

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
Кафедра стрільби та технічних видів спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри СтаТВС

_____Виноградський Б.А.

«_20_»_____08_____2024__ року

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ З НАПИСАННЯ САМОСТІЙНОЇ
РОБОТИ (РЕФЕРАТ)**

нормативної навчальної дисципліни

**«Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне
вдосконалення»**

для студентів III курсу факультету фізичної культури і спорту

та факультету педагогічної освіти

денної форми навчання

галузь знань:01 - Освіта/Педагогіка

спеціальність:017– «Фізична культура і спорт», освітня програма: «Фізична
культура і спорт», «Фізична культура різних груп населення»

спеціальність: 014 – «Середня освіта», освітня програма: «Середня освіта
(Фізична культура)»

перший бакалаврський рівень

Львів,

2024-2025 навчальний рік

Теми для написання самостійної роботи (реферат):

1. Тактика виконання змагальної діяльності в стрілецьких та технічних видах спорту.
2. Модель тактичних взаємодій.
3. Відновлення у стрілецьких та технічних видах спорту.
4. Методи профілактики професійних захворювань.
5. Спортивні споруди для стрільби, види, призначення.
6. Обладнання для проведення навчально-тренувальних занять та змагань.
7. Фізична підготовка, її роль та значення.
8. Співвідношення ЗФП відповідно до різних етапів багаторічної підготовки.
9. Психічна підготовка, її роль та призначення.
10. Що таке психічна підготовка, психічне розвантаження.
11. Психічні особливості розвитку спортсменів.
12. Діяльність ДЮСШ, СДЮШОР.
13. Спортивні заходи, особливості їх організації та проведення.
14. Нормативно-правові документи в ДЮСШ, СДЮШОР.
15. Правила техніки безпеки під час проведення спортивних масових заходів.
16. Фізіологія в стрілецьких та технічних видах спорту.
17. Аналіз рухової діяльності в стрілецьких та технічних видах спорту.
18. Види відновлення.
19. Класифікація засобів відновлення.
20. Гігієна в стрілецьких та технічних видах спорту.
21. Харчування стрільців в залежності під час тренувань та змагань.
22. Засоби та методи профілактики професійних захворювань.
23. Розвиток морально-вольових якостей засобами фізичних навантажень.
24. Розвиток фізичних якостей у спортсменів зі стрілецьких та технічних

видів спорту.

25. Тактична взаємодія систем у стрілецьких видах спорту.

26. Систематичність в підготовці спортсменів зі стрілецьких видів спорту.

27. Від чого залежить ефективність навчання спортсменів зі стрілецьких видів спорту.

28. Психічна стійкість стрільців, методи виховання.

29. Особливості тактичного виконання змагальної діяльності у стрілецьких та технічних видів спорту.

ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ РЕФЕРАТУ

За структурою реферат повинен складатися із плану, вступу, основної частини (3-5 пунктів), висновку, списку використаної літератури. Обсяг реферату повинен бути не менше 10 сторінок машинописного тексту з міжрядковим інтервалом – 1,5 кегль – 14 стандартної щільності (шрифт Times New Roman) або 15 аркушів рукописного тексту на папері формату А 4. При цьому слід обов'язково робити відступи: зверху і знизу – по 2 см, зліва – 3 см, справа – 1 см.

Сторінки реферату обов'язково нумеруються. Нумерація починається з другого аркуша арабською цифрою 2 посередині верхнього берега на відстані не менше 10 мм від краю. Біля цифр не пишуться ніякі позначки чи символи.

На титульному аркуші (перша сторінка реферату) вказується назва міністерства (Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України), навчального закладу („ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ”), факультету, кафедри (кафедра стрільби та технічних видів спорту), тема реферату, прізвище та ініціали, академічна група студента-виконавця, прізвище та ініціали, вчений ступінь викладача, місто і рік написання (див. зразок на звороті).

Вказуючи тему реферату, треба посередині рядка написати РЕФЕРАТ, а нижче під цим словом – тему, при цьому **не варто використовувати двокрапку і брати назву теми в лапки**. Наприклад:

РЕФЕРАТ

Українська держава П. Скоропадського

(29 квітня – 14 грудня 1918 р.)

План роботи повинен містити 3-5 пунктів. Кожен пункт має висвітлювати певний аспект обраної теми, а всі пункти розкривати тему роботи в цілому. План може бути простим (кожен пункт складається з одного речення) і складним, коли кожен пункт розбивається на декілька підпунктів,

невеликі за обсягом, де детальніше пояснюються особливості обраної теми, при цьому слід пам'ятати про розділові знаки при рубрикації.

У вступі слід розкрити значення обраної теми, визначити мету та завдання реферату. В основній частині (3-5 пунктів) матеріал треба викладати стисло, логічно і аргументовано. Завершується робота короткими висновками.

У кінці реферату обов'язково подається список літератури. У рефераті рекомендується використати не менше 5 джерел, це можуть бути підручники, посібники, монографії, статті з журналів чи збірників, посилання на ресурси Internet. Основоположними у написанні реферату є друковані праці, а ресурси Internet повинні становити не більше 1/3 частини опрацьованих джерел.

У списку використаної літератури всі використані джерела розміщуються за алфавітом на перші літери прізвища автора.

Зразок укладеного списку літератури

1. Бойко О.Д. Історія України: Посібник. – К.: Академія, 2002. – С.321-371.
2. Верстюк В.Ф. Український національно-визвольний рух (березень – листопад 1917 р.) // Український історичний журнал. – 2003. – № 3. – С.63-81.
3. Історія України: Курс лекцій: У 2 кн. ур. 2. – ХХ століття: Навч. Посібник / Л.Г. Мельник, В.Ф. Верстюк, М.В. Демченко та ін. – К.: Либідь, 1992. – 464 с.
4. Історія України: нове бачення: Навчальний посібник / В.Ф.Верстюк, О.В Гарань, О.І. урій та ін. – К.: Альтернативи, 2000. – 464 с.

5. Хміль І.В. Аграрне питання в Українській революції 1917-1921 / Інститут історії України НАН України: [Електрон. Ресурс] // http://history.org.ua/ENU/?verbvar=Ahrarne_pytannia: е-Енциклопедія історії України.

Зразок написання титульної сторінки

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра стрільби та технічних видів спорту

РЕФЕРАТ

УКРАЇНСЬКА ДЕРЖАВА П. СКОРОПАДСЬКОГО
(29 КВІТНЯ – 14 ГРУДНЯ 1918 р.)

Виконав: студент групи 1-Ф-3

Семенов Петро Олексійович

Перевірила: доц. Ковальова Н.А.

Львів, 2015