

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

СУЧАСНА ТЕХНОЛОГІЯ ВИКОНАННЯ РЕФЕРАТИВНИХ,  
КУРСОВИХ ТА КВАЛІФІКАЦІЙНИХ (МАГІСТЕРСЬКИХ )  
РОБІТ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ  
А7 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ ГАЛУЗІ ЗНАНЬ А ОСВІТА

(Електронне видання)

ЗАТВЕРДЖЕНО  
на засіданні кафедри  
Фізична культура і спорт  
Протокол № 11 від 26.05.2025 р.

Київ-2025

УДК 796.011:378.147(072)

Навчально-методичний посібник «Сучасна технологія виконання реферативних, курсових та кваліфікаційних (магістерських) робіт для здобувачів вищої освіти спеціальності А7 фізична культура и спорт галузі знань А Освіта» (Електронне видання) / Укладачі: С.Г. Адирхаєв, Л.В. Адирхаєва, О.Г. Ткачук. Київ: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2025. – 73 с.

У навчально-методичному посібнику викладено основні положення до виконання реферативних, курсових та кваліфікаційних (магістерських) робіт здобувачами вищої освіти спеціальності А7 Фізична культура і спорт

Мета навчально-методичного посібника – уніфікація, раціоналізація й унормування роботи над рефератом, курсовою та кваліфікаційною (магістерською) роботами. Визначено вимоги до оформлення, змісту й оцінки цих робіт, подано методичні вказівки виконання вимог, контрольні питання та тестові завдання. Навчально-методичний посібник розроблено на основі сучасних знань щодо науково-педагогічної підготовки молодих фахівців, що виділена в Стандартах вищої освіти України за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт.

Укладачі: С.Г. Адирхаєв, д.п.н., проф., Л.В. Адирхаєва, к.п.н., доц.,  
О.Г. Ткачук, к.п.н., доц.

**Рецензент: Н.Ю. ДОВГАНЬ**, д.п.н., проф. зав.каф. Олімпійського і професійного спорту Чорноморського національного університету Імені Петра Могили.

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА .....</b>	<b>4</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО. ВИКОНАННЯ РЕФЕРАТИВ, КУРСОВИХ ТА КВАЛІФІКАЦІЙНИХ (МАГІСТЕРСЬКИХ) РОБІТ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ.....</b>	<b>7</b>
1.1. Загальні положення реферативної роботи .....	7
1.2. Загальні положення курсової роботи .....	10
1.3. Загальні вимоги до кваліфікаційної (магістерської) роботи .....	14
1.4. Планування кваліфікаційної (магістерської) роботи .....	23
<b>ОРІЄНТОВНІ ТЕМИ КВАЛІФІКАЦІЙНИХ РОБІТ ЗДОБУВАЧІВ- МАГІСТРІВ .....</b>	<b>28</b>
<b>РОЗДІЛ 2. ВИМОГИ ЩОДО ОФОРМЛЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ (МАГІСТЕРСЬКОЇ) РОБОТИ.....</b>	<b>50</b>
2.1. Заголовки структурних частин роботи.....	51
2.2. Критерії підсумкової оцінки роботи.....	54
<b>СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....</b>	<b>63</b>
<b>ДОДАТКИ .....</b>	<b>66</b>

## ПЕРЕДМОВА

Вища школа України постійно удосконалює за формою та змістом зміни, які сприятимуть підвищенню якості підготовки фахівців. Сучасні соціально-економічні й політичні перетворення в суспільстві, зміцнення державності, входження України у світове співтовариство неможливі без модернізації системи вищої освіти, спрямованої на підготовку фахівців на рівні міжнародних вимог. Важливим кроком на цьому шляху є приєднання України до Болонського процесу. Це зумовлює необхідність реалізації системою вищої освіти України ідей, визначених Болонською декларацією. Інтеграційний процес полягає у впровадженні європейських норм і стандартів в освіті, впровадженні власних здобутків у галузі спеціальної освіти і наукових досліджень у ЄС. Як наслідок, ці кроки сприятимуть підвищенню в Україні європейської культурної ідентичності та інтеграції до загальноєвропейського інтелектуальне-освітнього середовища. Згадані процеси вимагають передусім затвердження нормативно-правового забезпечення в галузі освіти з урахуванням вимог міжнародної та європейської систем стандартів та сертифікації.

Здобувачі закладів вищої освіти мають можливість отримати вищу освіту, яка є базовою для подальшої спеціальної підготовки. Здобувач освіти, який після 4-х років навчання на бакалавраті отримав відмінні знання та вміння, продемонстрував схильність до педагогічної та наукової діяльності, успішно склав кваліфікаційні іспити, може продовжити навчання у магістратурі.

У закладах вищої освіти існує форма самостійної роботи здобувачів освіти у позанавчальний час, яка у зв'язку з сучасними вимогами набуває все більшої значущості. Це зумовлено необхідністю формування у здобувачів освіти творчого, новаторського підходу до роботи за фахом на основі глибокого знання науково-теоретичних основ. Основним завданням самостійної роботи є виховання у здобувачів освіти прагнень до набуття,

розширення і поглиблення професійних знань, формування таких вмінь, як пошук, аналіз і застосування на практиці наукової інформації тощо.

Підсумком самостійної роботи здобувачів вищої освіти має бути написання рефератів, курсових та кваліфікаційних (магістерських) робіт, в яких здобувач освіти повинен продемонструвати знання спеціальності, ерудицію, комплексне системне мислення, володіння методами математичної статистики, знання з історії, описати проблеми, стан та перспективи дослідження проблеми взагалі та в обраній тематиці.

*Метою навчально-методичного посібника є уніфікація, раціоналізація та нормування роботи над реферативною, курсовою та кваліфікаційною (магістерською) роботами. Організаційно-методичні рекомендації посібника містять загальні вимоги до оформлення, змісту та оцінки робіт, подаються практичні поради щодо виконання конкретних вимог.*

Відповідно до вимог стандарту рівня підготовки здобувачів вищої освіти (бакалаврів і магістрів) впродовж і по завершенню роботи над курсовими та кваліфікаційними (магістерськими) дослідженнями випускники повинні мати і демонструвати як *загальні (ЗК)*, так і *фахові (спеціальні) компетентності (СК)* та *програмні результати навчання (ПРН)*, а саме:

### ***Інтегральна компетентність***

➤ Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

### ***Загальні компетентності (ЗК)***

- ЗК1. Здатність діяти соціально-відповідально та свідомо.
- ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
- ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
- ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.
- ЗК7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
- ЗК8. Здатність працювати в міжнародному контексті.

### ***Спеціальні компетентності (СК)***

- СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.
- СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.
- СК3. Здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти.
- СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
- СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності
- СК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.
- СК7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту.
- СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.
- СК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.

### ***Програмні результати навчання (ПРН)***

- ПРН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.
- ПРН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

- ПРН3. Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово.
- ПРН4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.
- ПРН5. Розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти.
- ПРН6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.
- ПРН7. Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення, методи статистичного аналізу даних для розв'язання складних задач фізичної культури та спорту.
- ПРН8. Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів.
  - ПРН9. Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проєкти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти.

# РОЗДІЛ 1. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОНАННЯ РЕФЕРАТИВ, КУРСОВИХ ТА КВАЛІФІКАЦІЙНИХ (МАГІСТЕРСЬКИХ) РОБІТ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ

## 1.1. Загальні положення реферативної роботи

Відповідно до навчальних планів та завдань дисциплін, які вивчаються на кафедрі фізичної культури і спорту для здобувачів освіти галузі знань А Освіта спеціальності А7 Фізична культура і спорт передбачена реферативна робота, яка є складовою частиною освітнього процесу і необхідна для вдосконалення теоретичних знань і практичних навичок із майбутнього фаху. Особлива увага приділяється реферативним роботам у контексті сучасних вимог до освітнього процесу, через збільшення навчальних годин, які виділяються на самостійну роботу здобувачів освіти.

Робота з підготовки реферату є конкретною формою засвоєння сучасних теоретичних знань та передового практичного досвіду. Вона дає можливість здобувачу освіти застосувати здобуті у процесі навчання знання, щоб вирішувати актуальні, конкретні проблеми своєї практичної діяльності.

*Метою виконання реферативної роботи є поглиблення, закріплення та перевірка знань здобувачів освіти у певній галузі науки і практики, відпрацювання та вдосконалення практичних вмінь для використання їх під час оздоровчо-реабілітаційних та фізкультурно-спортивних заходів, розвиток самостійності та творчого підходу до виконання обов'язків.*

У процесі роботи над рефератом *вирішуються такі завдання:*

- проаналізувати та обґрунтувати дані спеціальної літератури, документи та спеціальну інформацію щодо обраної теми;
- систематизувати отримані дані; проаналізувати та узагальнити свій досвід і матеріали персональних спостережень та порівняння їх з існуючими на конкретний проміжок часу;

- сформуувати уміння щодо підготовки методичних матеріалів та використати теоретичну підготовку у вирішенні конкретних практичних проблем.

Реферативна робота повинна ґрунтуватися на джерелах про сучасні досягнення науки і практики у галузі А Освіта спеціальності А7 Фізична культура і спорт, а також у суміжних галузях. Реферат має висвітлювати аспекти конкретної проблеми, які можуть виникати у фахівця у ході його практичної діяльності.

Враховуючи реальний час проведення занять, на виконання реферату планується 20-25 годин самостійної роботи здобувачів освіти. Кафедра організовує методичні консультації для здобувачів освіти, контролює хід роботи над рефератами, забезпечує теоретично-практичну значущість, рецензування та захист рефератів.

*Методична та консультативна робота кафедри* передбачає: підготовку допоміжних матеріалів, інструкцій, методичних рекомендацій; систематизацію даних спеціальної літератури, розробку експрес-інформації, індивідуальну роботу зі здобувачами освіти над матеріалами реферату, аналіз проблеми, яка їх цікавить, обговорення отриманих даних, висновків, рекомендацій.

Викладачі, які консультують здобувачів освіти, зобов'язані забезпечити раціональні форми, умови та час для проведення консультацій, контролювати своєчасне виконання вимог кожного етапу роботи над рефератом.

### ***Вибір теми реферату***

Практична значущість і якість реферативної роботи залежить від правильного визначення тематики. Здобувач освіти має право вибрати тему реферату відповідно до своїх інтересів та зацікавленості в ефективнішому засвоєнні матеріалу.

Викладачі кафедри розробляють переліки тем реферативних робіт для кожної дисципліни, що передбачено навчальним планом. Тематика рефератів

розглядається і затверджується на засіданні кафедри і має бути обов'язковою складовою разом з іншими навчально-методичними документами.

### ***Структура та зміст розділів реферату***

В основі підготовки реферату лежить загальний підхід та певні рекомендації відповідно до змісту й обсягу.

*Рекомендовано така структура й обсяг реферату:*

Титульний аркуш.

Вступ (2–3 сторінки).

Теоретичний аналіз та обґрунтування даних спеціальної літератури (10–15 сторінок).

Висновки та пропозиції (2–3 сторінки).

Список використаної літератури (не менше 10 сучасних джерел).

Додатки (якщо необхідно, таблиці, схеми, рисунки, графіки).

Загальний обсяг реферату повинен бути не менше 25 друкованих сторінок.

***Оформлення реферату.*** Реферат складається з титульного аркуша і власне тексту. Нумерація сторінок позначається у правому верхньому куті. На останній сторінці реферату ставиться дата і підпис автора.

*Зміст основних розділів реферату:*

***Вступ.*** У цьому розділі обґрунтовується доцільність вибору теми, її актуальність, розкривається практичне значення теми в дисципліні, з якої пишеться реферат. Бажано в цьому розділі дати конкретне формулювання і висвітлення проблеми, яка розглядається, мету і завдання реферату.

***Теоретичний аналіз та обґрунтування даних спеціальної літератури.***

У цьому розділі аналізують найважливіші з певного питання джерела спеціальної літератури, основні теоретичні та методичні положення лекційних курсів, які використовує здобувач освіти для вирішення поставленої проблеми.

Аналізується свій та передовий досвід у цьому питанні. Обов'язково після цитування цифрового і фактичного матеріалу реферату подається

посилання на першоджерела, що приведено у списку використаної літератури у квадратних дужках [1, с.10 ].

У розділі ***Висновки та пропозиції*** подають коротку інформацію про систематизовані дані та показують їх перспективи у практичній діяльності, якщо це можливо. Висновки подаються як конкретно та логічно сформульовані положення про викладену у рефераті інформацію.

До ***списку використаної літератури*** подано перелік спеціальної літератури, який використано у рефераті. Список складають згідно з встановленими вимогами до бібліографії.

Незважаючи на різний обсяг курсової та магістерської робіт, вимоги до структури і змісту цих робіт мають багато спільного.

## **1.2. Загальні положення курсової роботи**

***Курсова робота*** – це самостійне навчально-наукове дослідження здобувача освіти, яке виконується за тематикою дисципліни навчального плану з метою закріплення, поглиблення й узагальнення знань, набутих здобувачами освіти під час навчання та їх застосування в комплексному вирішенні конкретного фахового завдання. На відміну від реферату *курслова робота має методичний характер, де аналізується спосіб чи сукупність прийомів дослідження мети та вирішення конкретних завдань зі спеціальності.*

Тематика курсових робіт має відповідати завданням навчального курсу і пов'язуватися із практичними потребами конкретного фаху. Вона затверджується на засіданні кафедри. Виконання курсових робіт визначається графіком. Курсова робота допомагає здобувачу освіти систематизувати здобуті теоретичні знання зі спеціальності, перевірити їх якість, допомогти опанувати початковими навичками здійснення сучасних досліджень у галузі майбутньої професії. Під час написання курсової роботи можна виявити здатність здобувача освіти самостійно осмислювати проблему, творчо, критично її досліджувати; вміти збирати, аналізувати і систематизувати літературні (архівні) джерела, використовувати сучасні інформаційні засоби та технології; застосовувати здобуті знання у вирішенні

практичних завдань, формулювати висновки, пропозиції і рекомендації з предмету дослідження, а також контролювати вміння виконавця правильно організувати свою дослідницьку роботу та оформити її результати.

