контроль носить таку назву тому, що реалізовуєтьься до фактичного початку роботи і є своєрідним контролем готовності до її виконання. В організаціях попередній контроль використовується в трьох напрямках – по відношенню до людських, фінансових і матеріальних ресурсів.

Поточний контроль – називається тому, що здійснюється безпосередньо в ході проведення робіт. Для успішного функціонування системи поточного контролю керівнику треба мати зворотній зв'язок, тобто до нього має постійно надходити вся необхідна інформація від структурних підрозділів і підлеглих.

Заключний контроль – теж передбачає застосування зворотного зв'язку, але вже після того, як виконана робота. При заключному контролі отримані результати порівнюються з тими, які були заплановані та вимагаються. Цей вид контролю дає керівникові інформацію, яка варта для планування аналогічної діяльності в майбутньому.

2. Облік діяльності та звітність фізкультурних організацій

Контроль не слід плутати з обліком, хоча у практиці органи обліку та статистики вирішують важливі завдання контролю.

Облік обмежується спостереженням, реєстрацією, зберіганням та обробкою даних. У завдання обліку не входить оцінювання явищ за тими чи іншими критеріями.

У галузі фізичного виховання й спорту існує єдина система обліку та статистики. Вона включає наступні види обліку: бухгалтерський; оперативний; статистичний. Всі вони тісно пов'язані між собою, відображають рівні збору, накопичення обробки та узагальнення фактичних даних.

Бухгалтерський облік – облік матеріальних та фінансових цінностей, які мають грошовий вираз. Його основою є дані оперативного обліку, однак він використовує дані, які відображають матеріальні та грошові засоби організації, їх джерела та операції. Завдяки бухгалтерському обліку визначаються ресурси та фінансові можливості організації.

Оперативний облік забезпечує суб'єкт управління щоденною інформацією про процеси управління. Його завдання: документальне оформлення різної діяльності; первинна обробка, накопичення та надання даних для потреб оперативного управління; забезпечення даними інших рівнів управління. Первинні документи обліку оформлюються безпосередньо в ході або після завершення заходів.

Статистичний облік – це підсумковий облік, узагальнення даних оперативного та бухгалтерського обліку. Це вищий рівень обліку, який дає уявлення про кількісні характеристики фізкультурно-спортивного руху в конкретній, узагальненій формі. Він дозволяє за масою індивідуальних чинників побачити закономірності та тенденції розвитку явища.

ТЕМА 9: Контроль та зв'язувальні процеси в управлінській діяльності

ПЛАН

1. Функції управління.
2. Зв'язувальні процеси: комунікації та прийняття рішень.

1. Функції управління

1. Чотири функції управління – планування, організація, мотивація, контроль – мають дві загальні характеристики: всі вони вимагають прийняття рішень і для всіх необхідні комунікації – обмін інформацією. У зв'язку з тим, що ці два фактори зв'язують всі чотири управлінські функції, вмонтовані в них комунікації та прийняття рішень називають **зв'язувальними процесами.**

Комунікації – обмін інформацією між двома і більше людьми, мають місце в усіх основних видах управлінської діяльності. Тому в теорії управління існує постулат, що успіх окремих працівників та організацій в цілому визначається ефективністю комунікацій.

Термін «інформація» означає роз'яснення, повідомлення про стан справ. Управлінська інформація, представляє собою різноманітні відомості про осіб, події, предмети, факти, явища і процеси незалежно від форми їх уявлення.

2. Зв'язувальні процеси: комунікації та прийняття рішень

Інформація – сукупність відомостей про стан і зміни суб'єкта управління та об'єкту управління, а також зовнішнього середовища, яке зменшує ступінь невизначених знань про конкретний об'єкт.

Управлінська інформація повинна мати наступні характеристики:

Своєчасність. З моменту отримання інформації до прийняття рішення має пройти стільки часу, скільки треба для обробки інформації, її уточнення та використання.

Вірогідність. Саме від цієї характеристики залежить вірність прийнятого рішення.

Повнота, тобто інформація має включати відомості стосовно всіх необхідних аспектів проблеми, яка вирішується.

ТЕМА 10: Управління персоналом організацій сфери фізичного виховання і спорту

ПЛАН

1. Особливості функціонування фізкультурних організацій в сучасних умовах.
2. Керівництво, стилі керівництва.

1. Особливості функціонування фізкультурних організацій в сучасних умовах

Кризові явища в економіці України відчутно вплинули на фізичну культуру та спорт. У ній відбулись певні зміни:

– загальний спад виробництва, складності з формуванням державного бюджету, постійне зростання цін, від якої в основному «потерпають» бюджетні галузі;

– злам командно-планової економіки порушив систему матеріально-технічного забезпечення фізичної культури;

– почався процес скорочення кількості спортивних осередків;

– складні матеріальні умови разом із невисоким соціальним престижем фізкультурного працівника призвели до переходу кваліфікованих спеціалістів у інші галузі, тим самим загострivши проблему якості кадрового потенціалу;

– економічна ситуація призвела до росту соціальної напруженості.

Одночасно, в Україні з'явилися певні передумови соціального та економічного реформування. Розпочато процес змін та оновлень у галузі фізичної культури й спорту:

– поряд з державними відкрилися і почали функціонувати недержавні фізкультурні організації;

– значно зросла різноманітність видів фізкультурних організацій;

– фізкультурні організації активно засвоюють нові можливості, які відкриваються у сфері надання додаткових послуг;

– має місце активізація фізкультурної благочинності й спонсорства, участі нових економічних структур у створенні різного типу фізкультурних організацій, фінансуванні фізкультурних установ та інноваційних проектів, створенні фондів розвитку фізичної культури.

2. Керівництво, стилі керівництва

У кожного керівника складаються певні стереотипи управлінської діяльності, які в науках про управління називають стилем управління. На сьогоднішній день існує кілька досить поширених концепцій стилів управління, які широко застосовуються в процесі підготовки керівників та менеджерів.

Під **стилем управління** розуміють стійку систему методів, способів і форм впливу керівника на підлеглих, що складає своєрідний почерк управлінської поведінки.

Авторитарний стиль. Усі рішення ухвалюються одноосібно керівником, причому завжди точно окреслені «межі компетентності». Рішення надходять у

вигляді директив, які не підлягають обговоренню. У такого керівника завищена самооцінка та різко занижена оцінка оточення, особливо підлеглих; наслідком цього є недовіра до підлеглих, нехтування ними. Такий керівник майже не дає своїм підлеглим змоги самим приймати рішення. Усе це породжує несприятливий психологічний клімат в колективі, пригнічує ініціативу та відповідальність працівників.

Демократичний стиль. Характеризується тим, що прийняття рішень здійснюється з участю колективу, тобто працівники – це не просто виконавці чужих рішень, а особи, які мають власні цінності та інтереси. У таких організаціях значно зростають ініціативність працівників, кількість творчих нестандартних рішень, поліпшуються моральний клімат та загальна задоволеність людей. За таких умов працівники мають змогу навчатися один у одного, коли кожний є джерелом інформації, а керівник-демократ враховує індивідуально-психологічні властивості, інтереси, потреби підлеглих, обирає адекватно ситуації засоби впливу на них.

Ліберальний стиль. По суті це означає втрату керівництва, відхід від активного управління. Рішення керівнику нав'язують підлеглі. Учасники колективу мають повну свободу у визначенні своєї мети та контролю за своєю діяльністю.

ТЕМА 11: Управління персоналом організацій сфери фізичного виховання і спорту

ПЛАН

1. Управління конфліктними ситуаціями.
2. Система та напрями управління персоналом.

1. Управління конфліктними ситуаціями

Конфлікт – визначається як відсутність узгодженості між двома або більше сторонами. Термін «конфлікт» викликає негативні асоціації, який пов’язується із суперечками, війною, ворожнечею. Спеціалісти управління у минулому стояли саме на таких позиції, що конфлікт – краще уникати.

В організаціях з ефективним управлінням деякі конфлікти не тільки можливі, а і корисні. Конфлікт допомагає виявити різні точки зору, надає додаткову інформацію, допомагає виявити найбільшу кількість альтернатив або проблем. Це робить процес прийняття рішення більш ефективним, дає змогу особистостям висловити свою думку, приводить до більш ефективного виконання проєктів, планів та стратегій.

Таким чином, конфлікт може бути функціональним і вести до підвищення ефективності діяльності організації, або дисфункціональним і вести до зниження особистої задоволеності, групової співпраці, ефективності функціонування організації.

2. Система та напрями управління персоналом

Вирішення проблеми ефективного управління персоналом у фізкультурних організаціях є актуальною. Із встановленням ринкової економіки в нашій державі, створились умови, які потребують застосування належної технології, що дозволить підвищити соціально-економічну ефективність будь-яких організацій, в тому числі – спортивних. Вона має передбачати сучасні засоби, методи і зміст чинників управління персоналом.

