Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського

Кафедра фехтування, боксу та національних одноборств

Затверджено на засіданні кафедри
_____ р. протокол №_____

Зав. каф. _____В.А.Бусол

ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

з дисципліни “Теорія і методика обраного виду спорту – Спортивно-педагогічне вдосконалення ”
(спеціалізація карате)

спеціальність 017 «фізична культура і спорт»

освітньо-кваліфікаційний рівень «бакалавр»

для студентів 4 курсу

2019

© Богдан І. О., Вишневецький С. М.

Методичні вказівки до оформлення самостійних робіт

1. ***Конспект навчально-тренувального заняття (уроку)*** оформлюється згідно стандартних вимог, прийнятих у ЛДУФК. На першій сторінці конспекту вказуються тема, мета, завдання заняття, а також місце і час проведення, необхідний інвентар. Нижче вказуються дані про виконавця (курс, факультет, прізвище, ім'я). З наступної сторінки детально подається сам конспект у вигляді таблиці, в якій послідовно зліва-направо вказуються такі графи: Зміст, Дозування, Організаційно-методичні вказівки. Студент повинен детально заповнити ці графи по кожній частині заняття (підготовчій, основній та заключній).

2. ***Реферат*** виконується за нижченаведеною (загальноприйнятою) структурою:

Титульний аркуш:

- назва навчального закладу;
- кафедра;
- назва реферату;
- виконавець (П.І.П., група, факультет);
- місто, рік.

Зміст (план).

Вступ.

Основний текст розділів і підрозділів реферату з посиланнями на літературні джерела наведені у списку літератури (у квадратних дужках, наприклад [7], де «7» - порядковий номер джерела).

Висновки.

Список використаної літератури.

Після підготовки реферату студент його захищає в усній формі.

Тематика самостійної роботи з розділу ТІМОВС

№ з/п	Назва теми	Форма роботи
1.	**Аналіз Єдиної спортивної класифікації України.** Провести детальний аналіз Єдиної спортивної класифікації України і законспектувати основні її положення.	конспект
2.	**Ознайомлення зі змістом обґрунтування тем кваліфікаційних і магістерських робіт студентів кафедри.** Вивчити структуру обґрунтування теми кваліфікаційної (магістерської) роботи. Ознайомитись з тематикою таких робіт на кафедрі. Переглянути зразки кваліфікаційних захищених робіт на кафедрі. Зробити нотатки у вигляді конспекту.	конспект

3.	**Складання обґрунтування теми власної науково-дослідної роботи.** Продумати тему власної кваліфікаційної НДР, спираючись на тематику кафедри. Скласти чернетку обґрунтування власної теми кваліфікаційної НДР і подати її на огляд керівнику спеціалізації (ведучому викладачу) у вигляді плану-конспекту.	план-конспект
4.	**Підготувати конспект індивідуального уроку для спортсменів-каратистів групи початкової підготовки другого року навчання.** Скласти конспект навчально-тренувального заняття, який включає підготовчу, основну та заключну частини. В конспекті вказати: мету, завдання, частини індивідуального заняття, їх зміст, дозування, організаційно-методичні вказівки.	конспект заняття
5.	**Вивчення організаційно-правових документів, планів і програм спортивної школи та клубу.** Законспектувати визначальні положення, розділи статуту ДЮСШ, клубу, їх перспективних, річних, поточних планів та програм підготовки навчальних груп, вивчити журнали обліку учнів.	конспект
6.	**Документація по проведенню навчально-тренувального збору з карате.** Описати в реферативній формі відповідну документацію для проведення навчально-тренувального збору з карате.	реферат

Тематика самостійної роботи з розділу СПВ

№ з/п	Назва теми	Форма роботи
1.	**Дослідження показників сенсомоторних реакцій у каратистів високої кваліфікації.** Здійснити вимірювання показників сенсомоторних реакцій у каратистів з використанням кафедрального обладнання, і внести їх в протоколи. Надалі провести математичну обробку отриманих даних та їхній аналіз.	матеріали досліджень
2.	**Дослідження показників сили та часу ударів у каратистів високої кваліфікації з використанням хронодинамометра**	матеріали

	Савчина М.П. Здійснити вимірювання показників сили та часу ударів у каратистів з використанням хронодинамометра Савчина М.П., і внести їх в протоколи. Надалі провести математичну обробку отриманих даних та їхній аналіз.	досліджень
3.	**Методика індивідуалізації тактики каратиста.** Описати послідовність індивідуалізації тактики ведення бою на всіх дистанціях. Акцентувати увагу на необхідних передумовах для такої індивідуалізації. Вказати засоби, методи, форми навчального процесу.	реферат
4.	**Розширений план-конспект заняття з удосконалення індивідуальної техніки.** Скласти розширений план-конспект навчально-тренувального заняття, який спрямований на удосконалення індивідуальної техніки. Описати алгоритм індивідуалізації техніки каратиста, в організаційно-методичних вказівках розкрити необхідні передумови для такої індивідуалізації. В конспекті вказати: мету, завдання, частини заняття, їх зміст, дозування, організаційно-методичні вказівки, засоби і методи вправ.	план-конспект заняття

Критерії оцінювання самостійної роботи студентів

Самостійна робота виконується у формі рефератів, конспектів та інших письмових завдань, написаних від руки. За кожну належним чином оформлену і захищену роботу нараховується 5 балів. Роздруковані роботи та ксерокопії не приймаються.

Інформаційні ресурси

1.Фонд навчально-методичної літератури бібліотеки ЛДУФК.

2.Ресурси інтернет.

Рекомендована література

Основна:

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М., 1982.
2. Геселевич В.А. Медицинский справочник тренера. М., 1981.
3. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта.М., 1985.
4. Круцевич Т.Ю. Научные исследования в массовой физической культуре. К., 1985.- 120 с.

5. ЛДУФК. Студентська наукова робота: підготовка, написання та захист курсової, кваліфікаційної, дипломної та магістерської робіт (методичні рекомендації для викладачів і студентів ЛДУФК). Львів, 2006.- 56 с.
6. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів, 1997.
7. Основы управления подготовкой юных спортсменов (ред. Набатниковой М.) М., 1982.
8. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимп.спорте.-К,1997.
9. Спутник работника физической культури и спорта (ред. Савицкого П.Ф.). К., 1990.
10.

Допоміжна

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М., 1982.
2. Геселевич В.А. Медицинский справочник тренера. М., 1981.
3. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта.М., 1985.
4. Круцевич Т.Ю. Научные исследования в массовой физической культуре. К., 1985.- 120 с.
5. ЛДУФК. Студентська наукова робота: підготовка, написання та захист курсової, кваліфікаційної, дипломної та магістерської робіт (методичні рекомендації для викладачів і студентів ЛДУФК). Львів, 2006.- 56 с.
6. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. Львів, 1997.
7. Основы управления подготовкой юных спортсменов (ред. Набатниковой М.) М., 1982.
8. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимп.спорте.-К,1997.
9. Спутник работника физической культури и спорта (ред. Савицкого П.Ф.). К., 1990.

АНОТАЦІЯ

Теорія і методика обраного виду спорту – Спортивно-педагогічне вдосконалення: **завдання для самостійної роботи студентів**. Спеціальність 017 Фізична культура і спорт, спеціалізація «Карате», рівень вищої освіти «бакалавр» (для студентів 4 курсу), кафедра Фехтування, боксу та національних одноборств. Богдан І. О., Вишневецький С. М. 2018. Theory and methodics of the

chosen sport - Sports and pedagogical improvement (karate): tasks for independent work of students. Bohdan Ihor., Vyshnevetskyi Serhii.