Курсова робота дослідницького характеру є процесом розробки нових знань на основі спеціально організованого дослідження (експерименту), який характеризується об'єктивністю, обґрунтованістю та точністю з використанням загальновизнаного передового досвіду роботи спеціалістів. Така робота повинна мати два рівні – емпіричний і теоретичний.

*Емпіричний* (від *empiries* – досвід) має ґрунтуватися на знаннях, досвіді, послідовності процесу, на активному мисленні, осмисленні явищ.

*Теоретичний рівень* базується на вивченні накопиченого наукового потенціалу, який міститься у спеціальній літературі та в пошуку умов оптимальної реалізації на практиці досягнень науки (у нашому випадку – в спеціальності А7 Фізична культура і спорт: інклюзія та освіта).

Захист курсової роботи відбувається до початку залікової сесії перед комісією кафедри у складі 2-3 викладачів та наукового керівника. Процедура захисту здійснюється тоді, коли є зброшурована, підписана автором та науковим керівником курсова робота.

### ***Структурні складові курсової роботи***

Титульний аркуш містить найменування закладу вищої освіти, інституту та кафедри, де її виконано. Назву кожного структурного підрозділу друкують з нового рядка у називному відмінку:

- відомості про виконавця (прізвище, ім'я та по батькові, курс, освітній ступінь, група, підпис);
- повна назва роботи;
- вид роботи, найменування спеціальності;
- відомості про наукового керівника (прізвище та ініціали, науковий ступінь, вчене звання);
- місто і рік.

**На титульному аркуші крапок не ставлять (за винятком ініціалів)**

*Зразок титульного аркуша курсової роботи*

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

ПЕТРЕНКО МИКОЛА ВАСИЛЬОВИЧ

група ФКС-24д

ПЕДАГОГІЧНИЙ ПРОЦЕС У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ

Курсова робота

з навчальної дисципліни: Теорія і методика фізичного виховання

Науковий керівник:

старший викладач: ПБ або  
доктор філософії ПБ або  
доктор наук ПБ

Київ-2025

**Пам'ятаємо!** Друкувати текст треба, залишаючи поля таких розмірів: лівий не менше **30 мм**, правий – не менше **10 мм**, верхній – не менше **20 мм**, нижній – не менше **25 мм**, кегль шрифту – не менше **12 (стандарт – 14)**.

Друкувати роботу через **1,5 міжрядкові інтервали** до **30 рядків** на сторінці. Використовувати папір формату **A4 (210x297 мм)**. Шрифт: **Times New Roman**. Обсяг курсової роботи – **25-30 сторінок** машинопису, без урахування списку літератури та додатків. Кількість використаної спеціальної літератури – **15-20** джерел.

Робота будується за планом і містить такі розділи: зміст, вступ, огляд спеціальної літератури, методи й організація дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, практичні рекомендації, перелік посилань, додатки.

Усі розділи роботи починаються з нової сторінки (табл. 1)

Таблиця 1.

***Структурні складові курсової роботи***

ЗМІСТ	с
АНОТАЦІЯ.....	1,5-2
ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	2
ВСТУП.....	1,0
РОЗДІЛ 1. (назва)	
1.1. ....	10
1.2.....	
1.3.....	
Висновки до першого розділу .....	
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	2
2.1. Методи дослідження .....	
2.2. Організація дослідження.....	
РОЗДІЛ 3. ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ АСПЕКТІВ ДОСЛІДЖУВАНОЇ ТЕМИ.....	15
3.1.....	
3.2.....	
Висновки до третього розділу.....	
ВИСНОВКИ.....	1,5
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	1
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ (15-20 джерел і більше)	2

### 1.3. Загальні вимоги до кваліфікаційної (магістерської) роботи

Згідно з навчальним планом спеціальності, за якою здійснюється підготовка, передбачено виконання кваліфікаційної (магістерської) роботи.

*Магістерська робота* – це самостійна науково-дослідна робота, яка виконує кваліфікаційну функцію (отримання освітнього ступеня «магістр») з метою продемонструвати рівень наукової кваліфікації автора, уміння самостійно проводити науковий пошук і вирішувати конкретні наукові завдання за фахом фізична культура і спорт в галузі знань А Освіта.

Магістерська робота, з одного боку, має узагальнюваний характер, оскільки є своєрідним підсумком підготовки магістра, а з іншого є самостійним оригінальним науковим дослідженням здобувача освіти, у здійсненні якого зацікавлені установи та організації реабілітаційної, фізкультурно-рекреаційної, спортивної спрямованості та освіти.

У більшості випадків магістерська робота є подальшим дослідженням, яке здійснювалося в курсовій роботі здобувача освіти випускного курсу. Вибір теми, етапи підготовки, пошук джерел спеціальної літератури, вивчення їх і підбір фактичного матеріалу, методика написання, правила оформлення та захисту магістерської роботи мають багато спільного з курсовою роботою і дисертацією здобувача наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт.

На відміну від дисертації на здобуття наукового ступеня доктора філософії (кандидата наук), що є науково-дослідною роботою, **магістерська є самостійною навчально-дослідною працею, в основу якої покладено моделювання практично відомих рішень.** Її тематика та науковий рівень мають відповідати освітньо-професійним проблемам, загальним методам і прийомам їх вирішення. Як форма науково-дослідної роботи магістерська робота сприяє вдосконаленню професійної підготовки майбутніх фахівців з обраної спеціальності.

Кваліфікаційна (магістерська) робота *за змістом* може бути:

*теоретичного характеру*, яка виконується на основі аналітичного збору даних спеціальної літератури з обраної теми;

*емпіричного характеру*, яка виконується на основі аналізу передового досвіду роботи спеціалістів з фізичної культури і спорту, власного досвіду здобувача освіти, документів програмування, організації і методики, які відображають рекреаційно-реабілітаційний процес;

*експериментальною*, виконаною на основі результатів власних досліджень;

*конструктивного характеру* – виготовлення наочних посібників, методичних рекомендацій, тренажерів із інструкцією до їх використання чи вивчення їх ефективності в експерименті.

Зміст магістерської роботи зі спеціальності А7 Фізична культура і спорт повинен висвітлювати такі питання:

візуальна діагностика симптоматики порушення здоров'я, при захворюваннях, вадах, травмуваннях, порушеннях фізичного розвитку та психоемоційних розладах;

механізми профілактики та відновної дії фізичних вправ у певному захворюванні, при травмуванні, при порушеннях фізичного розвитку, різних вадах та психоемоційних розладах;

обґрунтування сучасних методів та засобів фізичної культури із вказівкою на форми оздоровчої гімнастики, адаптивної фізичної культури, відновлювально-оздоровчі періоди та режими рухової активності ;

методика відновної гімнастики та комплекси фізичних вправ, які доцільні при певному захворюванні, вадах, травмах, психоемоційних розладах;

програми (комплексні, варіативні) рекреації та реабілітації, що поєднують традиційні та нетрадиційні засоби і методи;

програми (комплексні, варіативні) оздоровчо-рекреаційних занять, спрямованих на підсилення ефективності відновних і рухових вправ рекреаційними чинниками і, в першу чергу, з використанням рекреаційних форм активного дозвілля і відпочинку.

Кваліфікаційна робота виконується *на двох рівнях* наукового дослідження: *теоретичному рівні (синтез знань) та на емпіричному рівні наукового дослідження* (накопичення фактів) з використанням методів емпіричного, теоретичного та теоретико-емпіричного дослідження.

*Кваліфікаційна (магістерська) робота є самостійною навчально-дослідною працею, в основу якої покладено моделювання практично відомих рішень. Її тематика та науковий рівень мають відповідати освітньо-професійним проблемам, загальним методам і прийомам їх вирішення*

**Теоретичні методи дослідження:** *аналогія, екстраполяція ідеалізація, формалізація, аксіоматичний, історичний, системний підхід, систематизація, класифікація.*

**Емпіричні методи дослідження:** *спостереження, вимірювання опитування, експеримент.*

**Теоретико-емпіричні методи дослідження:** *аналіз, контент-аналіз, абстрагування, синтез, індукція, дедукція, порівняння, моделювання, узагальнення.*

**Теоретичні методи дослідження: загальна характеристика**

**Аналогія** – метод, відповідно до якого на підставі подібності предметів за одними ознаками сформулюється висновок про їх подібність за іншими ознаками. *Необхідно прагнути до того, щоб: були охоплені внутрішні, а не зовнішні якості предмета, які співпадають; ці предмети були подібними за важливими і суттєвими ознаками, а не випадковими і другорядними; було враховано не тільки подібність, а й відмінності.*

**Екстраполяція** – метод заснований на поширенні минулих і теперішніх тенденцій, закономірностей, зв'язків на майбутній розвиток об'єкта прогнозування. Екстраполяція передбачає два припущення: 1) *основні фактори, тенденції минулого збережуть свій прояв у майбутньому;* 2) *досліджуваний предмет розвивається по плавній траєкторії, яку можна виразити, описати математично.*

**Ідеалізація** – уявне конструювання предметів, які існують або практично нездійсненні. Передбачає позбавлення реальних предметів деяких притаманних їм властивостей і наділення подумки певними нереальними і гіпотетичними властивостями.

**Формалізація** – вивчення різноманітних предметів шляхом відображення структури у знаковій формі за допомогою штучних мов (наприклад, математики). Забезпечує узагальненість підходу до розв'язання проблем; символіка стисло та чітко вказує на фіксацію значень; дає змогу формувати знакові моделі предметів досліджування.

**Аксиоматичний** - побудова наукової теорії за умови, коли деякі твердження приймаються без доведення, а всі інші знання виводяться з них відповідно до певних логічних правил.

**Історичний метод** – дослідження процесів виникнення, формування та розвитку процесів та подій у хронологічній послідовності з метою виявлення внутрішніх та зовнішніх зв'язків, закономірностей та суперечностей.

**Системний підхід** – комплексне дослідження великих і складних об'єктів (систем), вивчення їх як цілого з узгодженим функціонуванням усіх елементів і частин. Вивчається кожний елемент системи в його зв'язку та взаємодії з іншими елементами, з'ясовується вплив властивостей окремих частин на її поведінку в цілому; визначається оптимальний режим її функціонування.

**Систематизація** – зведення розрізнених знань про предмет (явища) об'єктивної дійсності до єдиної наукової системи та встановлення їх єдності.

Підґрунтям слугує: класифікація, аналіз і синтез властивостей системи. Дозволяє вивчити масив інформації; виявляє протиріччя, прогалини, неузгодженість; поліпшує пізнавальний процес формування свідомості людини.

**Класифікація** – розподіл явищ та їх понять на певні класи, що дозволяє побачити специфіку цих явищ, їх різноманітність, властивості, зв'язки і залежності, загальне і специфічне, а отже зрозуміти їх сутність.

**Методи емпіричного дослідження**

**Спостереження** – цілеспрямоване, планомірне і систематичне сприйняття і фіксація проявів явищ і процесів та подальший їх аналіз з метою виявлення причин успіхів чи невдач професійної діяльності. Необхідно знати: *що спостерігати* – об'єкт спостереження; *як спостерігати* – безпосередньо (особисто), опосередковано (з використанням технічних засобів); *як фіксувати спостереження* – протокол, стенограма, аудіо та відеоапаратура.

**Вимірювання** – визначення числового значення певної величини за допомогою одиниці виміру. Найбільш поширені методи вимірювання: педагогічні (тестування), біомеханічні (стабілометрія, циклографічна зйомка, кінозйомка), медико-біологічні (антропометрія, функціональні проби), психологічні (психодіагностика – вивчення психічних станів, процесів, особливостей людини).

**Експеримент** – метод вивчення об'єкта, за яким дослідник активно й цілеспрямовано впливає на нього завдяки створенню штучних умов або використанню природних, необхідних для виявлення властивості.

**Педагогічний експеримент** – комплексний метод дослідження, де використовуються спостереження, опитування, вимірювання і який забезпечує об'єктивну перевірку висунутої гіпотези.

**Види експерименту:** за метою – констатувальний та формувальний за поінформованістю – відкритий, закритий; за умовами проведення – природний, модельний, лабораторний; за спрямуванням – абсолютний, порівняльний (послідовний або паралельний).

**Опитування** – звернення до респондентів з певними питаннями.

**Види опитування:** бесіда, інтерв'ю, анкетування, експертне опитування, соціометрія.

**Бесіда** - дво- або багатостороннє обговорення конкретної проблеми. **Види бесіди:** формалізована (стандартизація питань і реєстрація відповідей на них); неформалізована (можливість включення додаткових питань, що виникають під час спілкування).

**Інтерв'ю** – метод одержання інформації шляхом усних відповідей на систему питань, що усно ставляться дослідником. *Види інтерв'ю: вільне* (за загальною програмою без чіткої деталізації питань); *формалізоване* (стандартизація питань і реєстрація відповідей на них); *напівстандартизоване* (можливість включення додаткових питань, що виникають під час спілкування).