Необхідним є перегляд ставлення сучасних керівників до проблем управління людськими ресурсами. Адже управління персоналом слід розглядати не просто як управління працівниками, а як діяльність більш ґрунтовну. Західні фахівці відзначають, що раніше в економіці головна роль відводилась розвитку важливих галузей промисловості, формуванню структури ринку, розвитку сфери обслуговування та інформації, а сьогодні – головну роль відіграють спеціалісти.

Склалось дві моделі управління персоналом:

1) *«американська»,* яка передбачає початкове визначення професійно-кваліфікаційних вимог, що стоять перед посадою і «підгонку» під неї найбільш відповідних фахівців;

2) *«японська»,* яка передбачає початкове вивчення сильних і слабких сторін співробітника і «підгонку» під неї відповідної посади.

ТЕМА 12: Міжнародний спортивний рух і управління діяльністю міжнародних організацій

ПЛАН

1. Міжнародний спортивний рух.
2. Сучасні особливості міжнародного спортивного руху.

1. Міжнародний спортивний рух

Міжнародний спортивний рух – це специфічна сфера суспільного життя, яка сприяє встановленню та розвитку міжнародних зв’язків між національними спортивними організаціями різних країн, їх об’єднанню з метою всебічного розвитку і вдосконалення фізичної культури та спорту.

На сьогоднішній день в структурі міжнародного спортивного руху сформовано належну кількість різних міжнародних спортивних об’єднань, які гарантують певні блоки управління його розвитком.

Міжнародні спортивні об’єднання – всесвітні та регіональні неурядові міжнародні організації, які розвивають фізичну культуру, фізичне виховання та спорту.

Завдання міжнародних спортивних об’єднань є:

– допомога у створенні відповідних національних організацій, визнання їх, встановлення та зміцнення зв’язків з ними, контроль за виконанням цими організаціями прийнятих статутів;

– вивчення та розповсюдження міжнародного досвіду у своїй галузі;

– створення матеріально-фінансової бази для розвитку фізичної культури та спорту;

– розробка положень, які стосуються певного виду спорту; планування та організація міжнародних змагань; реєстрація рекордів та ін.

2. Сучасні особливості міжнародного спортивного руху

Міжнародний спортивний рух здобув різноманітну та складну структуру взаємозв'язків та взаємовідношень, що забезпечує подальший прогрес спорту. У загальній структурі міжнародного спортивного руху всі існуючі міжнародні спортивні організації можна класифікувати за наступними ознаками.

За територіальною та національною приналежністю:

а) всесвітні спортивні об'єднання сприяють розвитку фізкультурно-спортивного руху в усіх країнах світового співтовариства, об'єднують спортсменів всіх континентів;

б) регіональні спортивні об'єднання обмежують свою діяльність окремим регіоном світу або континентом;

в) національні спортивні об'єднання реалізовують проблеми розвитку спорту в Україні.

За напрямками роботи:

а) універсальні спортивні об'єднання – носять загальний характер:

– з масової та оздоровчої фізичної культури;

– з розвитку спорту;

б) спеціалізовані спортивні об'єднання – обмежені однією галуззю фізичної культури або спорту:

– за окремими видами спорту;

– за професійною приналежністю;

– за віковою приналежністю;

– за релігійною приналежністю;

– за медико-реабілітаційною спрямованістю;

– за галузями знань або сферами діяльності.

За терміном діяльності:

а) постійні – спортивні неурядові організації;

б) тимчасові – конгреси, симпозіуми, конференції тощо.

Таким чином, функціонування міжнародного спортивного руху забезпечує діяльність багатьох різнохарактерних міжнародних спортивних організацій.

ТЕМА 13: Міжнародний спортивний рух і управління діяльністю міжнародних організацій

ПЛАН

1. Міжнародні спортивні федерації з видів спорту.
2. Роль Олімпійської хартії.

1. Міжнародні спортивні федерації з видів спорту

Міжнародні спортивні федерації (МСФ) є самостійними, незалежними, неурядовими організаціями, які керують одним або декількома видами спорту

на всесвітньому або континентальному рівні та включають до свого складу організації, які керують видами спорту на національному рівні.

МСФ відповідають за збереження і розвиток цілісності свого виду спорту на міжнародному рівні. Вони організовують, об’єднують і координують діяльність багаточисленних національних федерацій з окремих видів спорту.

2. Роль Олімпійської хартії

Олімпійська хартія визначає роль МСФ в олімпійському русі. МСФ в межах свого виду спорту мають:

– встановлювати та виконувати в дусі Олімпізму правила свого виду спорту і слідкувати за їх виконанням;

– забезпечувати розвиток свого виду спорту у всьому світі;

– сприяти реалізації викладених в Олімпійській хартії цілей, а саме через поширення Олімпізму і олімпійської освіти;

– висловлювати свою думку щодо кандидатів на організацію Олімпійських ігор, особливо в тому, що стосується технічних аспектів місць проведення змагань з їх виду спорту;

– встановлювати свої критерії допуску до змагань на Олімпійських іграх відповідно до Олімпійської хартії і подавати їх на затвердження в Міжнародний олімпійський комітет;

– відповідати за контроль і технічне управління свого виду спорту на Олімпійських іграх та на Іграх, які проводяться під патронатом Міжнародного олімпійського комітету;

– забезпечувати технічну допомогу для реалізації програм Олімпійської солідарності;

– заохочувати та підтримувати заходи, які пов’язані з медичним обслуговуванням і здоров’ям атлетів.

ТЕМА 14: Міжнародний спортивний рух і управління діяльністю міжнародних організацій

ПЛАН

1. Міжнародний олімпійський рух.
2. Три головні складові Олімпійського руху.

1. Міжнародний олімпійський рух

У 1894 р. на Міжнародному атлетичному конгресі в Парижі за пропозицією французького барона П’єра де Кубертена було вирішено утворити Міжнародний олімпійський комітет і провести у 1896 р. перші Олімпійські ігри сучасності. Ці історичні змагання відбулися на батьківщині Олімпійських ігор – в Греції.

В Олімпійській хартії, головному правовому документі олімпійського спорту, викладені основоположні принципи олімпійського руху.

Олімпізм представляє собою філософію життя, що звеличує та об'єднує в гармонійне ціле здібності тіла, волі й розуму. Поєднуючи спорт з культурою та

освітою, олімпізм намагається створити такий спосіб життя, який грунтується на радості від зусилля, освітній цінності доброго прикладу, соціальній відповідальності та повазі до універсальних етичних принципів.

Мета Олімпізму полягає в тому, щоб поставити спорт на служіння гармонійному розвитку людини з наміром підтримати встановлення миру, який зацікавлений в збереженні людської гідності.

Олімпійський рух – це організована, концентрована, універсальна і постійна діяльність всіх осіб та організацій, яких надихають цінності Олімпізму, які проводиться під керівництвом МОК. Ця діяльність охоплює п'ять континентів. Вона досягає своєї вершини, коли збирає разом спортсменів світу на величезному спортивному фестивалі – Олімпійських іграх. Її символ – п'ять переплетених кілець.

Заняття спортом – це одне з прав людини. Кожен повинен мати можливість займатися спортом, без будь-якої дискримінації, в дусі Олімпізму, взаєморозуміння, дружби, солідарності та чесної гри.

Належність до Олімпійського руху вимагає обов'язкового дотримання положень Олімпійської хартії та визнання МОКом.

Олімпійський рух, який знаходиться під верховною владою Міжнародного олімпійського комітету, включає в себе організації, спортсменів та інших осіб, які погоджуються керуватися Олімпійською хартією. Мета Олімпійського руху – сприяння побудові мирного та кращого світу шляхом виховання молоді через спорт згідно з ідеями Олімпізму та його цінностями.

2. Три головні складові Олімпійського руху

Три головні складові Олімпійського руху: Міжнародний олімпійський комітет (МОК), міжнародні спортивні федерації (МСФ) та національні олімпійські комітети (НОК).

Міжнародний олімпійський комітет (МОК) є міжнародною неприбутковою організацією, з необмеженим часом дії, у формі асоціації з і статусом юридичної особи. Його місцезнаходження – Лозанна (Швейцарія), олімпійська столиця. Уставний документ МОК – Олімпійська хартія (остання її редакція, яка є чинною зараз 09.09.2013 р.). Завданням МОК є поширення Олімпізму в світі й керівництво Олімпійським рухом.

ТЕМА 15: Міжнародний спортивний рух і управління діяльністю міжнародних організацій

ПЛАН

1. Міжнародний спортивний рух в галузі масового спорту.
2. «Спорт для всіх».

1. Міжнародний спортивний рух в галузі масового спорту

Найпотужніший і популярний на сьогоднішній день міжнародний масовий фізкультурно-спортивний рух називається «Спорт для всіх». Він почав розвиватися у світі вже з середини 70-х років минулого століття. У 1975 р. була прийнята Європейська хартія цього руху, яка намітила програму його розвитку.

