

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра стрільби та технічних видів спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Завідувач кафедри

Виноградський Б.А.

“ _____ ” _____ 20__ року

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

нормативної навчальної дисципліни

Теорія і методика обраного виду спорту та СПВ

(стрілецькі види спорту)

для студентів III курсу факультету фізичної культури і спорту

для студентів III курсу факультету педагогічної освіти

денної форми навчання

галузь знань: 01 - Освіта

спеціальність: 017 – “Фізична культура і спорт”

спеціальність: 014 – “Середня освіта”, предметна

спеціалізація: 014.11 “Середня освіта (Фізична культура)”

перший бакалаврський рівень

Львів

2019-2020 навчальний рік

Теми для написання самостійної роботи (реферат):

1. Тактика виконання влучного пострілу в кульовій стрільбі.
2. Модель тактичних взаємодій.
3. Відновлення у стрільбі кульовій.
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 кульовій стрільбі.
17. Аналіз рухової діяльності в кульовій стрільбі.
18. Види відновлення.
19. Класифікація засобів відновлення.
20. Гігієна стрільця.
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 стрільців.
25. Тактична взаємодія системи стрілець-зброя-мішень.
26. Що таке систематичність в кульовій стрільбі.
27. Від чого залежить ефективність навчання спортсменів стрільців.
28. Психічна стійкість стрільців, методи виховання.
29. Особливості тактичного виконання стрілецьких вправ.

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**, 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 ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО”), 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.

Наприкінці реферату обов'язково подається список використаних джерел. У рефераті рекомендується використати не менше 5 джерел, це

можуть бути підручники, посібники, монографії, статті з журналів чи збірників, посилання на ресурси мережі інтернет. Основоположними у написанні реферату є друковані праці, а ресурси інтернет повинні становити не більше 1/3 частини опрацьованих джерел. Пам'ятайте, що використовуючи інформаційні ресурси мережі інтернет, ви повинні дотримуватися авторських прав, інформаційної етики та академічної доброчесності (уникання плагіату).

У списку використаних джерел всі документи розміщують за алфавітом автора (-ів) або назв (якщо авторів більше 3-х).

Список складають за спільним українсько-російським алфавітом, іноземні джерела – наприкінці. **Всі використані джерела наводять мовою оригіналу.**

Зразок укладеного списку використаних джерел:

1. Бойко О. Д. Історія України : посібник / О. Д. Бойко. – Київ : Академія, 2002. – С. 321–371.
2. Верстюк В. Ф. Український національно-визвольний рух (березень – листопад 1917 р.) / Верстюк В. Ф. // Український історичний журнал. – 2003. – № 3. – С. 63–81.
3. Історія України : курс лекцій : у 2 кн. / Л. Г. Мельник, В. Ф. Верстюк, М. В. Демченко [та ін.]. – Київ : Либідь, 1992. – 464 с.
4. Історія України: нове бачення : навч. посіб. / В. Ф.Верстюк, О. В. Гарань, О. І. Урій [та ін.]. – Київ : Альтернативи, 2000. – 464 с.
5. Свістельник І. Р. Практичні рекомендації щодо складання бібліографічного опису для студентів, магістрантів, аспірантів ВНЗ фізкультурного профілю / Свістельник І. Р. – Львів : [б. в.], 2015. – 65 с.
6. Хміль І. В. Аграрне питання в Українській революції 1917–1921 / Інститут історії України НАН України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://history.org.ua/EHU/?verbvar=Ahrarne_pytannia (дата перегляду: 27.02.2019).

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 2019