**Анкетування** – метод одержання інформації шляхом письмових відповідей респондентів на систему стандартизованих питань анкети.

**Види анкетування: за метою** – експрес-опитування, основне; **за способом спілкування з респондентами** – особисте (за процедурою – групове, індивідуальне), заочне (за способом вручення анкети – поштове, роздаткове); **за обсягом респондентів** – суцільне та вибіркове.

**Експертне опитування** – метод одержання інформації за допомогою знань компетентних осіб, кваліфікованих, досвідчених фахівців, які висловлюють свої думки з певних питань.

### **Методи теоретико-емпіричного дослідження**

**Аналіз** – метод пізнання, що ґрунтується на виділенні складових частин предмета (об'єкта), що досліджується.

**Синтез** – метод пізнання, що базується на з'єднанні окремих частин чи рис предмета (об'єкта), що досліджується, в єдине ціле.

**Контент-аналіз** – переведення масової текстової або записаної на плівку інформації у кількісні показники та їх подальша статистична обробка. **Мета** – виявлення у тексті документа ключових понять з подальшим підрахунком числа їх повторень, співвідношення з іншими елементами тексту та загальним обсягом інформації. **Об'єкти вивчення** – статті, газети, журнали, збірники наукових праць, матеріали радіо- та телепередач тощо. **Предмети вивчення** – наукові поняття, особистості, установи, події, факти тощо. **Способи виділення ключових понять** – формалізований (виділення певного терміну); смисловий (виділення споріднених, схожих слів, фраз, що мають однакове смислове значення).

**Абстрагування** – уявний відхід від несуттєвих властивостей, зв'язків, відношень, предметів і виділення кількох рис, що цікавлять дослідника.

**Індукція** – метод пізнання, що ґрунтується на переході від окремого до загального (на підставі знання про частину предметів робиться висновок стосовно класу в цілому).

**Дедукція** – метод пізнання, що ґрунтується на переході від загального до окремого (на підставі знань про загальні властивості всієї множини робиться висновок стосовно певного її елемента).

**Узагальнення** – метод наукового пізнання, за допомогою якого фіксуються загальні ознаки та властивості певного класу об'єктів та здійснюється перехід від одиничного до загального, від менш загального до більш загального. *Підходи до виділення ознак:* - виділення будь-яких ознак (абстрактно-загальні); - виділення суттєвих ознак (конкретно загальні). *Види:* - індуктивне (від окремих фактів, подій до їх уявного вираження); - логічне (від однієї думки до іншої, більш загальної).

**Моделювання** (*модель – аналог, подібність якого до оригіналу є суттєвою*) – метод побудови та вивчення спеціальних об'єктів (моделей), властивості яких подібні до найбільш важливих, з точки зору дослідника, властивостей, що вивчаються об'єктів (оригіналів).

**Структура:** - 1) постановка завдання; 2) створення чи вибір моделі; 3) дослідження моделі; 4) перенесення знань з моделі на оригінал.

**Види:** *матеріальні* - втілюються у різних матеріалах (дереві, металі, склі тощо); *ідеальні* – формуються у наочних елементах (рисунок, схема, комп'ютерна схема тощо); *статичні* – відображають стан системи в певний момент часу; *динамічні* – описують процеси змін та розвитку систем.

### **Основні параметри математичної статистики**

**Математична статистика** – розділ математики, присвячений методам збору, аналізу, обробки статистичних даних для наукових і практичних цілей, оперує великою кількістю об'єктів і аналізує масові явища.

**Описова статистика** – дозволяє узагальнити первинні результати, отримані під час емпіричних досліджень.

**Мета:** обробка емпіричних даних, їх систематизація, наочне представлення у вигляді графіків, таблиць, та також їх кількісний опис за допомогою основних статистичних показників.

### **Основні поняття описової статистики:**

**статистичні (емпіричні) дані** – всі зібрані відомості, отримані у результаті емпіричних досліджень, що у подальшому підлягають статистичній обробці.

**статистична сукупність** – це певна сукупність даних, отриманих під час емпіричних досліджень результатів експерименту, об'єднана за спільною ознакою (ознаками).

*Кожен елемент статистичної сукупності називається **варіантою** ( $x_i$ ).*

*Число, що позначає кількість повторів варіанти називається **частотою** ( $n_i$ ).*

**Варіаційний ряд** – це спосіб подання даних, отриманих у результаті експерименту, в першому рядку якого представлено проранжовані варіанти ( $x_i$ ), а у другому – вказано їх частоти ( $n_i$ ).

### **Критерії статистичної достовірності даних:**

**параметричні критерії** – засновані на обчисленні та порівнянні певних параметрів розподілу випадкових величин. Вони вимагають апріорного знання закону розподілу випадкових величин або допущення закону розподілу та перевірки його за результатами експерименту;

**непараметричні критерії** – використовують, коли інформація про розподіл мінімальна, а вигляд закону розподілу невідомий. Застосовують також непараметричні критерії у випадках, коли вимірювання здійснюється у ранговій шкалі (табл. 2).

Таблиця 2.

### **Критерії перевірки статистичних гіпотез та умови їх застосування**

<b>Критерії</b>	<b>Параметричний/ непараметричний</b>	<b>Відповідність нормальному закону розподілення</b>	<b>Застосування</b>
			Дослідження

Ст'юдента	Параметричний	<b>Обов'язково</b>	різновеликих вибірок Порівняння
Фішера	Параметричний	<b>Необов'язково</b>	різновеликих малих і середніх вибірок
Вілкоксона	Непараметричний	<b>Необов'язково</b>	Попарне порівняння груп Порвняння
Уайта	Непараметричний	<b>Необов'язково</b>	великих різновеликих вибірок Порівняння
Знаків	Непараметричний	<b>Необов'язково</b>	великих рівновеликих вибірок

**Кореляція** – це вид взаємозв'язку між випадковими величинами.

**Коефіцієнт кореляції** ( $r$ ) – якісна міра сили і напрямку ймовірного взаємозв'язку двох змінних. *Коефіцієнт кореляції знаходиться у межах від -1 до +1.*

*Якщо  $r$  близький до 1, є сильна позитивна кореляція. Якщо  $r$  близький до -1, є сильна негативна кореляція. При  $r$  близькому до 0, кореляція слабка (відсутня). Якщо  $r$  близький до 0,6 (або 0,6) кореляційна залежність вважається існуючою.*

**Напрями кореляції:** *пряма позитивна кореляція* – при якій збільшення причинного фактору викликає збільшення наслідкового фактора; *пряма негативна кореляція* – при якій зменшення причинного фактору викликає зменшення наслідкового фактора.

*Обернена позитивна кореляція* – при якій зменшення причинного фактора викликає збільшення наслідкового фактора; *обернена негативна кореляція* – при якій збільшення причинного фактора викликає зменшення наслідкового фактора. **Коефіцієнт парної кореляції Пірсона** – застосовують для дослідження взаємозв'язку двох нормально розподілених величин, представлених у шкалі найменувань у одній і тій же самій вибірці.

**Коефіцієнт рангової кореляції Спірмена** – визначає ступінь тісноти зв'язку порядкових ознак, які в цьому випадку являють собою ранги порівнювальних величин.

#### **1.4. Планування кваліфікаційної (магістерської) роботи**

Після вибору і реєстрації теми магістерської роботи складається індивідуальний план виконання роботи. У ньому вказуються основні розділи роботи, їх зміст, терміни завершення і відмітка про виконання.

Здобувач освіти заповнює індивідуальний план і, отримавши підпис керівника, допускається до процесу наукового дослідження та захисту.

Планування наукового дослідження необхідне для оптимізації робіт, щоб за умови найменших затрат отримати найкращий результат. Робочий план становить основу, визначає загальну спрямованість дослідження та послідовність його проведення.

*Алгоритм* наукового дослідження починається з *формулювання теми*, якій передують уявлення *сутності дослідження (проблеми)*, що сприяє обґрунтуванню складових *актуальності* роботи, а саме: *значущості, необхідності, сучасності*.

Відповідно до *об'єкту дослідження*, а саме: *галузі знань, напрямку, діяльності*, у якій воно здійснюється та вимагає отримання більш детального знання, *теми магістерських робіт завжди уточнюються з науковими керівниками (кандидатами наук, докторами філософії та докторами наук)* кафедри. Теми магістерських робіт затверджуються на кафедрі не пізніше ніж за рік до підсумкової атестації (захисту).

**Предмет наукового дослідження** – процес або явище, що знаходиться у *межах об'єкта* та розглядається як його елемент, частина або значуща для науки та практики **конкретизація ідеї дослідження** (*елементи, властивості, особливості*).

Об'єкт і предмет дослідження співвідносяться між собою як загальне і часткове.

Рекомендовано користуватися такою **схемою складання плану:**

**Індивідуальний план виконання кваліфікаційної (магістерської) роботи**

Кафедра \_\_\_\_\_

Тема роботи \_\_\_\_\_

Виконавець: здобувач освіти \_\_\_\_\_

(прізвище, ім'я, по батькові)

\_\_\_\_\_ (курс, освітній ступінь, форма навчання, спеціальність)

Науковий керівник \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (прізвище, ім'я, по батькові)

Початок роботи \_\_\_\_\_

Кінець роботи \_\_\_\_\_

**Календарний план**

№	Зміст роботи	Терміни виконання	Відмітка виконання
1.	Вибір та обґрунтування теми		
2.	Теоретичний аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури		
3.	Постановка завдань та відбір методів дослідження		
4.	Опанування методиками дослідження		
5.	Організація та проведення власних досліджень		
6.	Опрацювання й аналіз даних, отриманих у ході дослідження		
7.	Написання і подання на кафедру роботи за такими розділами: - вступ; огляд спеціальної літератури; - методи й організація дослідження; - результати дослідження разом із висновками та практичними рекомендаціями, перелік посилань і додатки		
8.	Написання доповіді та підготовка до захисту		
9.	Захист роботи	Згідно графіку кафедри, деканату	
Підписи: здобувач освіти - виконавець _____ Науковий		керівник	

***Об'єкт – це те, що досліджується, а предмет – те, що в цьому об'єкті має наукове пояснення.***

*Гіпотеза – це припущення, що потребує перевірки й доведення будь-яких причин (явищ), які зумовлюють конкретні наслідки (результат), що її підтверджують.*

*Гіпотеза повинна відповідати вимогам, а саме: відношенню до фактів, на які вона спирається; можливості перевірити дослідним шляхом; сумісності з існуючим науковим знанням; пояснювальний стиль; не повинна містити довільних припущень.*

*Характерними ознаками формування нових знань у процесі наукового дослідження є:*

- об'єктивність;*
- відновлюваність;*
- доказовість;*
- точність*

Наводимо ***пошуковий науковий простір та діяльність***, що відповідають основним науковим напрямкам досліджень у ***спеціальності А7 Фізична культура і спорт і навчальним дисциплінам***, що викладаються на кафедрі фізичної культури і спорту (табл. 3).

*Структура роботи містить такі складові і розділи: вступ, огляд спеціальної літератури (розділ 1), методи й організація дослідження (розділ 2), результати дослідження та їх обговорення (розділ 3), висновки, практичні рекомендації, список використаної літератури, додатки. Попереду «Вступу» повинно бути «Перелік умовних позначень». Усі складові і розділи роботи починаються з нової сторінки та пишуться з великої літери.*

Відповідно до *сучасного стандарту* до титульного аркушу *передують дві анотації: українською та англійською мовами*, до змісту яких входять: актуальність, об'єкт та предмет дослідження, мета, перелік методів дослідження та обґрунтований висновок за отриманими результатами дослідження.

Таблиця 3.