«Спорт для всіх» – це рух, який спрямований на реалізацію олімпійських ідеалів та демонстрування того, що спорт – це право, яке належить всім людям і виходить за межі расових та класових відмінностей. Це рух, метою якого є розвиток здоров'я, фізичного розвитку та добробуту за допомогою здійснення спортивної діяльності, яка адаптована до людей різного віку, статі, різних соціальних та економічних умов, різних місцевих та релігійних культур.

2. «Спорт для всіх»

«Спорт для всіх» – це загальнодоступні заняття оздоровчим бігом та ходьбою, аеробікою та атлетичною гімнастикою, виїзди за місто, проведення найпростіших змагань, різноманітні ігри, туристичні походи, екскурсії та інші види рухової активності оздоровчої спрямованості. Провідною установкою «Спорту для всіх» стало створення умов – чоловікам і жінкам, представникам всіх вікових груп – для підтримання фізичного та психічного рівня розвитку, необхідного для життя, а також захист людства від виродження.

У Європейській хартії «Спорт для всіх» проголошені основні принципи: право на участь у спортивному житті, гуманістичний та соціокультурний розвиток, самозахист спорту від експлуатації, достатність спортивних споруд для рекреаційних цілей та інші прогресивні установки.

5.2. Екзаменаційні питання

1. Спортивний менеджмент – це:

а) теорія та практика ефективного управління фізкультурно-спортивними організаціями в сучасних ринкових умовах;

б) теорія та практика фізичного виховання в сучасних умовах;

в) наука, що вивчає здоров'я людини;

г) наука про спорт.

2. Управління процесом у сфері фізичної культури та спорту – це:

а) специфічна діяльність людини у живій та неживій природі, а також у соціальному житті;

б) управлінська діяльність в соціальному житті;

в) керування фізкультурно-спортивними організаціями;

г) педагогічна діяльність в галузі фізкультури і спорту.

3. Поняття «менеджмент» використовується для визначення управлінської діяльності у:

а) соціальній сфері;

б) господарській сфері;

в) живій та неживій природі;

г) всіх сферах людського життя.

4. Функції менеджменту у фізичній культурі та спорті – це:

а) певні напрямки управлінської діяльності у сфері фізичної культури;

б) управлінська діяльність в соціальному житті;

в) теорія та практика фізичного виховання в сучасних умовах;

г) педагогічна діяльність в галузі фізкультури і спорту.

5. Діяльність по створенню нових або якісному вдосконаленню раніше створених систем будь-якого типу у відповідності до мінливих умов довкілля – це:

а) організаційна функція менеджменту;
б) мотиваційна функція менеджменту;
в) контролююча функція менеджменту;
г) координаційна функція менеджменту.

6. Діяльність по створенню умов для цілеспрямованого розвитку об'єкту менеджменту шляхом розробки різних планів – це:

а) функція менеджменту – планування;
б) мотиваційна функція менеджменту;
в) контролююча функція менеджменту;
г) координаційна функція менеджменту.

7. Діяльність по створенню системи стимулів для ефективного функціонування організації у відповідності до розроблених планів – це:

а) мотиваційна функція менеджменту;
б) організаційна функція менеджменту;
в) контролююча функція менеджменту;
г) координаційна функція менеджменту.

8. Діяльність по забезпеченню неперервності процесу менеджменту, досягнення узгодженості у роботі підрозділів – це:

а) координаційна функція менеджменту;
б) мотиваційна функція менеджменту;
в) організаційна функція менеджменту;
г) контролююча функція менеджменту.

9. Діяльність по перевірці плину процесів у об'єкті менеджменту згідно заданої програми – це:

а) контролююча функція менеджменту;
б) координаційна функція менеджменту;
в) мотиваційна функція менеджменту;
г) організаційна функція менеджменту.

10. Загальні питання фізичної культури та спорту знаходяться у спільному підпорядкуванні центральних органів державної влади та місцевих органів самоврядування – це:

а) принцип демократичного централізму;
б) принцип науковості;
в) принцип плановості;
г) принцип ієрархічності.

11. Вся система управління у фізичній культурі та спорті побудована на найновіших наукових даних – це:

а) принцип науковості;

б) принцип демократичного централізму;

в) принцип плановості;

г) принцип ієрархічності.

12. Планове фінансування фізичної культури та спорту з бюджетів різних рівнів – це:

а) принцип плановості;

б) принцип науковості;

в) принцип демократичного централізму;

г) принцип ієрархічності.

13. Наявність різних взаємопов'язаних рівнів управління фізичною культурою та спортом – це:

а) принцип ієрархічності;

б) принцип науковості;

в) принцип демократичного централізму;

г) принцип плановості.

14. Центральним керівним органом виконавчої влади в сфері фізичної культури та спорту є:

а) Міністерство молоді та спорту України;

б) Міжнародний олімпійський комітет;

в) Національна спортивна федерація;

г) Всеукраїнське фізкультурно-спортивне товариство.

15. Структура Міністерства молоді та спорту України включає:

а) департаменти олімпійського спорту та фізичної культури;

б) відділи гімнастики, водних та зимових видів спорту;

в) сектори ігрових та зимових видів спорту;

г) комісії олімпійських та неолімпійських видів спорту.

16. Головне завдання роботи Департаменту олімпійського спорту в складі Міністерства молоді та спорту України – це:

а) розвиток олімпійських видів спорту та їх інфраструктури, формування збірних команд з олімпійських видів спорту;

б) сприяння здоровому способу життя в суспільстві;

в) проведення нарад, семінарів з питань фізичної культури;

г) нагородження переможців і призерів всеукраїнських змагань.

17. Головне завдання роботи Департаменту фізичної культури та неолімпійських видів спорту в складі Міністерства молоді та спорту України – це:

а) розвиток масових занять різних груп населення фізичною культурою;

б) формування збірних команд з олімпійських видів спорту;

в) розвиток олімпійських видів спорту та їх інфраструктури;

г) проведення змагань з олімпійських видів спорту.

18. Самостійний громадський орган управління фізичною культурою та спортом в Україні – це:

а) Національний олімпійський комітет України;

б) Міжнародний олімпійський комітет;

в) районна фізкультурно-спортивна організація;

г) Федерація футболу України.

19. Основне завдання Національного олімпійського комітету України – це:

а) забезпечення участі в Олімпійських іграх, розширення міжнародного співробітництва, популяризація масового спорту;

б) нагородження переможців і призерів всеукраїнських змагань;

в) моніторинг і впровадження системи обліку в сфері фізичної культури;

г) розробка положень про проведення всеукраїнських спортивних змагань.

20. Вищий керівний орган Національного олімпійського комітету України – це:

а) Генеральна асамблея НОК України;

б) засідання керівництва НОК України;

в) загальні збори членів НОК України;

г) засідання комісій НОК України.

21. Первинна ланка самодіяльної організації фізкультурного руху у виробничій та навчально-виховній сферах – це:

а) спортивний клуб;

б) Федерація футболу України

в) Національний олімпійський комітет України;

г) Міністерство молоді та спорту України.

22. Позашкільний навчальний заклад, який забезпечує спортивну підготовку дітей та підлітків з відповідних видів спорту – це:

а) дитячо-юнацька спортивна школа;

б) загальноосвітня школа;

в) колектив фізичної культури;

г) Національний олімпійський комітет України.

23. Для підготовки молодих спортсменів вищої кваліфікації – резерву національних збірних команд створюються:

а) школи вищої спортивної майстерності:

б) дитячо-юнацькі спортивні школи;

в) колективи фізичної культури;

г) спортивні клуби.

24. Вищий орган управління Національної спортивної федерації:

а) з'їзд або конференція членів федерації;

б) нарада керівників фізкультурно-спортивних товариств;

в) генеральна асамблея НОК України;

г) засідання керівництва Міністерства молоді та спорту України.

25. Самостійна незалежна громадська організація з певного виду спорту – це:

а) національна спортивна федерація;

б) Міністерство молоді та спорту України;

в) Національний олімпійський комітет України;

г) спорткомітет міської ради.

26. Фізкультурно-спортивна організація може бути створена та функціонувати за такими принципами:

а) галузевим або територіальним;

б) міським або селищним;

в) масовим або індивідуальним;

г) педагогічним або психологічним.

27. Найбільш можливу економію сил та найбільш продуктивне використання праці передбачає принцип:

а) економічності та ефективності;

б) демократичного централізму;

в) масовості;

г) координації.

28. Присвоєння співробітникам фізкультурно-спортивних організацій державних нагород, яке передбачає надбавку до заробітної плати – це принцип:

а) поєднання матеріального та морального стимулювання;

б) економічності та ефективності;

в) демократичного централізму;

г) координації.

29. Обов'язкове встановлення прав, обов'язків та відповідальності співробітників фізкультурно-спортивних організацій у формі нормативно-правових документів передбачає принцип:

а) відповідальності;

б) економічності та ефективності;
в) масовості;
г) координації.