**Сучасні напрямки наукових досліджень  
галузі знань А Освіта  
за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт**

Напрямки наукових досліджень (об'єкт)	Наукове поле досліджень (предмет)
	<i>Засоби, методи, методичні прийоми, інноваційні підходи... у програмах відновних та оздоровчо-рекреаційних занять .....</i>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація при остаточних явищах після травм та хвороб скелетно-м'язової системи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при порушеннях плечового суглобу;</li> <li>➤ вивихи у плечовому суглобі</li> <li>➤ при травмах ліктьового суглоба</li> <li>➤ при пошкодженні колінного суглобу</li> <li>➤ при пошкодженні гомілковостопного суглоба</li> <li>➤ при переломах хребта;</li> <li>➤ при переломах тазу</li> <li>➤ при травмах кісті;</li> <li>➤ при переломах п'ясткової кістки;</li> <li>➤ при травмах стопи;</li> <li>➤ при порушеннях постави;</li> <li>➤ при сколіозі;</li> <li>➤ при плоскостопості</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація при остаточних явищах після захворювань серцево-судинної системи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ішемічній хворобі серця;</li> <li>➤ при інфаркті;</li> <li>➤ при гіпертонічній хворобі;</li> <li>➤ при гіпотонічній хворобі;</li> <li>➤ при нейроциркулярній дистонії;</li> <li>➤ при пороках серця;</li> <li>➤ при варикозному розширенні вен нижніх кінцівок</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після захворювань органів дихання</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при бронхіальній астмі;</li> <li>➤ емфіземі легень;</li> <li>➤ при бронхіті;</li> <li>➤ при пневмонії;</li> <li>➤ при плевриті;</li> <li>➤ при пневмосклерозі.</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після захворювань органів травлення, обміну речовин, суглобів та органів сечовиділення</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при ентероколітах;</li> <li>➤ при опущеннях органів черевної порожнечі;</li> <li>➤ при ожирінні;</li> <li>➤ при подагрі;</li> <li>➤ при цукровому діабеті;-</li> <li>➤ при артритах;</li> <li>➤ при артрозах;</li> <li>➤ при розривах і розтягіннях зв'язок;</li> <li>➤ при тендинітах (ураження сухожилків та зв'язок);</li> <li>➤ при бурситах (ураження навколосуглобових сумок);</li> <li>➤ при захворюваннях органів сечовиділення;</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після оперативних втручань</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при пороках серця;</li> <li>➤ при аорто-коронарному шунтуванні;</li> <li>➤ при оперативних втручаннях на органах черевної</li> </ul>

<b>на органах грудної клітки та черевної порожнини</b>	порожнині
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після захворювань та пошкоджень нервової системи</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при травмах спинного мозку;</li> <li>➤ при остеохондрозі хребта;</li> <li>➤ при невритах;</li> <li>➤ при ураженні плечового сплетення;</li> <li>➤ при невриті ліктьового нерву;</li> <li>➤ при черепно-мозковій травмі;</li> <li>➤ при неврозах</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після різних захворювань та пошкодженнях у дітей різного віку</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при вродженому вивиху стегна;</li> <li>➤ при вродженій м'язовій кривошій;</li> <li>➤ при вродженій клишоногості;</li> <li>➤ при пупковій грижі;</li> <li>➤ при ревматизму;</li> <li>➤ при міокардиті;</li> <li>➤ при міопатії;</li> <li>➤ при ДЦП;</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після гінекологічних захворювань</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при симфізах;</li> <li>➤ при запаленнях</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація здоров'я людини з інвалідністю</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при поліомієліту;</li> <li>➤ з порушеннями слуху;</li> <li>➤ з порушеннями зору;</li> <li>➤ при ампутаціях;</li> <li>➤ з порушенням інтелекту</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація після захворювання на Covid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ефективні засоби та методи фізичної культури і спорту у різні періоди відновлення після захворювання на Covid</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: відновлення та рекреація в умовах війни</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ при різних видах контузій (загальній, важкій),</li> <li>➤ контузії ока,</li> <li>➤ контузії головного мозку).</li> </ul>
<b>Фізична культура і спорт: фізичне виховання різних верств населення</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах навчання в інклюзивних групах;</li> <li>➤ корекція фізичного стану підлітків засобами фізичної культури;</li> <li>➤ інноваційні засоби оптимізації рухової активності дітей шкільного віку;</li> <li>➤ теоретичні засади фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми старшого дошкільного віку у закладах дошкільної освіти;</li> <li>➤ вплив дихальних вправ на стан здоров'я людей першого періоду зрілого віку;</li> <li>➤ формування мотивації у учнів середнього шкільного віку до здорового способу життя;</li> <li>➤ відновна гімнастика та рухливі ігри у практиці фізичної культури інклюзивних груп;</li> <li>➤ інноваційні методи відновленням здоров'я дітей шкільного віку;</li> <li>➤ розвиток рухових навичок дітей дошкільного віку із застосуванням корекційної гімнастики;</li> <li>➤ досвід реалізації інклюзивної освіти в країнах світу;</li> <li>➤ ігрові технології навчання в інклюзивних класах на заняттях фізкультури;</li> <li>➤ ефективні засоби корекції фізичного стану</li> </ul>

	<p>підлітків зі сколіотичною поставою;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ фізичні вправи як засіб корекції комбінованої плоскостопості у дітей молодшого шкільного віку;</li> <li>➤ корекція надлишкової маси тіла й ожиріння студентської молоді різними фізичними вправами;</li> <li>➤ танцювальний фітнес як ефективний вплив на психофізичний стан жінок першого зрілого віку;</li> <li>➤ корекція деформацій хребта у дітей підліткового віку у водному середовищі;</li> <li>➤ здоров'язбережувальні технології у системі освітнього процесу сучасної школи;</li> <li>➤ ігрові технології на заняттях фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку;</li> <li>➤ підвищення рухових якостей підлітків на шкільних секційних заняттях;</li> <li>➤ вплив рухової активності на якість життя жінок різного віку;</li> <li>➤ шляхи удосконалення рухової активності школярів засобами аеробної спрямованості;</li> <li>➤ роль спортивних заходів на підвищення інтересу учнів до фізичної культури і спорту</li> <li>➤ сучасні технічні засоби у відновленні здоров'я людини з порушеннями скелетно-м'язової системи.</li> </ul>
<p><b>Фізична культура і спорт: масовий спорт та спорт вищих досягнень</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Інноваційні технології у процесі тренувальної діяльності у окремих видах спорту;</li> <li>➤ розвиток рухових якостей юних плавців на етапі початкової підготовки;</li> <li>➤ механізми відновлення працездатності спортсменів;</li> <li>➤ методи та засоби відновлення кваліфіцированих спортсменів;</li> <li>➤ індивідуалізація програми відновлення з урахуванням особливостей спортсменів;</li> <li>➤ рекреаційна діяльність та відновлення у різних видах спорту;</li> <li>➤ контроль та оцінка відновлення у різних видах спорту;</li> <li>➤ порівняльний аналіз програм відновлення у різних видах спорту;</li> <li>➤ вплив засобів відновлення різної спрямованості на функціональний стан спортсменів що займаються (вид спорту);</li> <li>➤ сучасні підходи до відновлення організму після спортивних навантажень;</li> <li>➤ вплив рекреаційних заходів на психофізичне відновлення спортсменів після змагань;</li> <li>➤ спорт та екстремальний туризм: сучасний стан та перспективи розвитку в Україні;</li> <li>➤ масовий спорт в індустрії спортивно-оздоровчих послуг в Україні;</li> <li>➤ інноваційні технології в процесі тренувальної діяльності вихованців ДЮСШ;</li> <li>➤ технологія проектування та проведення масового спортивного заходу.</li> </ul>
<p><b>Фізична культура і спорт: рекреація та відновлення</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ роль фізичної активності в житті молодих жінок;</li> <li>➤ аквафітнес як ефективний засіб відновлення</li> </ul>

**здоров'я різних верств населення**

- психоемоційного та фізичного стану.....;
- сучасні засоби фізичної культури в умовах курортно-рекреаційних закладах;
  - теоретико-методичні аспекти рекреації та відновлення у фізичній культурі і спорті;
  - класифікація та характеристика видів рекреаційної діяльності в Україні;
  - педагогічні та психологічні основи рекреації та реабілітації;
  - соціально-культурні аспекти рекреації та відновлення;
  - контроль та оцінка ефективності відновлювальних заходів;
  - рекреаційна діяльність та відновлення у різних видах спорту;
  - ефективні програми рекреації та відновлення для конкретних видів спорту;
  - рекреація та відновлення для різних груп населення;
  - для дітей і підлітків;
  - для юнаків і дівчат;
  - людей зрілого віку;
  - людей похилого віку;
  - людей з інвалідністю;
  - рекреація та відновлення у санаторно-курортних закладах;
  - управління і маркетинг у сфері рекреаційних послуг;
  - організація та управління рекреаційною діяльністю;
  - розвиток інфраструктури для рекреації та відновлення в Україні;
  - міжнародний досвід організації рекреаційної діяльності;
  - аналіз сучасних тенденцій розвитку рекреаційного туризму в Україні;
  - організація та управління рекреаційно-оздоровчими комплексами: проблеми та перспективи;
  - аналіз впливу рекреаційних програм на фізичну активність та здоров'я населення;
  - роль рекреаційних заходів у профілактиці спортивних травм;
  - ефективність індивідуальних програм рекреації в процесі відновлення після травм;
  - інтеграція традиційних та сучасних методик рекреації в системі фізичної культури;
  - екологічний туризм як форма рекреації: вплив на фізичну активність та здоров'я;
  - рекреаційні програми у спортивних клубах: міжнародний досвід та перспективи для України;
  - соціально-економічний ефект впровадження рекреаційних заходів у місцевих громадах;
  - організаційно-методичні аспекти підприємницької діяльності сучасних фітнес-клубів;
  - оздоровчо-відновна діяльність в зимових видах

	<p>рекреації;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ екстремальний туризм: сучасний стан та перспективи розвитку в Україні;</li></ul>
--	--

## ▪ *Структура кваліфікаційної (магістерської) роботи*

- Написання магістерської роботи починається з **постановки проблеми (актуальність) і вибору теми.**

**Наукова проблема** – це таке питання, відповіді на яке немає накопиченому суспільному науковому знанні. Це «знання про незнання», або це «біла пляма на карті науки». У процесі формулювання проблеми визначаються питання, вирішення яких дозволить невідоме перетворити на відоме. Проблеми складаються з ряду тем.

**Тема** – це наукове завдання, що охоплює певну галузь наукового дослідження. З переліку тем, запропонованих кафедрою, здобувач освіти обирає ту, яка найбільше відповідає його навчально-виробничим інтересам та схильностям. Перевага надається темі, під час розробки якої здобувач освіти може виявити максимум особистої творчості та ініціативи. Разом із керівником необхідно визначити межі розкриття теми та перелік установ, досвід роботи яких буде висвітлюватися у дослідженні.

*Вимоги до теми:*

- актуальність – важливість, необхідність вирішення на сучасному етапі;
- наукова новизна;
- перспективність;
- наявність теоретичної бази;
- можливість виконання теми у відповідній установі;
- зв'язок теми з планами, програмами;
- ефективність упровадження результатів дослідження;
- лаконічність.

***Вступ.***

«**Вступ**» починається з третьої сторінки. У вступі визначають коло тих питань, які розглядаються у роботі. Вступ надається у такій послідовності:

- актуальність теми;
- об'єкт дослідження;
- предмет дослідження;

- гіпотеза роботи;
- мета роботи;
- завдання роботи;
- наукова новизна;
- теоретична значущість;
- практична значущість.
- структура роботи.

Обсяг вступу не повинен перевищувати 3-5 сторінок.

*Зразки написання деяких частин «Вступу»*

Тема кваліфікаційної (магістерської роботи)

***Фізична реабілітація дітей зі сколіозом у спеціалізованих дошкільних закладах***

**«Актуальність.** Одним із важливих шляхів збереження і зміцнення здоров'я нації є профілактика і відновлювальна корекція порушень опорно-рухового апарата, зокрема захворювання на сколіоз у дітей дошкільного віку.

У зв'язку з екологічною та економічною ситуацією в Україні значно зросла кількість дітей із цією патологією. Починаючи з часу формування плоду, далі з моменту народження і потім у дошкільному віці ця патологія призводить до порушень систем життєдіяльності організму, а надалі – до повної інвалідності в зрілому віці.

Відновлювальні заходи в системі консервативного лікування мають низку істотних переваг і те, що вони є профілактичними, дозволяє уникати оперативного втручання. Добре відомо, що різними засобами фізичної реабілітації з урахуванням етіології та патогенезу захворювання вдається стабілізувати патологічні зміни хребта і навіть зменшити їх [ 3,7... ] (обов'язково посилання на джерела спеціальної літератури, що надається у частині «Список літератури»).

В Україні створені спеціалізовані дошкільні заклади, які здійснюють планомірний навчально-оздоровчий процес, де навчання та виховання поєднуються з кваліфікованим лікуванням сколіозу. Вони є найкращою та

раціональною формою організації дітей хворих на сколіоз. Але ще не розроблено науково обґрунтованих програм з фізичної реабілітації дітей зі сколіозом у спеціалізованих дошкільних закладах.

Під час вивчення даних спеціальної літератури про застосування засобів фізичної реабілітації дітей дошкільного віку зі сколіозом ми помітили, що запропоновані засоби є недостатньо систематизовані. Комплекси лікувальної та коригуючої гімнастики переважно розроблені для дітей старшого дошкільного віку (5-6 років) та побудовані без урахування морфо-функціональних особливостей дітей та є спрощеною формою лікувальної гімнастики для дітей шкільного віку. У доступній літературі нам не зустрічались наукові дані про створення програми фізичної реабілітації дітей дошкільного віку зі сколіозом, де є засоби та методи, які відповідали б віку та ступеню скривлення хребта в умовах спеціалізованих дошкільних закладах [15, 21..].

Пошук шляхів розробки та оптимізації комплексної програми фізичної реабілітації дітей дошкільного віку у спеціалізованих закладах, які хворі на ранню форму сколіозу, визначає актуальність і необхідність цієї роботи».

*Під час з'ясування об'єкту, предмета і мети дослідження необхідно зважати на те, що між ними і темою магістерської роботи є системні логічні зв'язки.*

**Об'єкт дослідження** у загальнонауковому сенсі - це те, що протистоїть суб'єкту (у цьому випадку здобувачу-досліднику) у його предметно-практичній та пізнавальній діяльності під час написання наукової роботи з конкретної теми. Правильне, науково обґрунтоване визначення об'єкта дослідження – це не формальна, а суттєва, змістовна складова, що зорієнтована на виявлення місця і значення предмета дослідження в більш цілісному і широкому понятті дослідження. Формулювання об'єкта дослідження повинно містити пояснення, у якій галузі знань та діяльності воно здійснюється. Це вся сукупність діяльності людей, що мають певне соціальне становище та умови, в яких ця діяльність здійснюється. *Наприклад, об'єктом дослідження може бути фізична реабілітація у педіатрії.*

**Предмет дослідження** це те, на що спрямована думка, що складає зміст, чи те на що спрямована яка-небудь дія. Предметом дослідження вважають ту із

сторін об'єкта, яка безпосередньо належить вивченню. Таким чином, предмет дослідження є вужчим, ніж об'єкт. ***Наприклад, предмет дослідження – засоби та методи фізичної реабілітації дітей дошкільного віку, які хворіють на сколіоз.***

Визначаючи об'єкт, треба знайти відповідь на запитання: що розглядається? Разом з тим предмет визначає аспект розгляду, дає уявлення про зміст розгляду об'єкта дослідження, про те, які нові відношення, властивості, аспекти і функції об'єкта розкриваються. Іншими словами, об'єктом виступає те, що досліджується. А предметом – те, що в цьому об'єкті має наукове пояснення.

**Гіпотеза** – це форма наукового знання, припущення, справжнє значення якого не визначено і потребує перевірки і теоретичного обґрунтування та підтвердження.

**Наголошуємо:** те, що всім очевидно і не потребує доказів ***не є гіпотезою!***

**Мета роботи** – це визначення основного питання, на вирішення якого спрямована робота. Назва роботи повинна відображатися у формулюванні мети. Мета роботи пов'язана з остаточним результатом і шляхом його досягнення. Остаточний результат дослідження передбачає вирішення здобувачами проблемної ситуації, яка відображає суперечність між типовим станом об'єкта дослідження в реальній практиці і вимогами суспільства до його більш ефективного функціонування. ***Наприклад, мета роботи – розробити та обґрунтувати програму комплексної фізичної реабілітації дітей зі сколіозом в умовах спеціалізованого дошкільного закладу.***

**Наукова новизна** – це опис того нового у теорії і практиці фізичної реабілітації, яке було привнесене автором у процесі та в результаті вивчення теми. У науковій новизні зазначається нове знання і його значення для науки і практики.

**Наукову новизну** складають основні компоненти, які отримано **вперше:** ***розроблено.....; визначено.....; доповнено.....; підтверджено.....; подальшого розвитку набуло..... . (вставити в рамку)***

**Завдання роботи.** У роботі може бути 3-4 завдання і кожне з них своїм чітким формулюванням відображає загальну ідею роботи, розкриває певну її частину. Треба *враховувати взаємозв'язок завдань, їх логічну послідовність*. Кожне завдання повинне знайти своє вирішення та відображення в одному чи двох висновках. Мета дослідження дозволяє визначити завдання роботи, які можуть мати такі складові:

- вирішення певних теоретичних питань, які входять до загальної проблеми дослідження (наприклад, виявлення суті понять, явищ, процесів, подальше їх вивчення, розробка ознак, рівні функціонування, критерії ефективності, принципи та умови застосування);

- всебічне (якщо необхідно, то й експериментальне) вивчення практики вирішення цієї проблеми, виявлення її типового стану, недоліків і труднощів, їх причин, особливостей передового досвіду: таке вивчення дає змогу уточнити, перевірити дані, опубліковані у спеціальних неперіодичних і періодичних виданнях, підняти їх на рівень наукових фактів, обґрунтованих у процесі спеціального дослідження;

- обґрунтування необхідності заходів щодо вирішення цієї проблеми;

- експериментальну перевірку запропонованої системи заходів щодо відповідності її критеріям оптимальності, тобто досягнення максимально важливих у відповідних умовах результатів вирішення цієї проблеми при певних затратах часу і зусиль;

- розробка методичних рекомендацій та пропозицій щодо використання результатів дослідження у практиці роботи відповідних установ ( поліклінік, реабілітаційних центрів та ін.).

Завдання наукового дослідження підпорядковуються основній меті та спрямовані на послідовне (поетапне) її досягнення. Вони **не можуть формулюватися** як «вивчення», «ознайомлення», «дослідження» тощо, оскільки таким чином вказують не на результат наукової розробки, а на окремі технологічні процеси.

*Наприклад*, завданнями роботи мають бути такі:

*Проаналізувати* та обґрунтувати дані спеціальної літератури

*Визначити* клінічний та морфо-функціональний стан організму дітей 3-6 років зі сколіозом за даними архівних та особистих досліджень.

*Розробити* та обґрунтувати комплексну програму фізичної реабілітації дітей зі сколіозом у спеціалізованому дошкільному закладі.

*Обґрунтувати* вплив та оцінити ефективність застосування комплексної програми фізичної реабілітації на організм дітей дошкільного віку.

**Теоретична значущість** дослідження передбачає одержання відповідей на питання про те, що зроблено на основі попередніх знань.

**Наприклад:** «В результаті аналізу одержаних даних була розроблена методика диференційованого підходу у відновній гімнастиці дітей різного віку зі сколіозом та визначена її ефективність, яка дає більш високий педагогічний і відновний ефект».

**Практична значущість** – це короткий опис значення отриманих автором результатів для практики з констатацією способів, методів і шляхів їх впровадження у галузі фізичної культури і спорту.

**Наприклад,** практична значущість дослідження полягає у внесенні змін і доповнень до програми фізичного виховання дітей дошкільного віку спеціалізованих дошкільних закладів. Розроблена автором програма фізичної реабілітації дає можливість провадити ефективну корекцію скривлень хребта у ранній період дошкільного віку та використовувати запропоновані методи і засоби для профілактики сколіозу у дітей дошкільного віку. Це дозволить не тільки запобігти сколіотичній хворобі, але й зміцнити здоров'я дітей, збільшити їх рухову активність, створивши тим самим передумови для загального оздоровлення.

У кінці цього розділу подається структура та обсяг роботи, кількість розділів, даних спеціальної літератури, наявність практичних рекомендацій, сторінок комп'ютерного набору, рисунків і таблиць, додатків.

***Теоретичний аналіз та обґрунтування даних спеціальної літератури***

Огляд даних спеціальної літератури, як самостійний розділ, займає більшу частину роботи. На цей розділ відводиться приблизно 35-40% загального обсягу тексту (15-35 сторінок машинописного 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, які доцільно згрупувати таким чином:

- ✓ роботи, що висвітлюють історію розвитку проблеми;
- ✓ теоретичні роботи, які повністю присвячені темі;
- ✓ теоретичні роботи, що розкривають тему частково.

В огляді не слід надавати повний бібліографічний опис публікації, що аналізується, достатньо назвати автора й назву, або номер, відповідної публікації у загальному списку літератури.\

Викладення матеріалу можна вести або в хронологічній послідовності, або розділяючи його на проблемні питання. Вибір того чи іншого варіанту залежить від характеру теми та зібраних матеріалів, ступеня висвітлювання окремих питань в літературі. Якщо в розділі виділені пункти (підрозділи), то їх слід назвати.

Огляд даних спеціальної літератури рекомендується проводити в 3 етапи:

- 1) підбір і складання списку спеціальної літератури (допомагає здійснити опрацювання бібліографічних матеріалів бібліотечний каталог);
- 2) аналіз тексту (читати необхідно повільно, осмислюючи зміст публікацій, намагаючись зрозуміти головні ідеї та думки автора);
- 3) запис основного тексту (конспектування, анотування, реферування наукових джерел).

З метою більш повного аналізу літератури необхідно використовувати різні джерела пошуку: каталоги і картотеки кафедри та бібліотеки закладу вищої освіти, а також провідних наукових бібліотек міста, бібліотечні посібники, прикнижні та пристатейні списки літератури, виноски і посилання в підручниках,

монографіях, словниках тощо, огляд змісту різних комплексів спеціальних періодичних видань. Під час джерелознавчих пошуків необхідно з'ясувати стан вивченості обраної теми сучасною наукою, щоб не повторювати в роботі загальновідомі істини, конкретніше, точніше визначити напрям та основні розділи свого дослідження.

Перед ознайомленням зі змістом корисно ознайомитись з вихідними даними книги (в якому місті та видавництві вона надрукована, в якому році, яким тиражом, хто редактор), що дозволить визначити сучасність та характер видання (науковий, навчальний, популярний). Потім слід прочитати вступ (передмову). Він дає можливість зорієнтуватися у головному змісті книги, зрозуміти головні ідеї автора. Далі треба переглянути список рекомендованої літератури з обраної теми й звернути увагу на обсяг джерел.

Починаючи вивчення основного матеріалу в книзі, доцільно виписати всі незнайомі слова й терміни у спеціальний словник, вказавши, що вони означають. Завершальним етапом вивчення літературних джерел є запис його основного змісту у вигляді цитування, складання плану тез або конспектів.

Бібліографічні нотатки щодо джерел краще робити на каталожних картках, щоб скласти з них робочу картотеку, яка, на відміну від записів у зошиті, зручна тим, що її завжди можна поповнювати новими матеріалами, контролювати повноту добору літератури з кожного розділу роботи, знаходити необхідні записи. Картки можна групувати в будь-якому порядку, залежно від мети або періоду роботи над дослідженням. Картки робочої картотеки використовують для складання списку літератури, тому бібліографічні записи на картках мають бути повними, відповідати вимогам державного стандарту.

Всі літературні джерела, на які є посилання в літературному огляді, повинні бути включені в перелік посилань і пронумеровані.

У роботі треба робити посилання, яке містить тільки номер публікації за списком. Воно береться у квадратні дужки. Наприклад: [12], [15], [1-5], [5, 12,15]. Як правило, посилання розміщують у найзручнішому для цього місці.

Закінчити огляд треба коротким аналітичним висновком про ступінь висвітлення в спеціальній літературі основних аспектів теми.

### ***Методи та організація досліджень***

Цей розділ займає 3-5 сторінок машинописного тексту, кількість підрозділів – не менше двох. У другому розділі описують послідовність виконання процедур дослідження.

Після визначення завдань та обґрунтування спеціальної літератури вказують використані методи дослідження для їх вирішення та їх технологію.

Для опису методів дослідження необхідно:

- ✓ надати обґрунтування використання кожного методу;
- ✓ описати ті характеристики досліджуваного, які автор сподівається отримати у результаті роботи.

***Наприклад:*** «Для вирішення поставлених завдань був проведений педагогічний експеримент, в процесі якого використано такі методи дослідження:

- ✓ аналіз та узагальнення даних спеціальної літератури;
- ✓ педагогічне спостереження за фізичним і емоційним станом людини під час занять лікувальною гімнастикою;
- ✓ визначення рівня фізичного розвитку (за даними маси, довжини тіла тощо) та функціонального стану організму пацієнта (за даними функціональної діагностики);
- ✓ опитування (бесіда, анкетування);  
педагогічний експеримент;
- ✓ методи тестування;
- ✓ хронометраж занять лікувальною гімнастикою та іншої форми ЛФК
- ✓ педагогічний аналіз методики заняття лікувальною гімнастикою;
- ✓ визначення фізичної та розумової працездатності;
- ✓ методи математичної статистики

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 рисунками, схемами, формулами тощо. Повністю описуються всі власні модифікації, зміни, доповнення до методики інших авторів.***

Далі описуються всі складові дослідження (кількість, вік, стать, стан фізичного розвитку, стан здоров'я, вид травм, захворювань та ін.) і організація дослідження на конкретній базі (школа, дитячий заклад, клініка, відділення, реабілітаційні центри, профілакторії, особливості експериментальних груп).

Педагогічні дослідження часто є порівняльними. Порівнюють результати експериментальної групи з результатами контрольної групи. У зв'язку з цим ставляться особливі вимоги до відбору досліджуваних:

***досліджувані особи експериментальної і контрольної групи повинні бути максимально ідентичними за своїми зовнішніми ознаками.***

Важливим під час підбору досліджуваних є визначення їх кількості. У різних за спрямованістю дослідженнях кількість досліджуваних може буде неоднаковою. Під час масових обстежень кількість досліджуваних буде більшою. Кількість досліджуваних повинна бути достатньою для повної об'єктивізації досліджуваного явища, має носити статистичну значущість.

***Якщо вимагається багаторазова реєстрація показників у одного й того ж досліджуваного, то їх кількість може бути невеликою.***

***Наприклад:*** «У нашому дослідженні брали участь дівчата й хлопчики 6 років спеціалізованого дошкільного закладу № 460 Солом'янського району м. Києва в кількості 24 дитини. Усі діти мають сколіоз 1 ступеня і приблизно однакового рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості за даними лікарського огляду.

Дослідження проведені у вересні-жовтні 2024 року. Усі контрольні вправи (тести) проводилися на заняттях лікувальної гімнастики. Перед

кожним тестом дітей попередню інструктували щодо змісту та умов виконання завдання, їм надавалася можливість зробити декілька спроб. Після цього кожна дитина виконувала три контрольні спроби на максимальний результат. Найкращий результат внесено у спеціальний протокол».

### **Результати досліджень та їх обговорення**

Загальний обсяг цього розділу магістерської роботи – до 20-25 сторінок, кількість підрозділів залежить від інтеграційних характеристик результатів дослідження, що обговорюються.

Це основна за обсягом частина роботи, в якій викладаються результати власного дослідження здобувача, що аналізуються порівняно з висновками інших авторів з цього питання, доводиться спроможність чи помилковість знайдених закономірностей, зв'язку, пояснень.

В експериментальних роботах порівнюються показники експериментальної та контрольної груп чи показники однієї й тієї ж групи до початку та після експерименту. Визначається соціальна, оздоровча та економічна значущість (цінність, ефективність) проведеного дослідження.

Виконавець повинен давати оцінку повноти вирішення поставлених завдань, оцінку достовірності отриманих результатів (характеристик, параметрів), їх порівняння з аналогічними результатами вітчизняних і зарубіжних праць, обґрунтування потреби додаткових досліджень.

Результати досліджень рекомендується викладати у формі критично-аналітичного тексту. Пишучи текст, необхідно супроводжувати його таблицями, рисунками, схемами, фотографіями, графіками або виділяти їх у вигляді окремого додатку.