30. Основні напрями роботи Національної спортивної федерації:
а) організаційний, навчально-спортивний, пропагандистський;
б) спортивний, контролюючий, комплексний;
в) масовий, гімнастичний, футбольний;
г) агітаційний, міжнародний, системний.

31. Громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, що створюється громадянами України з метою сприяння розвитку фізичної культури та спорту – це:
а) фізкультурно-спортивне товариство;
б) дитячо-юнацька спортивна школа;
в) школа вищої спортивної майстерності;
г) Національний олімпійський комітет України.

32. Вищий керівний орган Всеукраїнського фізкультурно-спортивного товариства – це:
а) з'їзд або конференція членів товариства;
б) генеральна асамблея НОК України;
в) нарада керівників Національної спортивної федерації;
г) засідання керівництва Міністерства молоді та спорту України.

33. Найвищими органами, що координують роботу з видів спорту в світі є:
а) Міжнародні спортивні федерації;
б) спортивні клуби;
в) Національний олімпійський комітет України;
г) відділ фізичної культури і спорті міської ради.

34. Всесвітні та регіональні неурядові міжнародні організації, що займаються розвитком фізичної культури, фізичного виховання та спорту – це:
а) міжнародні спортивні об'єднання;
б) спортивні клуби;
в) Національний олімпійський комітет України;
г) відділ фізичної культури і спорті міської ради.

35. Організаційна робота в сфері фізичної культури та спорту передбачає:
а) планування діяльності фізкультурно-спортивних організацій різного рівня;
б) проведення тренувань у спортивних секціях;
в) проведення занять з оздоровчої гімнастики у групах «Здоров'я»;

г) придбання та утримання спортивного інвентарю.

5.3. Глосарій

Бізнес-план – це короткий, точний, доступний і зрозумілий опис пропонованої діяльності фізкультурно-спортивної організації.

Діловодство – усі види роботи із документацією, які мають місце в установах, організаціях, навчальних закладах, спортивних школах, фізкультурних осередках, в ході виконання ними своїх функцій та реалізації завдань. Це також сукупність методів і форм роботи зі службовою документацією.

Документообіг – рух документів в організації з моменту їх створення або одержання і до завершення виконання або відправлення.

Інформація – відомості, розраховані на конкретного споживача, яким притаманна новизна і які необхідні для прийняття рішень. За допомогою інформації здійснюється зв'язок між суб'єктом (який управляє) і об'єктом (ким управляють), а також між системою і оточуючим середовищем.

Кадрова політика – сукупність принципів, основних моделей, цілей та уявлень, які визначають напрями та зміст роботи з кадрами, і є вирішальними в сфері управління відповідними об'єктами.

Керівництво – інтегруюча діяльність органу або посадової особи, яка спрямована на об'єднання дій організації або спеціалістів.

Керувати – бути на чолі та інтегрувати зусилля підлеглих.

Комунікації – обмін інформацією між двома і більше людьми.

Контроль – діяльність, яка включає спостереження за плином процесів в об'єктах менеджменту, порівняння розмірів параметрів, які контролюються, із заданою програмою, виявлення відхилень від програми, їх місця, часу, причини та характеру;

Координація *(фінансування, підготовка кадрів)* – діяльність по забезпеченню неперервності процесу менеджменту, досягнення узгодженості в роботі організацій, підрозділів і окремих виконавців за допомогою встановлення раціональних зв'язків між ними.

Міжнародний спортивний рух – це специфічна сфера суспільного (соціального) життя, яка сприяє встановленню та розвитку міжнародних зв'язків між національними спортивними організаціями різних країн, їх об'єднанню з метою всебічного розвитку і вдосконалення фізичної культури та спорту.

Міжнародні спортивні об'єднання – всесвітні та регіональні неурядові міжнародні організації, які займаються розвитком фізичної культури, фізичного виховання і спорту.

Міжнародні спортивні федерації – самостійні, незалежні, неурядові організації, які керують одним або декількома видами спорту на всесвітньому або континентальному рівні та включають до свого складу організації, які керують видами спорту на національному рівні.

Мотивація – діяльність по створенню системи стимулів, які активізують персонал організації ефективно працювати відповідно до розроблених планів;

Наказ – нормативний акт, який приймається керівником або його заступником з метою вирішення основних оперативних завдань організації.

Національний олімпійський комітет України – громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, основним завданням якої є забезпечення розвитку олімпійського руху в Україні як складової частини міжнародного олімпійського руху.

Національний спортивний комітет України – всеукраїнська спілка громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості, включає всеукраїнські федерації з неолімпійських видів спорту.

Облік – спостереження, реєстрація, зберігання та обробка даних.

Організаційні здібності – здібності до організаторської діяльності. В їх структуру входять комунікативні здібності, вміння активізувати інших, критичність, ініціативність, фактичність, вимогливість до себе та інших, наполегливість.

Організація – названий термін застосовується в теорії управління в трьох значеннях: група людей, що працюють разом (установа, заклад), діяльність яких координується для досягнення спільної мети; стан упорядкування, внутрішня форма або структура системи (організації); діяльність установи або людини зі створення упорядкованості, організаційна робота (діяльність), функція управління.

Організація роботи зі службовими документами – це організація процесів документообігу, формування справ, зберігання службових документів і користування ними в поточній діяльності суб'єкта діловодства; створення умов, що забезпечують рух, пошук і збереження документів у діловодстві.

Перевірка – основна та найбільш розповсюдженою форма контролю у фізкультурно-спортивних організаціях.

Персонал – штатний склад працівників організацій, підприємств. До персоналу відносять всіх працівників, які виконують виробничі та управлінські операції, зайняті переробкою предметів праці з використанням засобів праці; основний штатний склад працівників (за винятком керівництва), який виконує різноманітні виробничо-господарські функції.

План – головний інструмент координації зусиль персоналу організації для досягнення поставлених цілей.

Планування – діяльність по створенню умов для цілеспрямованого, динамічного та пропорційного розвитку об'єкта менеджменту шляхом розробки різних планів.

Постанова – нормативний акт, який приймається колегіально. Являє собою цільове рішення актуальної проблеми із зазначенням цілі, шляхів і ресурсів, термінів, виконавців, контролю за виконанням.

Принцип – вихідне положення теорії, загальна ознака, обов'язкова умова.

Принципи менеджменту в фізичній культурі та спорті – основні правила, положення та норми поведінки, якими керуються органи управління та окремі керівники в процесі здійснення управлінської діяльності.

Регламентування – встановлення меж і діапазонів дій, прав, повноважень та обов'язків організацій, підрозділів, співробітників.

Рішення – вибір альтернативи, тобто варіанту дій, який виключає інші. Це об'єктивно аргументована дія суб'єкта управління у відповідь на виробниче завдання, яке виникло, або потребує конкретизації цілі, виконавців, термінів,

ресурсів, послідовності і виконання.

Розпорядження – правовий акт, який видається керівником з метою вирішення оперативних питань; має обмежений термін дії та стосується вузького кола посадових осіб.

Система – організоване складне ціле, сукупність або комбінація частин (компонентів), що знаходяться у взаємозв'язку та об'єднані єдиною метою діяльності. Існує багато різновидів систем, в тому числі - соціальні, до яких належить сфера фізичного виховання.

Система документації – це сукупність документів, взаємозв'язаних таким чином, що є єдиним цілим зі своїми специфічними рисами, наприклад, система управлінських документів).

Система документування – це сукупність процесів і прийомів утворення всієї документації в установах, на підприємствах, в організаціях під час їхньої функціональної діяльності.

Система управління персоналом – це інформаційне, технічне, нормативно-методичне, правове забезпечення технології управління персоналом.

Соціальні системи – групи людей, що певний час знаходяться у безпосередньому контакті; організації з чітко оформленою соціальною структурою, етнічні або національні об'єднання, держави або групи взаємопов'язаних держав тощо.

Спортивний менеджмент – це теорія та практика ефективного управління організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості в сучасних ринкових умовах.

Стиль керівництва – звична манера поведінки керівника по відношенню до підлеглих.

Технологія управління персоналом – це сукупність складових, які забезпечують формування, розвиток і реалізацію кадрового потенціалу організації з найбільшою ефективністю. Це означає покращення роботи кожного працівника, оптимальне нарощування і використання трудового і творчого потенціалу, який буде сприяти досягненню цілей організації.

Управлінні сферою фізичного виховання і спорту – це система конкретних форм і методів свідомої діяльності, спрямованої на забезпечення ефективного функціонування і планового розвитку сфери фізичної культури і спорту, з метою найповнішого задоволення потреб людей у фізичному вдосконаленні.

Управління – вплив суб'єкта на об'єкт.; систематичний, цілеспрямований вплив на систему, її компоненти або процеси з метою підвищення ефективності їх функціонування. У сфері фізичного виховання можна виділити такі види управління: управління розвитком сфери фізичного виховання і спорту в країні, області, місті, районі; управління діяльністю окремої фізкультурної організації, спортивної школи, клубу; управління підготовкою спортсменів.