#### ***Наприклад:***

«Для оцінки стану опорно-рухового апарату дітей зі сколіозом після фізичної реабілітації застосувалися ті ж методи визначення силової витривалості м'язів спини і черевного преса, динамометрії правої та лівої

кисті рук, рівноваги на правій і лівій нозі, рухливість хребта, як і на початку досліджень. Отримані дані вірогідно свідчать про збільшення показників сили кисті рук, силової витривалості м'язів спини і черевного пресу у дітей зі сколіозом порівняно зі здоровими дітьми.

Так, згідно з віковими анатомо-фізіологічними особливостями про перевагу м'язів згиначів над розгиначами значний приріст спостерігається в показниках сили та силової витривалості м'язів черевного преса та кисті у дітей обох досліджуваних груп. У початкових дослідження показники сили м'язів черевного преса у здорових дітей були вірогідно вищими, а після застосування реабілітаційних заходів достовірно збільшення цього показника з'явилося у дітей, хворих на сколіоз.

В кожній віковій експериментальній групі спостерігається збільшення силової витривалості м'язів спини в середньому на 52 с більше, ніж у здорових. У дітей зі сколіозом порівняно з початковими даними силова витривалість м'язів спини збільшилась у 3-х річних дітей у 10 разів, у 4-х річних – у 7,5 разів, у 5-ти і 6-ти річних – у 5 разів. У здорових дітей відповідно – у 1,5 рази, у 2,5 рази, у 2 рази, у 1,5 рази.

Таким чином, на відміну від м'язів згиначів (черевний прес і кисть), м'язи розгиначі спини є слабкою ланкою опарно-рухового апарату дітей дошкільного віку, особливо сповільнюється приріст сили у дітей від 5 до 6 років. Тому отримані результати показників силової витривалості, без сумніву, свідчать про велику ефективність застосованих нами реабілітаційних засобів для зміцнення м'язів спини, що створює умови для усунення «вікової асиметрії» розвитку м'язів згиначів і розгиначів і сприяє формуванню правильної постави та стабілізації сколіотичного процесу».

«Аналіз динаміки стабілограм показав, що з'явилися достовірні розходження між дітьми контрольної та експериментальної груп після дев'яти місяців реабілітації. Зокрема, такий показник, як амплітуда коливань, значно зменшився у дітей зі сколіозом у фронтальній (y) від  $8,77 \pm 0,88$  мм до  $2,36 \pm 0,05$  мм, і у сагітальній (x) від  $8,08 \pm 1,37$  мм до  $2,59 \pm 0,06$  мм площинах,

тоді як у здорових дітей цей показник змінився не суттєво. Цей факт дозволяє стверджувати про поліпшення функції рівноваги у дітей експериментальної групи, що доводить необхідність спеціального тренування органів і систем організму дитини, які забезпечують навички сталості тіла у статичній і динамічній рівновазі. Це положення висвітлюється багатьма авторами [18, 32, 49]».

*Науково-дослідна робота починає набирати довершеності, коли її результати перекладаються на мову цифр.* Під час проведення багатьох досліджень важливу роль відіграють методи математичної статистики. Будь-які процеси, що відбуваються у фізичній реабілітації, фізичній культурі та спорті, можна охарактеризувати за допомогою абсолютних та відносних величин.

*Абсолютними* є такі, що кількісно відображають розмірі певного предмета або явища безвідносно до його структури та інших об'єктів (наприклад, довжини, ваги, швидкості, тривалості тощо), тоді як *відносні* застосовуються саме для зіставлення величин різних предметів або явищ, узятих в узгодженій системі координат (коефіцієнти, відсотки, частки тощо).

*Абсолютні показники* – це, як правило, результати первинного спостереження за педагогічними, психологічними, фізіологічними процесами. Вони є базою для розрахунку відносних. Серед відносних величин, які застосовуються найбільш широко у процесі аналізу, слід назвати відносні величини (проектного) планового завдання, виконання плану, динаміки, структури, координації, інтенсивності та ефективності.

Рекомендовано використовувати метод *кореляційного аналізу*. Він спрямований на те, щоб на основі статистичного матеріалу виявити факт впливу однієї ознаки на іншу, установити користь або шкоду цього впливу й оцінити впевненість в отриманих висновках.

Основні задачі кореляційного аналізу:

*Установити форму кореляційного зв'язку* – тобто вид функції регресії (лінійна, квадратична, показова й тощо). Графік лінійної функції– пряма

лінія. Якщо графік відмінний від прямої лінії, то такий взаємозв'язок називається нелінійною (або криволінійною).

*Оцінити тісноту й спрямованість кореляційного зв'язку.* Вона визначається знаходженням у найпростішому випадку коефіцієнта кореляції (парного або рангового).

Кореляція буває пряма (позитивна) і обернена (негативна).

Якщо зі збільшенням (зменшенням) однієї ознаки в основному збільшуються (зменшуються) значення іншої, то такий кореляційний зв'язок називається *прямим* або *позитивним*.

Якщо зі збільшенням (зменшенням) однієї ознаки в основному зменшуються (збільшуються) значення іншої, то такий кореляційний зв'язок називається *зворотним* або *негативним*.

***Наголошуємо: статистичну обробку експериментальних даних виконують, як правило, з використанням обчислювальної техніки за спеціально розробленими для цього програмами, які являють собою певні алгоритми вводу фактичних даних в обчислювальний пристрій, з метою отримання потрібних статистичних параметрів. Отриману в результаті статистичної обробки даних інформацію найчастіше оформлюють у вигляді таблиць, діаграм, схем, графіків.***

## **Висновки**

Логічним завершенням кваліфікаційної роботи ( магістерської) роботи є висновки. Головна їх мета – підведення підсумків проведеної роботи. Ця заключна частина її 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. У висновках необхідно наголосити на кількісних і якісних показниках здобутих результатів, обґрунтувати достовірність результатів, викласти рекомендації щодо їх використання.

*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.*

Слово «**ВИСНОВКИ**» на аркуші розташовують посередині рядка і друкують великими літерами без крапки в кінці, не підкреслюючи. Висновки, як правило, формулюються за пунктами, які нумеруються арабськими цифрами. Кількість пунктів не обмежується, але звичайно їх буває від 2 до 8 для магістерської роботи – до 3-4 сторінок друкованого тексту.

**Наприклад:**

## **ВИСНОВКИ**

1. Аналіз даних спеціальної літератури доводить, що нові комплексні дослідження визначили етіопатогенез сколіозів, підґрунтям якого є природжені порушення обміну сполучуваної тканини із ослабленням сполучнотканинних утворень, що вказує на необхідність раннього виявлення і корекцію сколіозів у дітей ще у дошкільному віці. У той же час програми з фізичної реабілітації для дітей зі сколіозом у спеціалізованих дошкільних закладах ще практично не розроблені, що й визначає актуальність проведених досліджень.

2. Проведені антропометричні дослідження підтвердили, що в ході онтогенетичного розвитку у людини змінюються не тільки росто-вагові показники, але й геометрія мас тіла. У період з 3 до 4 років відбувається значне збільшення довжини тіла (12,4%), головним чином, за рахунок росту довжини стегна (14,8%) і його маси тіла (26,5%). Вік 4-5 років характеризується

найбільшими змінами всіх охоплюючих розмірів тіла: обхват тулуба (8,3%), плеча (11,24%), передпліччя (8%), стегна (20,7%), гомілки (7,4%). З 5 до 6 років збільшення охоплюючих розмірів помітно сповільнюється, а довжина тіла збільшується за рахунок росту довжини ланок нижніх кінцівок: приріст довжини стегна складає 13 %, а гомілки – 15%. Аналіз змін положення центру мас ланок кінцівок та тулуба показав, що формування центру мас відбувається у різному темпі та у віддаленні від проксимальних кінців.

3. Дослідження функціональних показників м'язової, серцево-судинної і дихальної систем у дітей дошкільного віку свідчать про якісні розходження у дітей зі сколіозом і здорових дітей контрольній групі. Так, силова витривалість м'язів спини у дітей експериментальної групи складає в середньому  $19 \pm 0,02$  сек, а дітей контрольної -  $30 \pm 0,02$  сек; показники ЖЄЛ відповідно – в експериментальній групі -  $820 \pm 0,03$  мл, у контрольній -  $955 \pm 0,02$  мл; індекс Руф'є вірогідно вищий у дітей контрольної групи,  $p < 0,05$ .

4. Запропоновано програму фізичної реабілітації, яка ґрунтується на морфофункціональних та клінічних показниках, спрямована на корекцію скривлення хребта, тренування сили, витривалості, гармонійної роботи м'язів спини, черевного преса і всього тіла; виховання умовних рефлексів нормальної пози в ортоградному положенні, рухових навичок, природних прикладних рухів, тренування серцево-судинної і дихальної систем.

5. Встановлено, що запропонована програма фізичної реабілітації із залученням традиційних засобів лікувальної гімнастики, лікувального плавання, класичного масажу з впровадженням нетрадиційних форм занять (коригуюча гімнастика після сну, вправи на великих надувних м'ячах, лікувальна хореографія, точковий масаж) відповідає лікувальним і гігієнічним вимогам, відображає послідовність, інтенсивність і співвідношення засобів і методів фізичної реабілітації для дітей зі сколіозом різних вікових груп (3-6 років).

6. Виявлено позитивну динаміку функціонального стану дітей після дев'яти місяців реабілітації, що підтверджує ефективність розробленої

програми фізичної реабілітації. Так, у дітей зі сколіозом порівняно з початковими даними, показники силової витривалості м'язів спини збільшились у 3-х річних дітей у 10 разів, у 4-х річних – у 7,5 разів, у 5-ти і 6-ти річних – у 5 разів.

7. Використання розробленої програми реабілітації впродовж дев'яти місяців сприяло нормалізації стану хребта у  $20,2 \pm 2,9\%$  дітей, поліпшенню – у  $29,3 \pm 1,9\%$ , стабілізації – у  $42,2 \pm 1,5\%$ . Використання запропонованої програми фізичної реабілітації у спеціалізованих дошкільних закладах для дітей 3-6 років зі сколіозом дозволяє не тільки запобігти сколіотичній деформації, але і зміцнити здоров'я дітей, збільшити їхню рухову активність, прищепити гігієнічні навички, створивши тим самим передумови для загального оздоровлення.

#### **Укладання переліку даних спеціальної літератури, які були використані при написанні роботи**

Список використаних джерел оформлюється одним із таких способів: у порядку появи посилань у тексті, в алфавітному порядку прізвищ перших авторів або заголовків, у хронологічному порядку. Джерела спеціальної літератури потрібно оформлювати згідно з вимогами Вищої атестаційної комісії України (**ВАК України**).

Наприкінці роботи, починаючи з нової сторінки, треба подати перелік посилань, які використовувалися в основній частині роботи. Список літератури складається на основі робочої картотеки відповідно до обсягу використаних джерел. Складаючи його необхідно дотримуватися вимог державного стандарту. Кожний бібліографічний запис треба починати з нового рядка, джерела спеціальної літератури слід розташовувати в алфавітному порядку авторів та назв праць, спочатку видання українською мовою, потім – іноземними. Бібліографічні записи в списку використаної літератури повинні мати порядкову нумерацію.

Список спеціальної літератури кваліфікаційної (магістерської) роботи повинен мати не менше 60 джерел, яких більше половини повинні бути видані за останні десять років.

Подаємо окремі зразки бібліографічного опису використаних джерел спеціальної літератури (2015, 2020)

#### ***Приклади підручників і монографій:***

1. Адирхаєв С.Г. Організаційно-педагогічні основи фізичного виховання і спорту студентів з особливими потребами у вищому навчальному закладі: Монографія. Київ: Університет «Україна». 2013. 381с.
2. Богдановська Н.В., Кальонова І.В. Фізична реабілітація засобами фізіотерапії: підручник. Суми: Університетська книга. 2020. 328 с.
3. Довгань Н.Ю. Виховання фізичної культури студентів (теоретико-методичний аспект): монографія. Миколаїв: Іліон. 2017. 526 с.
4. Плахтій П.Д., Босенко А.І., Макаренко А.В. Фізіологія фізичних вправ: підручник. Кам'янець-Подільський: ТОВ: Друкарня Рута. 2015. 268 с

#### ***Приклади навчальних посібників та методичних матеріалів:***

1. Адирхаєва Л.В., Адирхаєв С.Г., Корнійко У.В. Здоровий спосіб життя як чинник, що забезпечує розвиток рухової активності студентської молоді: навчальний посібник. Київ: КиМУ. 2011. 187 с.
2. Адирхаєва Л.В., Адирхаєв С.Г. Спортивна психологія: навчальний посібник. Київ: КиМУ. 2011. 147 с.
3. Босенко А.І., Горащук В.П. Основи організації навчально-виховного процесу з предмета «Основи здоров'я» в загальноосвітній середній школі»: навчальний посібник. Одеса. 2015. 72 с.
4. Житовоз М.П. Методика навчання техніки фізичних вправ здобувачів освіти з порушеннями слуху в інклюзивному закладі вищої освіти: методичні рекомендації. Київ: Університет «Україна». 2021. 37 с.

### ***Приклади статей із журналів, книг або збірників:***

1. Адирхаєв С.Г., Житовоз М.П. Адаптивна фізична культура у процесі професійної підготовки та реабілітації здобувачів освіти з інвалідністю: стаття. Вісник національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Чернігів: ЧНУ «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вип. 148. Т.1. 2022. 16-27.