Функції управління у сфері фізичного виховання – це напрями управлінської діяльності, які дозволяють здійснити управлінський

VI. FOREIGN LANGUAGE OF PROFESSIONAL DIRECTION

6.1. Instructional and methodological materials for practical classes

Unit 1

Theme: Studying at University

PLAN

1. Academic staff and degrees.
2. Academic year and teaching.
3. LNTU and sport.

References:

1. Губіна А.М., Мартинюк А.П. Іноземна мова професійного спрямування. Метод. вказ. Луцьк : Відділ іміджу та промоції ЛНТУ, 2021. 72 с.
2. Koudelkova A., Kosova J. Sport studies fundamental terminology in English URL:http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/jazyky/sportstudiesfundamentaltermino logyinenglish/Texts/1-University.html
3. Уманець А.В., Глушковецька Н.А., Дубінська А.В., Крук А.А. English for Students of Physical Education Department: навч. пос. з англ. мови для студентів факультету фізичної культури. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2020. 212 с.
4. Careers in sport and recreation. URL: https://www.dlgsc.wa.gov.au/docs/default-source/sport-and-recreation/careers-in-sport-and-recreation.pdf?sfvrsn=567cff22_1
5. Liashenko I. V. English for Sports Studies: study guide. Sumy: Sumy State University, 2020. 82 p.
6. URL: https://lntu.edu.ua/uk/pro_nas/istoriya

Unit 2

Theme: Physical education and career opportunities

PLAN

1. Careers in sport and recreation.
2. My specialty.
3. Studying sport and exercise.

Unit 3

Theme: The concept of sport and physical education

PLAN

1. Sport, categorization of sport.
2. Active and passive sport.
3. Recreational, competitive and elite sport.
4. Amateur and professional sport.
5. Sport competition.

6. School physical education program development.

Unit 4
Theme: Categorization of sport branches

PLAN

1. Olympic and non-Olympic sports.
2. Paralympics games: winter, summer.
3. Recognized and extreme sports.
4. National sports.
5. Sport branches.

Unit 5
Theme: The Olympic Games

PLAN

1. The Olympic symbol, motto, creed, oath and flag.
2. Summer Olympic Games.
3. Winter Olympic Games.
4. Pictogramas of the Olimpic Games.

Unit 6
Theme: Human body

PLAN

1. The principal parts of the human body.
2. The principal organs in the chest.
3. The upper/lower extremity.
4. The trunk.

Unit 7
Theme: Systems of the body

PLAN

1. The main body systems.
2. The organs and functions of body systems.

Unit 8
Theme: The skeleton

PLAN

1. The main basic parts of the skeleton.
2. The axial skeleton.
3. The appendicular skeleton.

Unit 9
Theme: Muscular system

PLAN

1. The skeletal muscles.
2. The smooth muscles.
3. The cardiac muscle.
4. Sport injuries.

Unit 10
Theme: Movement and exercise
References:

PLAN

1. Basic body positions.
2. Basic body movements.
3. At the gym.
4. Physical training lesson.

6.2. Self-control questions and credit questions

1. Academic staff and degrees.
2. Academic year and teaching.
3. LNTU and sport.
4. Careers in sport and recreation.
5. My specialty.
6. Studying sport and exercise.
7. Sport, categorisation of sport.
8. Active and passive sport.
9. Recreational, competitive and elite sport.
10. What is the difference between amateur and professional sports?
11. Sport competition.
12. School physical education program development.
13. Olympic and non-Olympic sport.
14. Paralympics games: winter, summer.
15. Recognized and extreme sports.
16. National sports.
17. Sports branches.
18. The Olympic symbol, motto, creed, oath and flag.
19. Summer Olympic Games.
20. Winter Olympic Games.
21. Pictogramas of the Olimpic Games.
22. 2024 Summer Olympic Games location, emblem, motto.
23. What new sports were included in the last Olympic Games?
24. Olympic Games opening ceremony.
25. The principal parts of the human body.

26. The principal organs in the chest.
27. The upper/lower extremity.
28. What do we mean when we speak of the upper extremity?
29. The main body systems.
30. What are the organs and functions of body systems?
31. What are the essential parts of the skeleton?
32. The axial skeleton.
33. The appendicular skeleton.
34. How many bones do newborn babies have? Why do adults have fewer bones?
35. The skeletal muscles, the smooth muscles, the cardiac muscle.
36. How can the name of a muscle help identify its location, appearance, or function?
37. Sport injuries. Causes of sports injuries.
38. How to avoid sports injuries?
39. What are the basic body positions?
40. What are the 7 basic movements of the body?
41. What are the 4 types of exercise?
42. What exercises could you propose to your friend who wants to slim?
43. At the gym.
44. Physical training lesson.
45. My professional activity in the sphere of sport.

6.3. Glossary

American football – An American game where a ball is thrown forward to other players.

Athletics – A sport related to physical activity, such as running, jumping or throwing.

Badminton – A game played with rackets, a high net and a shuttlecock.

Baseball – An American game where a ball must be hit with a bat.

Basketball – An American game where a ball has to be bounced on the floor and thrown through a hoop.

Bat – A thin, long object that is held and used to hit another object, often a ball.

Baton – A stick that has to be carried to the end of a race by a group of participants.

Boxing – A sport where two people hit each other and try to win the fight.

Boxing ring – A square area with ropes around it where a boxing match occurs.

Captain – The member of a team that is in charge of all the other players while playing the sport.

Car racing – A contest to see which car is the fastest or which is the best car driver.

Club (1) – A long stick with a small but heavy head that is used to hit balls in some sports.

Club (2) – A group of people all interested in playing the same sport together.

Coach – The person responsible for making sure a team or individual is ready to play a sport.

Court – An area in which a sport is played, and which the sport should not leave.

Cricket – A British game where a bat is used to hit a ball.

Crowd – A group of people together in one place (who are watching sport).

Cue – A long thin wooden stick used to hit the balls in snooker.

Cycling – A sport that uses bicycles, often in races.

Darts – A game of skill where a sharp pointed metal stick is thrown at a target on a wall.

Diving – To jump into water from a high platform while performing tricks.

Equipment – The things that are needed to be able to play a sport.

Exercise – To do sport for health benefits rather than trying to win.

Football – A team game where the feet are used to kick a ball (Called soccer in America).

Fun –To enjoy doing something.

Game – A single occasion of playing a sport (Similar to a match).

Golf – A game in which a club is used to hit a small ball into a hole in the ground.

Grandstand – A building full of seats for people to sit and watch a sport being played.

Ground – The place where a sport is played, e.g. football ground.

Gymnastics – A sporting contest about performing exercises.

Helmet – A form of protection worn on the head to prevent injuries.

Hockey – A game where a stick is used to hit a small ball.

Home – The team that is playing sport at its own ground/field.

Hoop – A circular shape that a basketball has to be passed through.

Horseracing – A sport where horses are ridden by jockeys trying to win a race.

Ice-hockey – A game played on ice where a small disk is hit with a stick.

Jockey – The person who rides a horse in horse races.

Long-jump – A contest where the participants try to jump as far as possible.

Manager – The person who organizes how, when and where a team or individual will play a sport.

Marathon – A running race that is just over 26 miles long.

Match – A single occasion of playing a sport (Similar to a game).

Motorsport – Races between cars, motorbikes or anything else with an engine on land.

Net – A barrier between the participants over which an object has to passed.

Olympics – A very large sporting contest held every four years in which most countries take part.

Opponent – The other person or team in a sporting contest.

Para-Olympics – An Olympic contest for people with disabilities.

Participants – The people who take part in or play sports.

Pitch – The area in which a match has to be played.

Play – To do a sport.

Player – A person who does sport.

Playing field – An outside area that is used to play a sport.

Pole-vault – A contest where a long stick is used to try to jump as high as possible.

Race – A contest where the participants have to get to the end as fast as possible.

Racket – An object with a large head that is used to hit another object, often a ball.

Referee – The person in charge of making sure the rules are followed (Similar to an umpire).

Relay – A race where several people run as a team by taking turns and passing a baton.

Rugby – A British game where hands are used to pass a ball backwards to other team members.

Running – To move as fast as possible.

Season ticket – A ticket that lets you attend all the matches a team plays.

Shuttlecock – The cone shaped object used in badminton.

Skiing – Using skis to move over snow quickly.

Skis – Two long flat pieces of material attached to the feet used to slide over snow.

Snooker – A game played on a table where a cue is used to hit balls into pockets.

Snowboard – A long and wide piece of material attached to the feet used to slide over snow.

Snowboarding – Using a snowboard to move over snow and perform tricks.

Soccer – team game where the feet are used to kick a ball (Name used in America).

Spectator – Someone who watches sport.

Sport centre – A large building in which people can do different sports.

Sport – A comparison that involves physical activity.

Squash – A game played inside a court where rackets are used to hit a small ball against a wall.

Stadium – The building that surrounds a pitch where sports are played.

Supporter – Someone who follows a specific team.

Swim – To move through wate

Table tennis – A game played on a table with small rackets and balls.

Team – A group of people who play sport together against another group.

Tennis – A game played on a court where a racket is used to hit a ball over a net

Tournament – A group of matches used to find the best team or individual at that sport.

Track – The path that a race has to follow.

Turnstile – A gate that lets only one person through at a time.

Umpire – The person in charge of making sure the rules are followed (Similar to a referee).

Winter sports – Sports that need either snow or ice to be undertaken.

World Cup – A big football (soccer) tournament held every four years.

Flexion – Decreasing the angle of the joint. Bending the joint.

Extension – Increasing the angle of the joint. Straightening the joint.

Dorsiflexion – Decreasing the angle of the ankle joint.

Plantarflexion – Increasing the angle of the ankle joint.

Elevation – Moving a body part in a superior direction.

Depression – Moving a body part in an inferior direction.

Eversion – Rotating the ankle so that the sole of the foot points away from the other.

Inversion – Rotating the ankle so that the sole of the foot points towards the other.

Abduction – Moving a limb from the body's centerline (medial line).

Adduction – Moving a limb towards the body's centerline (medial line).

Lateral rotation – Rotating a limb from the body's centerline (medial line).

Medial rotation – Rotating a limb towards the body's centerline (medial line).

Pronation – Rotating the forearm so that the palm faces down if the forearm is flexed.

Supination – Rotating the forearm so that the palm faces up if the forearm is flexed.

Retraction (posterior movement) – Bending the spine to the side, away from the body's centerline.

Protraction (anterior movement) – (Towards the back of the body) of the arm at the shoulder.

Lateral flexion – (Towards the front of the body) of the arm at the shoulder.

VII. ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ МАГІСТРА

ПЛАН

1. Методика написання випускної кваліфікаційної роботи.
2. Аналіз та узагальнення результатів дослідження.
3. Формулювання загальних висновків.
4. Оформлення списку використаних джерел та додатків.

Методика написання випускної кваліфікаційної роботи грунтується на загально-наукових підходах. Водночас є особливості в написанні випускної кваліфікаційної роботи.

7.1. Методика написання випускної кваліфікаційної роботи

Випускна кваліфікаційна робота складається із таких структурних складових:

– титульного аркуша;
– змісту;
– переліку скорочень (за необхідності);
– вступу;
– розділів основної частини, а саме:
– огляду та аналізу літератури за темою досліджень;
– характеристики методів та організації досліджень;
– аналізу та узагальнення результатів дослідження (1 або 2 розділи);
– практичних рекомендацій (за необхідності);
– анотації (українською та англійською мовами);
– актів впровадження результатів дослідження (за необхідності).

Титульний аркуш випускної кваліфікаційної роботи має демонструвати найменування закладу вищої освіти, назву навчальних підрозділів (до прикладу: Факультет фізичного виховання і спорту, кафедра спортивних ігор), назву, шифр напряму підготовки магістрантів; прізвище та ініціали автора; індекс УДК; назву роботи; науковий ступінь, вчене звання, прізвище, ім’я, по-батькові наукового керівника; місто й рік виконання роботи.

Зміст (подається одразу після титульного аркуша) містить найменування та номери початкових сторінок усіх розділів, підрозділів та пунктів. Зокрема, у змісті обов’язково потрібно відокремлювати: вступ, основні розділи роботи, висновки до розділів, загальні висновки, практичні рекомендації, анотацію, список літератури, список додатків.

Якщо в випускній кваліфікаційній роботі вживається специфічна термінологія, вводяться нові позначення, застосовується скорочення, або абрівіатура, тоді подається окремий перелік скорочень, який розміщується на наступному аркуші після змісту. До прикладу:

ТТП – техніко-тактична підготовка;
ШСП – швидкісно-силова підготовка;
ІТТП – індивідуальна техніко-тактична підготовка;

РКС – режим координаційної складності.

Вступ розкриває головну сутність роботи, що характеризується актуальністю теми; зв’язком роботи із науковими темами чи програмами; метою і завданням дослідження; об’єктом і предметом дослідження; науковою новизною отриманих результатів; апробацією результатів роботи; публікаціями. Наприкінці вступу коротко характеризується структура магістерської КНР.

У вступі до випускної кваліфікаційної роботи характеризуються актуальність дослідження, зв'язок роботи з науковими темами, мета й завдання наукової роботи, об’єкт і предмет дослідження, наукова новизна отриманих результатів, практичне значення отриманих результатів, особистий внесок автора, апробація результатів роботи, публікації, структура й об’єм магістерської КНР.

Актуальність теми. Алгоритм написання актуальності теми магістерської КНР, до прикладу, з теми «Модельні характеристики змагальної діяльності в хокеї на траві з урахуванням координаційної складності виконання ТТД», може бути такий:

1. Вступне речення. Загальна важливість проблеми. Загально відомо, що використання методів моделювання в управлінні тренувальним процесом спортсменів високої кваліфікації підвищує його ефективність.

2. Хто з провідних вчених досліджував дану проблему у фундаментальному плані?

3. Хто із спеціалістів висвітлював окремі сторони проблеми.

4. Дослідження проблеми в окремому напряму, наприклад, у спортивних іграх.

5. Стан вивченн проблеми у виді спорту, в якому проводиться дослідження.

6. Завершальні речення.

Зв’язок роботи з науковими темами. Визначається, якою мірою обраний напрямок дослідження відповідає науковому напряму кафедри, на якій виконується робота. Якщо загальнокафедральна тема має відповідний реєстраційний номер, то його обов’язково треба зазначити.

Мета й завдання дослідження Мета дослідження – це передбачуваний результат, головний зміст роботи, на реалізацію якого будуть спрямовані науковіпошуки автора.

Поставлена мета обов’язково має бути досягнута в роботі. Завжди варто перевірити, наскільки була досягнута мета, у висновках.

Для досягнення поставленої мети в дослідженні завжди формулюються завдання. Оптимальна кількість таких завдань у магістерській КНР від 3 до 5. При формулюванні завдань бажано використовувати наступні слова: розробити, узагальнити, виявити, визначити, обґрунтувати, дослідити, вивчити, виділити, встановити, розкрити, систематизувати, експериментально обґрунтувати,порівняти, провести, проаналізувати, здійснити тощо.

Зазвичай, першим завданням у дослідженні має бути аналіз стану проблеми, яке вивчається, друге може бути пов’язане із розробкою методики

дослідження, третє – спрямоване на удосконалення певного процесу, четверте – пов'язане з обґрунтуванням і впровадженням нових методик у навчальний чи тренувальний процес.

Об'єкт і предмет дослідження. Об'єктом наукових пошуків у сфері фізичної культури й спорту є навчально-виховний, навчально-організаційний, управлінський, навчально-тренувальний процес. Об'єкт формується в межах об'єктивної реальності, тобто він обмежується переліком певних складових, однією з яких може бути предмет дослідження. Тобто, об'єкт це процес або явище, що породжує проблемну ситуацію і спонукає до наукових досліджень. Предмет міститься в межах об'єкта і виступає однією з його частин.

Наукова новизна одержаних результатів. Якщо в процесі виконання випускної кваліфікаційної роботи отримані вагомі, наукові результати, тоді варто відобразити відмінність отриманих результатів від відомих раніше. Для цього застосовують наступні вступні слова: експериментально обґрунтовано, встановлено, доповнено, проведено, визначено, доведено, розроблено тощо.

Варто обережно користуватись словом «уперше». З одного боку, використовуючи це слово, важко довести, що саме вами вперше зроблені ті чи інші наукові новації, а з іншого – скромність молодого науковця завжди викликає повагу фахівців тієї галузі, в якій виконується наукове дослідження.

Загалом наукова новизна отриманих результатів викладається у хронологічній послідовності поетапного проведення дослідження.

Практичне значення отриманих результатів. Залежно від характеру випускної кваліфікаційної роботи подаються відомості про використання результатів дослідження в теорії чи практиці фізичної культури і спорту.

Якщо результати досліджень були впроваджені в навчально-виховний чи навчально-тренувальний процес, то про це варто дати короткі відомості із зазначенням, що саме впроваджено і в яких організаціях.

Особистий внесок автора. Якщо при проведенні досліджень були застосовані ідеї та розробки інших авторів та разом з ними були опубліковані суміжні праці, то в цьому випадку необхідно відобразити, що саме в випускній кваліфікаційній роботі зроблено автором самостійно.

Апробація результатів випускної кваліфікаційної роботи. Результати випускної кваліфікаційної роботи варто апробувати на олімпіадах, конференціях, засіданнях гуртків, семінарах чи інших зібраннях, що стосуються теорії і практики фізичного виховання і спорту.