2. Адирхаєв С.Г., Адирхаєва Л.В., Марініна Т.В. Концептуальний підхід до психофізичної реабілітації військовослужбовців після комплексного травмування в наслідок бойових дій: стаття. Міжнародна мультидисциплінарна наукова конференція: Дев'яносто перші економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки: секція: фізичне виховання та спорт. Ополе. Польща. 2024. 20-32.

### ***Приклади тез або матеріалів конференцій:***

1. Адирхаєв С.Г. Місце фізичного виховання і спорту в інклюзивному середовищі закладів вищої освіти: тези / Інклюзивне освітнє середовище: проблеми, перспективи та кращі практики: зб.наук.праць XXII Міжнародної науково-практичної конференції. Київ: Університет «Україна». 2022. 5-8.

2. Адирхаєва Л.В., Качанова Т.Є., Салата І.О., Лащук О.Б., Марченко Л.М. Спортивний туризм у системі фізичного виховання учнівської та студентської молоді: тези /Перспективні напрямки наукових досліджень в Україні: зб.наук.праць СХLIX міжнародної науково-практичної конференції. Чернівці. 2024. 51-56.

## РОЗДІЛ 2. ВИМОГИ ЩОДО ОФОРМЛЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ (МАГІСТЕРСЬКОЇ) РОБОТИ

Оформлення магістерської роботи повинно відповідати певним загальним вимогам. Робота починається з титульного аркуша, який оформлюється відповідним чином (додаток А). Друкують роботу через **1,5** міжрядкові інтервали до 30 рядків на сторінці, Times New Roman, кегль **14**. Для цього використовують папір формату А4 (210x297 мм). Мінімальна висота шрифту 1,8 мм. Можна подати таблиці та ілюстрації на аркушах формату А3.

Усі примірники магістерської роботи повинні бути ідентичними. Один примірник подається до університету, другий на кафедру.

Обсяг магістерської роботи – **50-60** сторінок машинопису, без урахування списку літератури та додатків.

Друкувати текст треба, залишаючи поля таких розмірів: лівий не менше 30 мм, правий – не менше 10 мм, верхній – не менше 20 мм, нижній – не менше 25 мм, кегль шрифту – не менше **12 (стандарт – 14)**.

Шрифт друку повинен бути чітким, чорного кольору. Вписувати в текст роботи окремі іншомовні слова, формули, умовні знаки можна чорнилом тільки чорного кольору.

Текст основної частини магістерської роботи поділяють на розділи і підрозділи.

У тексті автор має право використовувати скорочення. Вони можуть бути двох типів: загальновідомі (наприклад, ЧСС, ОЦТ, АД та інші), маловідомі чи наведені самим автором. До використаних скорочень існують такі вимоги:

Усі скорочення у алфавітному порядку подаються на початку роботи, подається їх тлумачення.

Тлумачення скорочень подається у тексті у тому місті, де аббревіатура трапляється вперше.

У коментарях до таблиць і рисунків аббревіатури не використовуються.

## 2.1. Заголовки структурних частин роботи

Заголовки структурних частин роботи прийнято нумерувати арабськими цифрами, крім вступу, висновків, практичних рекомендацій та списку літератури. Підрозділи нумерують окремо в кожному розділі. Позначення розділів, підрозділів і їхні порядкові номери пишуть в одному рядку з заголовком, причому в кінці крапка не ставиться. Відстань між заголовками та текстом повинна дорівнюватися 3 інтервалам.

До формулювань заголовків розділів і підрозділів магістерської роботи висуваються такі основні вимоги:

стилість; чіткість;

синтаксична різноманітність у побудові речень;

послідовне та точне відображення внутрішньої логіки змісту роботи.

У випускних роботах необхідно дотримуватися прийнятої термінології, позначень, умовних скорочень і символів, вести виклад інформації слід від третьої особи. Не рекомендується вживати частих повторень слів чи словосполучень.

*У тексті ініціали вчених-дослідників, як правило, ставляться перед їх прізвищем.*

### Нумерація

Нумерацію сторінок, розділів, підрозділів, рисунків, таблиць, формул подають арабськими цифрами без знаку №.

Першою сторінкою магістерської роботи є титульний аркуш, якій включають до загальної нумерації сторінок роботи. На титульному аркуші номер сторінки не ставлять, на наступних сторінках номер проставляють у правому верхньому кутку сторінки без крапки в кінці.

Зміст, перелік умовних позначень, вступ, висновки, список використаних джерел не нумерують. Номер розділу ставлять після слова «РОЗДІЛ» тобто ( РОЗДІЛ 1). Підрозділи нумерують у межах кожного

розділу. Номер підрозділу складається з номера розділу і порядкового номера підрозділу, між якими ставлять крапку. В кінці номера повинна стояти крапка, наприклад: «1.2.» (другий підрозділ першого розділу). Потім у тому ж рядку подається заголовок підрозділу. Пункти нумерують у межах кожного підрозділу за такими ж правилами, як підрозділи.

### **Ілюстрації**

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 коментарі розміщують послідовно під ілюстрацією. Якщо в роботі подано одну ілюстрацію, то її нумерують за загальними правилами.

### **Таблиці**

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.

***Наприклад:***

Таблиця 3.1.

Групи	Кількість дітей	Ефективність впливу терапії та реабілітації			
		нормалізація	поліпшення	стабілізація	прогресування
1	31	9	7	15	-
2	16	4	8	3	1
3	17	-	4	9	4

Заголовки граф повинні починатися з великих літер, підзаголовки – з маленьких, якщо вони складають одне речення із заголовком з великих, якщо вони є самостійними. Графу з порядковими номерами рядків до таблиці включати не треба. Таблицю розміщують після першого згадування про неї в тексті так, щоб її можна було читати без повороту переплетеного блоку роботи або з поворотом за стрілкою годинника. Посилання у тексті на таблицю подається у дужках (**табл.1**).

### Формули

При використанні формул необхідно дотримуватися певних правил.

Невеликі нескладні формули, що не мають самостійного значення, вписують всередині рядків тексту. Пояснення значень символів і числових коефіцієнтів слід наводити безпосередньо під формулою в тій послідовності, в якій вони наведені у формулі. Значення кожного символу та числового коефіцієнта треба подавати з нового рядка. Рівняння і формули повинні бути відокремлені від тексту. Вище і нижче кожної формули залишають інтервал, що становить не менше одного рядка.

Нумерувати слід лише ті формули, на які є посилання в подальшому тексті. Інші нумерувати не рекомендується.

Порядкові номери позначають арабськими цифрами в круглих дужках біля правого поля сторінки без крапок від формули до її номера. Номер формули-дробу подають на рівні основної горизонтальної риски формули.

Загальне правило пунктуації в тексті з формулами таке: формула входить до речення як його рівноправний елемент. Тому в кінці формул і в тексті перед ними розділові знаки ставлять відповідно до правил пунктуації.

### **Додатки**

Додатки оформлюють, як продовження магістерської роботи на наступних її сторінках, або як окрему частину, розміщуючи їх у порядку посилань у тексті роботи.

Якщо додатки оформлюють на наступних сторінках, кожний такий додаток повинен починатися з нової сторінки, мати заголовок, надрукований у горі малими літерами, з першої великої друкується і слово «Додаток \_\_\_\_», і велика літера застосовується для позначення додатка. Додатки слід позначати послідовно великими літерами української абетки, наприклад: **А, Б, В...**

## **2.2. Критерії підсумкової оцінки роботи**

Магістерська робота друкується та подається до екзаменаційної комісії у двох примірниках з рецензією провідного спеціаліста чи практика та з відгуком наукового керівника. Магістерську роботи виконавець та керівник підписують на титульному аркуші у лівому нижньому кутку, вказуючи дату.

Рецензування, як правило, доручається викладачам, які мають науковий ступінь та звання. У рецензії повинні бути вказані:

- ✓ актуальність і новизна обраної теми, її зв'язок з основними науковими напрямками університету;
- ✓ теоретична та практична значущість роботи, наукова обґрунтованість теми;
- ✓ ерудиція і здібність автора аналізувати за даними літератури стан вивчення питання та чітко формулювати свої думки;
- ✓ конкретність і чіткість формулювання гіпотези, предмету й об'єкту досліджень, новизна, мета і завдання роботи;
- ✓ обґрунтування необхідності використання методів дослідження у відповідно до поставлених завдань;

- ✓ науково-методичний рівень виконання роботи (використання методик, апаратури, якість педагогічних спостережень, методів математичної статистики);
- ✓ характер отриманих матеріалів і якість обговорення результатів досліджень;
- ✓ конкретність висновків, відповідність їх поставленим завданням, значущість практичних рекомендацій і відповідність отриманим результатам досліджень, наявність актів впровадження результатів у практику;
- ✓ оформлення роботи, обсяг, зовнішній вигляд, якість друкованого оригіналу, грамотність;
- ✓ наявність і якість ілюстративного матеріалу; літературні джерела і правильність їх запису; переваги і недоліки роботи.

У заключній частині рецензії повинен бути висновок офіційного рецензента про роботу взагалі та допуск до захисту.

Захист роботи проводиться згідно з графіком затвердженим кафедрою, в присутності комісії у складі керівника та двох–трьох членів кафедри. Захист роботи відбувається на відкритому засіданні державної екзаменаційної комісії та регламентується «Положенням про організацію навчального процесу у закладах вищої освіти». Під час виконання випускних робіт здобувач освіти зобов'язується:

1. Виконувати рекомендації керівника при написанні розділів роботи у термін, зазначений у графіку.
2. Систематично відвідувати консультації за графіком.
3. Здавати на перевірку та редагування зміст окремих частин роботи.
4. За необхідності отримувати консультації наукового керівника та інших спеціалістів.

Керівник курсової та магістерської робіт виконує наступні обов'язки:

1. Консультування здобувачів освіти щодо вибору теми.
2. Надання консультативної допомоги щодо написання і оформлення роботи.
3. Складання разом зі здобувачем освіти індивідуального календарного плану-графіка.
4. Рекомендація основної літератури, справ з архівного матеріалу, інших джерел з обраної теми.
5. За необхідності, організація консультації з іншими спеціалістами.

***Відгук наукового керівника подається в двох примірниках у довільній формі. У ньому визначають:***

- ✓ актуальність теми;
- ✓ ступінь наукового і практичного значення праці;
- ✓ рівень підготовки здобувача освіти (магістранта) до виконання своїх професійних обов'язків
- ✓ ступінь самостійності під час виконання випускної роботи;
- ✓ новизну поставлених питань, та оригінальність їх розв'язання;
- ✓ вміння використовувати літературу;
- ✓ ступінь оволодіння методами дослідження;
- ✓ повноту та якість розробки теми;
- ✓ логічність, послідовність, аргументованість, літературну грамотність викладення матеріалу;
- ✓ можливість практичного застосування магістерської роботи або окремих її частин;
- ✓ висновок про те, на скільки вона відповідає вимогам, що ставляться перед випускними роботами.

Рецензент, як і науковий керівник, оцінює магістерську роботу.

Під час підготовки до захисту здобувач освіти складає тези або доповідь обсягом 4-6 сторінок. У них він повинен коротко обґрунтувати актуальність теми, ознайомити із завданнями досліджень, методами, організацією та основними результатами досліджень. Здобувач вищої освіти повинен чітко володіти текстом, викладаючи матеріали дослідження.

Для кращого сприйняття присутніми матеріалу свою доповідь слід супроводжувати таблицями, рисунками з використанням сучасних технічних засобів.

Після доповіді (10-15 хвилин) здобувач вищої освіти повинен чітко відповісти на поставлені запитання членів ЕК.

***На оцінку за магістерську роботу впливають:***

- якість роботи, правильність і глибина викладання матеріалу теми, відповідність змісту назві теми;
- чіткість і конкретність поставлених завдань та вибі сучасних методів дослідження;
- методичний рівень, опрацювання літературних джерел (кількість праць), грамотність та культура оформлення роботи;
- якість доповіді: вміння коротко, чітко обґрунтувати актуальність теми, здібність швидко та зрозуміло відповідати на поставлені запитання;
- ступінь самостійності під час виконання роботи;
- глибина знань, правильність виконання і чіткість ілюстрацій.

**«Відмінно»**

*Робота:* чітко визначено та обґрунтовано актуальність проблеми, об'єкт, предмет, мету, завдання дослідження, крім того, визначено такі характеристики, як науково новизна одержаних результатів та їх практичне значення. Зміст викладеного матеріалу повною мірою відповідає структурній

побудові роботи, розкрито сутність кожного структурного компонента. Вдало використано ілюстрації, схеми, таблиці і рисунки. Чітко сформульовано висновки. Обсяг роботи достатній. Автор володіє відповідним стилем викладу наукового матеріалу.

*Захист:* доповідь охоплює всі аспекти та напрями наукового дослідження, які наведено в дипломній і магістерській роботі. Мова доповідача є чіткою, не містить елементів поза наукової лексики. Доповідачем надано чіткі та ґрунтовні відповіді на всі поставлені запитання.

### **«Добре»**

*Робота:* чітко визначено та обґрунтовано актуальність проблеми, об'єкт, предмет, мету і завдання дослідження. Зміст роботи відповідає зазначеним характеристикам роботи. Допустимі зауваження щодо необхідності додаткового дослідження окремих аспектів проблеми в разі, якщо в роботі все ж таки існує логічно побудована структура викладеного матеріалу. Висновки сформульовано чітко. Автор володіє відповідним стилем викладання наукового матеріалу, але при цьому допустив декілька граматичних та пунктуаційних помилок.

*Захист:* доповідь охоплює всі аспекти та напрями проведеного наукового дослідження, у промові існують поодинокі лексичні та стилістичні помилки. Відповідь на окремі додаткові питання не досить чітка.