Публікації. При поданні випускної кваліфікаційної роботи для захисту в ЕК автору роботи треба обов'язково мати публікації з теми дослідження. Доцільно прагнути опублікувати результати досліджень у спеціальних виданнях. Від цього виграє як сама робота, так і її автор, який характеризуватиметься як послідовний і цілеспрямований науковець.

Структура і обсяг випускної кваліфікаційної роботи. Вказується, з яких частин складається робота, який її загальний обсяг (кількість сторінок машинописного тексту), як вона проілюстрована (кількість таблиць та рисунків), яка кількість використаних джерел тощо.

Основні розділи

Як правило, до основних розділів роботи належать:

1) Аналіз джерел з теми дослідження;

2) Методи й загальна організація дослідження;

3) Результати дослідження та їх апробація.

Варто наголосити, що залежно від мети й завдань дослідження робота має містити від двох до трьох розділів.

Аналіз літературних джерел з теми дослідження.

Основним завданням цього розділу є огляд літератури за обраною темою та вибір напрямів досліджень.

Розпочинаючи писати розділ, автор роботи має скласти відповідну схему, яка дозволить усебічно й критично проаналізувати стан досліджуваної проблеми, визначити невирішені питання та визначити власні напрями наукових пошуків.

Об'єм розділу має нараховувати 15-20 стор., або приблизно 20% від основного тексту роботи. Що стосується кількості літературних джерел, на які відбувається посилання в цьому розділі, то вона не обмежується. Варто користуватися такими порадами:

– у розділі «Аналіз літературних джерел з теми дослідження» має бути посилання на 75-80% всіх джерел, що згадуються в роботі (загальна кількість літературних джерел повинна бути приблизно такою, як загальна кількість сторінок основного тексту роботи);

– серед літературних джерел розділу має бути 30-40% опублікованих за останні 10 років, з яких 15-20% – за останніх 5 років;

– з усіх літературних джерел розділу як мінімум 20% має бути таких, що опубліковані в спеціалізованих журналах та збірниках конференцій;

– літературні джерела, які не є актуальними при вирішенні наукової проблеми на сучасному етапі бажано не вводити до списку при написанні цього розділу роботи.

Розділ 2

Цей розділ випускної кваліфікаційної роботи має носить стандартну назву «Методи та організація дослідження». У розділі характеризуються методи дослідження в контексті поставлених завдань.

Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури дозволив визначити шляхи підвищення управління тренувальним процесом, зокрема, управління змагальною діяльністю в даному виді спорту.

Після характеристики методів подається інформація щодо організації дослідження.

Останнім блоком другого розділу є характеристика контингенту, який брав участь у дослідженні.

Варто зазначити, що у 2-му розділі роботи наводяться тільки методи наукових досліджень, що мають експериментальне обґрунтування і опублікування в наукових працях.

Розробка власних методів дослідження має бути у 3-му чи 4-му розділах МКНР.

Загальний обсяг 2-го розділу випускної кваліфікаційної роботи – до 10 сторінок.

Розділ 3

Зазвичай, у 3-му розділі подаються результати дослідження на етапі констатуючого експерименту. Сама назва констатуючого експерименту передбачає вивчення предмету дослідження в традиційно встановлених умовах. У цьому розділі роботи матеріал дослідження має подаватися послідовно, логічно та у взаємозв'язку з поставленими завданнями і складністю.

Наступним блоком викладання й аналізу результатів експерименту в 3-му розділі може бути розроблена авторська методика дослідження. Далі у цьому розділі аналізуються результати дослідження, які отримані за допомогою авторської методики.

Подальшим кроком при написанні 3-го розділу роботи має бути аналіз результатів дослідження, що отримані за допомогою методу спостереження.

Черговий блок представлення й аналізу інформації в структурі 3-го розділу роботи може стосуватися результатів, що характеризують фізичний стан,фізичну чи функціональну підготовленість атлетів.

У завершальній частині 3-го розділу, подають результати, отримані на основі методів математичної статистики (кореляційного, дисперсного, регресивного, факторного аналізу тощо).

У кінці подаються висновки до третього розділу.

Висновки до розділу повинні містити коротку суть результатів дослідження, інформацію про нові дані, отримані в процесі дослідження, дані, що стануть підґрунтям для проведення формуючого експерименту. Висновки до розділу не нумеруються і за об'ємі вони мають бути в межах 1-ї сторінки тексту.

Наведені методичні поради щодо написання основних розділів випускної кваліфікаційної роботине є вичерпними, вони не можуть бути відповідями на всі питання, що виникають під час написання наукової роботи.

7.2. Аналіз та узагальнення результатів дослідження

У цьому розділі магістерської роботи робиться загальний підсумок дослідження, порівнюються результати власних досліджень з даними літературних джерел, намічаються подальші наукові пошуки з даної проблеми тощо.

Орієнтований виклад розділу може відбуватися в такій послідовності:

1. Провідний висновок, що ґрунтується на аналізі літературних джерел;

2. Короткий аналіз отриманих даних і порівняння їх із даними літературних джерел.

Закінчити розділ необхідно завершальним реченням, яке відображало б вирішення поставленої на початку дослідження наукової гіпотези.

Об'єм розділу має бути в межах 5-10 сторінок машинописного тексту.

7.3. Формулювання загальних висновків

Основний текст роботи має бути завершений висновками й, за необхідності, методичними рекомендаціями.

У висновках викладають найважливіші наукові та практичні результати, отримані під час дослідження, з формулюванням розв'язаної наукової проблеми та значення її для науки і практики.

Написання висновків бажано проводити у певній послідовності. Перший пункт висновків має дати стислу оцінку стану проблеми.

Далі у висновках розкривають методи вирішення поставленої в дослідженні наукової проблеми. При цьому висновки мають корелювати із завданнями.

На кожне поставлене завдання може бути декілька висновків. Варто враховувати, що кожний висновок має відображати лише методи і результати дослідження окремого напряму.

При формулюванні висновків доречно поставити завдання, що вирішувались у дослідженні, в ієрархічній значущості. Тобто, необхідно виділити основні завдання й ті, що їм підпорядковані. Основними завданнями є такі, що вирішуються під час проведення основного педагогічного експерименту, тому що саме в ньому підтверджується чи відхиляється наукова гіпотеза про актуальність і доцільність дослідження з обраної теми. Отже, до основного завдання може бути декілька висновків.

У будь-якому разі, загальні висновки мають бути логічно сформульовані, а це означає, по-перше, послідовність у викладенні матеріалу МКНР, по-друге – взаємозв'язок із поставленим завданням у дослідженні; по-третє – продовження в більш акцентованій формі висновків до кожного розділу, і по-четверте – якою мірою підтвердилась наукова гіпотеза.

Орієнтовна кількість загальних висновків має бути у два рази більшою за кількість поставлених завдань.

Практичні рекомендації та анотації

Практичні рекомендації не обов'язково мають входити до композиції МКНР. Однак, якщо робота має експериментальний характер, то написання методичних рекомендацій тільки підтвердить практичну значущість проведеного дослідження.

Як і при формулюванні висновків, практичні рекомендації бажано викладати в логічній послідовності згідно з поставленими завданнями й текстом МКНР. Але якщо у висновках робиться акцент на результатах дослідження, то в практичних рекомендаціях описується методика практичної реалізації результатів дослідження.

Обсяг методичних рекомендацій у роботі має бути в межах 2-5 сторінокмашинописного тексту.

Анотація

Згідно з вимогами до магістерських робіт в кінці роботи розміщують анотації українською, російською та англійською мовами.

Анотації укладаються за такою формою:

– прізвище й ініціали автора роботи;

– назва роботи;

– спеціальність (шифр і назва);

– установа, де виконана робота;

– місто, рік;

– основні ідеї, результати та висновки роботи.

Матеріал анотації викладається точно й стисло, із використанням специфічної термінології.

Після кожної анотації наводяться ключові слова відповідною мовою. Ключовим словом називається слово або стійке словосполучення із тексту анотації, яке із точки зору інформаційного пошуку несе смислове навантаження. Сукупність ключових слів (загальною кількістю не менше трьох і не більше десяти) має відображати поза контекстом основний зміст роботи.

Ключові слова подаються у називному відмінку, друкують їх в рядок через кому.

7.4. Оформлення списку використаних джерел та додатків

Список використаних джерел – елемент бібліографічного апарату, який містить бібліографічні описи використаних джерел і розміщується після висновків.

Бібліографічний опис складають безпосередньо за друкованим твором або виписують з каталогів і бібліографічних покажчиків повністю, без пропусків будь-яких елементів (при цьому враховують відповідність бібліографічного опису вимогам чинного міждержавного стандарту ГОСТ 8,0:2015).

Джерела можна розміщувати одним із таких способів: у порядку появи посилань у тексті (найбільш зручний для користування), в алфавітному порядку прізвищ перших авторів або заголовків, у хронологічному порядку.