### **«Задовільно»**

*Робота:* визначено актуальність проблеми, об'єкт, предмет, але мета і завдання дослідження потребують корекції або доповнення. Зміст викладеного матеріалу потребує додаткового опрацювання, але в роботі присутня логічна побудова та закінченість думки автора щодо вивчення проблем дослідження. Висновки відповідають викладеному матеріалу. Наявні лексичні, стилістичні, граматичні та пунктуаційні помилки, але їх загальна кількість не перебільшує 2-х на сторінку.

*Захист:* доповідь не має системного характеру, викликає багато додаткових питань, на більшість із яких доповідач все-таки знаходить

відповідь. Відповіді дещо відрізняються від думок, викладених у роботі. Доповідач погано володіє науковою термінологією, допускається в промові лексичних та стилістичних помилок.

### **«Незадовільно»**

*Захист:* доповідь не охоплює всього кола питань, які описані в роботі. На додаткові питання доповідач не знаходить відповіді, хоча вони розкриті в роботі. Думки доповідача суттєво відрізняються від викладених у роботі, що свідчить про несамотійність виконання роботи. Доповідач не володіє науковою термінологією, допускає в промові багато лексичних та стилістичних помилок.

### **Контрольні питання та завдання**

1. Поясніть взаємозв'язок між основними складовими структури науково-дослідної роботи.
2. Обґрунтуйте послідовність науково-дослідницьких дій
3. Сформулюйте основні вимоги до процесу формування нових знань
4. Охарактеризуйте основні види наукових досліджень
5. Перелічіть відмінності фундаментальних та прикладних досліджень
6. Назвіть вимоги до формулювання мети, об'єкта та предмета науково-дослідної роботи.
7. Надайте визначення термінам «методологія», «методика», «метод»
8. Назвіть рівні наукового дослідження та вкажіть мету, що реалізується на кожному з них.
9. Перелічіть методи емпіричного дослідження
10. Назвіть методи теоретико-емпіричного дослідження
11. Наведіть приклади методів теоретичного дослідження

12. Надайте характеристику педагогічного спостереження, як методу наукового дослідження.
13. Складіть протокол педагогічного спостереження відповідно до завдань Вашого наукового дослідження
14. Надайте характеристику методу вимірювання
15. Розкрийте методи вимірювання, що використовуються у практиці терапії та реабілітації
16. Визначте сутність педагогічного експерименту, його види та порядок проведення
17. Зазначте методичні підходи до формування груп учасників експерименту
18. Розробіть варіант проведення педагогічного експерименту відповідно до Вашого наукового дослідження
19. Назвіть види опитування та випадки їх застосування
20. Надайте характеристику бесіди, як методу наукового дослідження
21. Охарактеризуйте інтерв'ю, як метод наукового дослідження
22. Розкрийте сутність анкетування та наведіть приклади застосування різних його видів
23. Складіть варіанти анкети згідно з правилами її побудови
24. Розкрийте сутність експертного опитування, вимоги, що висуваються до його організації та наведіть приклади застосування
25. Розробіть варіант анкети для експертного опитування відповідно до завдань Вашого наукового дослідження
26. Надайте характеристику аналізу та синтезу, як методів наукового пізнання
27. Перелічіть завдання, що реалізуються завдяки аналізу даних спеціальної літератури
27. Назвіть види літературних та документальних джерел
28. Розкрийте сутність контент-аналізу, як методу наукового дослідження

29. Надайте характеристику абстрагуванню, як методу наукового дослідження
30. Розкрийте сутність дедукції та індукції, наведіть приклади їх застосування
31. Опишіть можливості методу порівняння
32. Надайте характеристику узагальненню, як методу наукового дослідження
33. Охарактеризуйте метод моделювання
34. Розкрийте сутність аналогії, як методу наукового пізнання та охарактеризуйте його
35. Надайте характеристику методу екстраполяції
36. Розкрийте сутність ідеалізації, як методу наукового пізнання та охарактеризуйте його
37. Надайте характеристику формалізації, як методу теоретичного дослідження
38. Розкрийте сутність аксіоматичного методу наукового пізнання
39. Надайте характеристику гіпотези та припущення, як методів наукового дослідження
40. Опишіть можливості застосування історичного методу
41. Розкрийте сутність системного підходу у наукових дослідженнях
42. Зазначте особливості застосування методів систематизації та класифікації
43. Дайте визначення поняттям «математична статистика», статистичні дані»
44. Розкрийте сутність описової статистики
45. Назвіть елементи описової статистики та надайте їх характеристику
46. Надайте характеристику основних критеріїв статистичної достовірності даних та визначте умови їх застосування

47. Визначте, у яких випадках застосовується коефіцієнт конкордації та які значення він може мати
48. Дайте визначення поняття «кореляція», назвіть її напрями
49. Поясніть механізм підготовки обґрунтування теми та змісту магістерської роботи
50. Охарактеризуйте структуру обґрунтування теми магістерської роботи
51. Обґрунтуйте взаємозв'язок між структурними елементами кваліфікаційної роботи
52. Сформулюйте основні стилістичні вимоги до мови та стилю викладання матеріалу
53. Опишіть функціонально-синтаксичні засоби зв'язку у матеріалі наукового стилю
54. Визначте першорядні технічні вимоги до оформлення магістерської роботи
55. Окресліть правила оформлення бібліографічного списку літератури при виконанні наукових робіт
56. Розкрийте алгоритм роботи над статтею
57. Підготуйте наукову статтю за матеріалами власних досліджень
58. Підготуйте доповідь за темою магістерської роботи
59. Надайте характеристику етапів підготовки та захисту магістерської роботи
60. Назвіть основні документи, що подаються до Державної екзаменаційної комісії для офіційного захисту магістерської роботи

### **СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Білуха М.Т. Методологія наукових досліджень: підручник. – Київ: АБУ, 2002. 480 с.

2. Важинський С.Є., Щербак Т.І. Методика та організація наукових досліджень: навчальний посібник. – Суми: СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. 260 с.
3. Вихруш В., Козловський Ю. Методологія та методика наукових досліджень. Львів: Львівська політехніка. 2020. 256 с.
4. Довідник здобувача наукового ступеня. – Київ: редакція «Бюлетеня ВАК України», 2015. 64 с.
5. Дударев І.М., Кузьмін О.В. Практикум з методології наукових досліджень: навч.посібник. Київ: Освіта. 2019. 278 с.
6. Єріна А. М., Захожай В. Б., Єрін Д. Л. Методологія наукових досліджень: навчальний посібник. - Київ: Центр навчальної літератури, 2004. 212 с.
7. Ладанюк Л., Власенко І., Кишенько Л. Методологія наукових досліджень: навчальний посібник. - Київ: Ліра-К, 2018. 352 с.
8. Онуфрієнко Г.С. Науковий стиль української мови: навчальний посібник з алгоритмічними приписами. – Київ: Центр учбової літератури, 2009. 392 с.
9. Сергієнко Л.П. Технології наукових досліджень у фізичній культурі: підручник для здобувачів вищої освіти. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан. 2014. 496 с .
10. Стеченко Д.М. Методологія наукових досліджень: підручник. – Київ: Знання, 2015. 309 с.

### **Список фахових (періодичних) джерел**

1. ***Наука в олімпійському спорті*** ( Національний університет фізичного виховання спорту України, Національний олімпійський комітет України.
2. ***Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*** (Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди. ).

3. *Слобожанський науково-спортивний вісник* (Харківська державна академія фізичної культури.).
4. *Спортивна медицина* (Національний університет фізичного виховання і спорту України).
5. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту* ( Національний університет фізичного виховання і спорту України)
6. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*
7. *Бюлетень Української асоціації фізичної реабілітації (Львів)*
8. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки)
9. *Спортивний вісник Придніпров'я* (Дніпровська державна академія фізичної культури і спорту).
10. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту* (Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту).
11. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання* (ДВНЗ “ Запорізький національний університет ” МОН України»).
12. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини* (Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка МОН України)
13. *Вісник Прикарпатського університету. Серія“ Фізична культура ”* (ДВНЗ “ Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» МОН України)

14. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум»*.  
*Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт* (Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка.)

15. *Молода спортивна наука України* (Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського).

16. *Молодіжний науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки* (Волинський національний університет імені Лесі Українки МОН України.)

17. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* (Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського МОН України).

18. *Фізична активність, здоров'я і спорт* (Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського).

19. *Збірник наукових праць* Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна

# **ДОДАТКИ**

Додаток А.

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

**ПЕТРЕНКО МИКОЛА ВАСИЛЬОВИЧ**

група ФКС-24дм

## **ІННОВАЦІЙНІ ЗАСОБИ НА УРОКАХ ФІЗКУЛЬТУРИ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ**

Магістерська робота

Науковий керівник:  
доктор педагогічних наук,  
професор ОЛЕСЬ БОЙКО  
або доктор наук з фіз.вих.  
або доктор філософії, доцент  
або канд.пед.наук, доцент  
або канд.наук з фіз.вих., доцент

## ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ ( на українській та англійській мовах) - .....	1 с
ВСТУП (актуальність теми, об'єкт дослідження, предмет дослідження, тема дослідження, завдання, методи дослідження (тільки перелік), гіпотеза, наукова новизна, теоретична та практична значущість роботи, структура та обсяг роботи).....	до 5 с
<b>(Допомога н/керівника обов'язкова)</b>	
РОЗДІЛ 1. (присвячений тільки аналізу даних спеціальної літератури, на яку посилається здобувач освіти та має конкретну назву відповідно до теми роботи). Поділяється на підрозділи у логічній послідовності):	
1.1. Загальна уява про досліджувану проблему .....	від 5 с
1.2. Акцентується увага на попередніх результатах досліджень.....	5 с
1.3. Фокусується увага на порівнянні попередніх результатів з напрямком та особливостями проведення власних досліджень.....	5 с
Висновки до розділу 1. (за стислими висновками 1.1.+1.2.+1.3.).....	2 с
<b>Допомога н/керівника обов'язкова)</b>	
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	
2.1. Методи дослідження ( описувати всі використані у роботі методи)	
2.2. Організація дослідження ( характеристика етапів проведення експерименту, контингенту досліджуваних осіб, де (на якій базі) проведено дослідження) Пам'ятаємо! На кожному етапі вирішується поставлене Вами завдання. Обсяг розділу.....	від 3-5 с
<b>Допомога н/керівника обов'язкова)</b>	
РОЗДІЛ 3. Назва розділу за темою роботи. Відповідно до поставлених завдань розділ розподілено на підрозділи:	
3.1.....	5 с
3.2.....	5 с
.....	
.....	
Висновки до розділу 3. (за 3.1.+3.2.....)	
<b>Допомога н/керівника обов'язкова)</b>	
ВИСНОВКИ (загальні ( 1 + 3 розділам).....	2-3 с
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	до 3-5 с
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	50-80 с
ДОДАТКИ ( можуть бути, можуть не бути).....	2-10 с
<b>Допомога н/керівника обов'язкова)</b>	

**Індивідуальний план виконання магістерської роботи**

Кафедра \_\_\_\_\_

Тема роботи \_\_\_\_\_

Виконавець: здобувач вищої освіти \_\_\_\_\_

(прізвище, ім'я, по батькові)

(курс, форма навчання, спеціальність)

Керівник \_\_\_\_\_

(прізвище, ім'я, по батькові)

Початок роботи \_\_\_\_\_ кінець роботи \_\_\_\_\_

**Календарний план**

№	Зміст роботи	Терміни виконання	Відмітка про виконання
1.	Вибір та обґрунтування теми		
2.	Вивчення літератури за темою роботи		
3.	Вивчення завдань та методів дослідження		
4.	Оволодіння методикою дослідження		
5.	Організація та проведення власних досліджень		
6.	Опрацювання і аналіз даних, отриманих в ході дослідження		
7.	Написання і подання на кафедру роботи за такими розділами: А) вступ; Б) огляд літератури; В) методи та організація дослідження; Г) результати дослідження разом з висновками та практичними рекомендаціями, перелік посилань і додатки		
8.	Написання доповіді та підготовка до захисту		
9.	Захист роботи	Згідно графіку кафедри, деканату	

Підписи: Здобувач-виконавець \_\_\_\_\_ Керівник \_\_\_\_\_

Навчальне видання  
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК:

СУЧАСНА ТЕХНОЛОГІЯ ВИКОНАННЯ РЕФЕРАТИВНИХ, КУРСОВИХ  
ТА КВАЛІФІКАЦІЙНИХ (МАГІСТЕРСЬКИХ ) РОБІТ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ  
ВИЩОЇ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ А7 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ  
ГАЛУЗІ ЗНАНЬ А ОСВІТА  
(Електронне видання)

Укладачі:

Сослан Георгійович Адирхаєв  
Людмила Вікторівна Адирхаєва  
Олена Геннадіївна Ткачук  
Оригінал-макет С.Г. Адирхаєв

Підписано до друку \_\_\_\_\_  
Формат 60x84<sub>1/16</sub>. Папір друкар. Гарнітура Times.  
Друк офсетний. Умов. друк. арк. \_\_\_\_\_. Облік. видавн. арк. \_\_\_\_\_  
Тираж \_\_\_\_\_ екз. Вид. № \_\_\_\_\_. Замовл. № \_\_\_\_\_. Ціна договірна.  
Видавництво Східноукраїнського національного університету  
імені Володимира Даля  
Адреса видавництва: м. Київ, вул. Іоанна Павла II, 17.  
Телефон: +38(050) 218 04 78  
E-mail: vidavnictvosnu.ua@lmail.com