Список використаної літератури. При складанні списку використаної літератури необхідно керуватись такими правилами:

1. У список літератури вводять праці всіх авторів (вітчизняних і зарубіжних), на яких були посилання.

2. У список не вводять:

а) рукописний матеріал;

б) повідомлення на наукових форумах, якщо немає опублікованого протоколу;

в) дисертації;

г) праці, що не вийшли з друку.

3. Список складається в алфавітному порядку:

а) спочатку праці вітчизняних авторів і зарубіжних авторів, праці яких перекладені на українську мову;

б) потім праці зарубіжних авторів у оригіналі.

4. Використовується наскрізна нумерація арабськими цифрами, по всьомусписку.

Праці одного автора перераховуються у хронологічному порядку, кожний з абзацу і з повторенням прізвища.

Якщо наводяться праці автора зі співавторами, то спочатку вказуються праці автора, потім його праці з одним, двома, трьома і більше співавторами.

Бібліографічний опис складається мовою оригіналу.

Номери томів, частин, випусків, розділів, глав, а також повторення вказуються у видавництвах цифрами чи словами, позначаються арабськими цифрами.

Якщо авторів більше, ніж три, то наводяться прізвища всіх або перших трьох із словами «тощо».

Назва місця видання пишеться повністю у називному відмінку, за винятком назви міст: Київ (К), Харків (Х). Коли є два місця видання – наводяться обоє з них через крапку з комою. При трьох і більше виданнях наводять назви міста, яке вказується першим, зі словами «та ін.». Якщо назва одного із міст не скорочується, то всі вони записуються уповній формі: М., К.; але: Київ, Вінниця.

Назву видавництва чи іншої організації (слово «видавництво» не пишуть) наводять без лапок у називному відмінку у найбільш короткій формі після двох крапок – К.: Рад. шк.

При описанні статей, які опубліковані у періодичних виданнях, заголовки збірників не скорочуються, окрім заголовків книжок, які складаються зі слів типу «Тез. доп.», «Збірн. тв.», «Вибр. тв.», «Респуб. наук.-практич. конф.» та ін.

Оформлення додатків. Додатки оформлюються як продовження випускної кваліфікаційної роботи на наступних її сторінках.

Кожний 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 ... : «Додаток А».

Додатки варто позначати послідовно великими літерами української абетки, за винятком літер Г, Є, Ї, И, О,Ч, Ь, наприклад: додаток А, додаток Б.

Текст кожного додатка за необхідності може бути поділений на розділи й підрозділи, які нумеруються в межах кожного додатка. В такому разі перед кожним номером ставлять позначення додатка (літеру) і крапку, наприклад: А2 – другий розділ додатку А; В.3.1 – перший підрозділ третього розділу додатку В.

Ілюстрації, таблиці та формули, розміщені в додатках, нумерують у межах кожного додатка, наприклад: рис. Д.1.2. – другий рисунок першого розділу додатку Д; формула (А.1) – перша формула додатка А [3, 17, 23, 30, 35].

Кожна випускна кваліфікаційна робота проходить перевірку через програму антиплагіат (див. рис. 1).

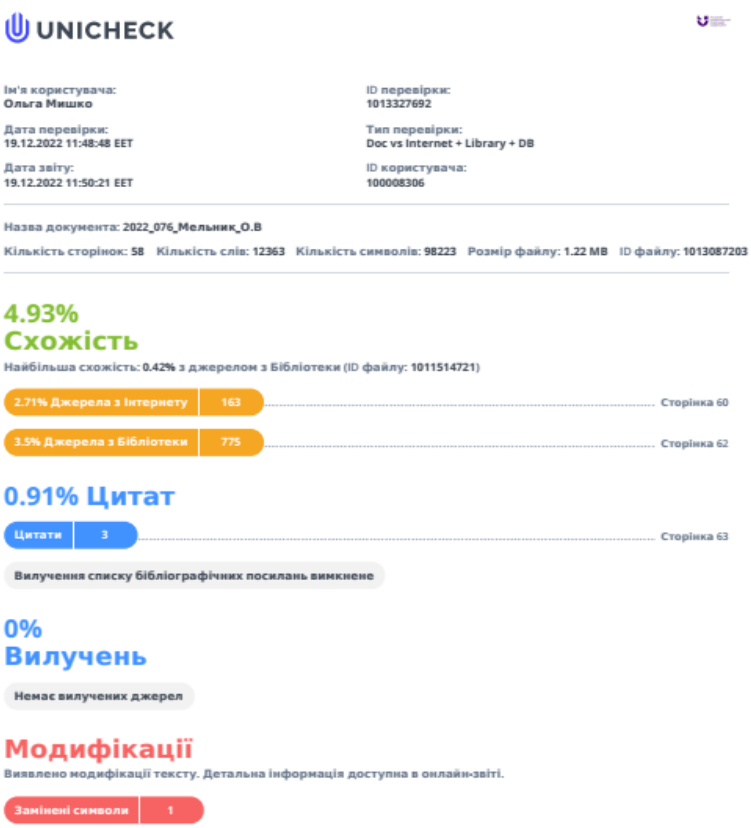


Рис.1. Результат проходження випускної кваліфікаційної роботи через програму «Unicheck» на плагіат

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Антонюк О.А., Киселевська С.М. Організація і управління в сфері фізичному вихованні і спорті»: метод. вказ. Київ: КНУБА, Талком, 2023. 30 с.

2. Галян О.В. Методологія та організація наукових досліджень: навч.-метод. видання. Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 26 с.

3. Грибан Г.П. Управління у сфері фізичної культури і спорту. Житомир: Вид-во «Рута», 2022. 124 с.

4. Грипич С.Н., Буравкова Л.М. Науково-дослідницька діяльність студентів : навч. посіб. К. : Кондор, 2021. 288 с.

5. Губіна А.М., Мартинюк А.П. Іноземна мова професійного спрямування. Метод. вказ. Луцьк : Відділ іміджу та промоції ЛНТУ, 2021. 72 с.

6. Зайцева Ю.В., Тараненко І.В., Корносенко О.К. Інтеграція навчальної і професійної діяльності майбутніх учителів фізичної культури в процесі фахової підготовки. Педагогічні науки. 2020. Вип. 75/76. С. 50-55. Режим доступу: http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/16369

7. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». К., 2013. 22 с.

8. Петрушенко В.Л. Філософія і методологія науки : Навч. посіб. Львів : «Новий світ 2000», 2021. 200 с.

9. Національна стратегія оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здоров'я нації». [Електронний ресурс]. Режим доступа: http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772

10. Сопова Д.О. Академічна чесність як складова професійної підготовки майбутніх фахівців в університетах Європейського Союзу : дис. … д-ра філософії з педагогіки : Київський ун-т імені Бориса Грінченка. Київ, 2020. 228 с.

11. Сороколіт Н., Римар О., Боднарчук О. Порівняльний аналіз ставлення викладачів фізичної культури до освітніх реформ у загальноосвітніх навчальних закладах. Фізичне виховання, спорт та культура здоров'я в сучасному суспільстві. 2020. № 2(50). С. 20-25.

12. Уманець А.В., Глушковецька Н.А., Дубінська А.В., Крук А.А. English for Students of Physical Education Department: навч. пос. з англ. мови для студентів факультету фізичної культури. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня «Рута», 2020. 212 с.

13. Цигура Г.О. Професійна діяльність фахівця фізичної культури і спорту як перспектива освіти для сталого розвитку. Чернігів, 2021. 168 с.

14. Шамич О.М., Костенко М.П. Організація та регулювання як функції управління у професійній діяльності тренера-викладача фізичного виховання та спортивного педагога. Інтернаука. 2023. №2. https://doi.org/10.25313/2520-2057-2023-2-8588

15. Careers in sport and recreation. URL: https://www.dlgsc.wa.gov.au/docs/default-source/sport-and-recreation/careers-in-sport-and-recreation.pdf?sfvrsn=567cff22_1

16. Koudelkova A., Kosova J. Sport studies fundamental terminology in English URL:http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/jazyky/sportstudiesfundamentaltermino logyinenglish/Texts/1-University.html

17. Liashenko I.V. English for Sports Studies: study guide. Sumy: Sumy State University, 2020. 82 p.

Навчально-методичне видання

Савчук Сергій Ананійович, **Безверхня** Галина Василівна,
Бакіко Ігор Володимирович, **Ковальчук** Володимир Ярославович,
Панасюк Олександр Олександрович, **Губіна** Алла Михайлівна

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

(магістерський курс)

Навчально-методичний посібник

Комп'ютерний набір С.А. Савчук
Редактор С.А. Савчук

Формат 60х84 1/16. Обсяг 13,02 ум. друк. арк., 12,81 обл.-вид. арк.
Наклад 300 пр. Зам. 10. Видавець і виготовлювач – Вежа-Друк
(м. Луцьк, вул. Шопена, 12, тел. + 38 066 936 25 49).
СвідоцтвСвідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення
України ДК № 4607 від 30.08.2013 р.