

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ

КАФЕДРА МЕДИЧНОЇ БІОЛОГІЇ ТА СПОРТИВНОЇ ДІЄТОЛОГІЇ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
щодо виконання та захисту кваліфікаційної роботи
здобувачами другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 091 Біологія та біохімія,
спеціалізацій «Фізіологія рухової активності» та «Спортивна дієтологія»



Київ, 2024

Методичні рекомендації щодо виконання та захисту кваліфікаційних робіт здобувачами другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 091 Біологія та біохімія, спеціалізацій «Фізіологія рухової активності» та «Спортивна дієтологія»: [Електронний ресурс] / упоряд. С. В. Бабак, Л. Г. Станкевич, Ю. К. Хмельницька, В. А. Пастухова, С. Б. Дроздовська, Київ: НУФВСУ, 2024. 47 с.

Рецензенти:

Лук'янцева Галина Володимирівна – професор, доктор біологічних наук, професор кафедри медичної біології та спортивної дієтології Національного університету фізичного виховання і спорту України;

Фалалєєва Тетяна Михайлівна - доктор біологічних наук, професор, зав. кафедри біомедицини ННЦ «Інститут біології та медицини» Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Затверджено на засіданні кафедри медичної біології та спортивної дієтології, протокол №2 від 17.09.2024 р.

Завідувач кафедри медичної біології

та спортивної дієтології, д. мед. наук, проф.  Вікторія ПАСТУХОВА

Рекомендовано на засіданні Вченої ради Навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання, протокол № 2 від 30.10.2024 р.

Директор Навчально-наукового інституту

здоров'я, реабілітації та фізичного виховання

д. фіз. вих., проф.



Оксана МАРЧЕНКО

Запропоновані рекомендації є науково-методичним супроводом наукової роботи здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти і спрямовані на ознайомлення з правилами написання та оформлення кваліфікаційних робіт.

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| Загальні положення | 4 |
| Основні етапи підготовки та виконання кваліфікаційної роботи | 11 |
| Науковий керівник кваліфікаційної роботи | 12 |
| Права та обов'язки здобувача вищої освіти під час написання кваліфікаційної роботи | 13 |
| Вимоги до написання та оформлення кваліфікаційної роботи | 14 |
| Рецензування кваліфікаційної роботи | 26 |
| Дотримання академічної доброчесності та перевірка кваліфікаційних робіт на предмет академічного плагіату | 27 |
| Порядок допуску до захисту | 30 |
| Захист кваліфікаційної роботи | 31 |
| Додаток А. Індивідуальний план виконання кваліфікаційної роботи | 34 |
| Додаток Б. Оформлення титульного кваліфікаційної роботи | 35 |
| Додаток В. Перелік умовних скорочень | 36 |
| Додаток Г. Зміст кваліфікаційної роботи | 37 |
| Додаток Д. Приклад оформлення назв та тексту розділів і підрозділів | 39 |
| Додаток Е. Оформлення таблиць у кваліфікаційній роботі | 40 |
| Додаток Ж. Оформлення рисунків у кваліфікаційній роботі | 42 |
| Додаток З. Зразок оформлення бібліографічного опису у списку використаних джерел | 44 |
| Додаток К. Приклад анкети | 46 |
| Література | 47 |

ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Згідно Закону України «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145-VIII (ст. 5), другий (магістерський) рівень вищої освіти передбачає здобуття особою поглиблених теоретичних знань, умінь, навичок та інших компетентностей, достатніх для продукування нових ідей, розв'язання комплексних проблем у галузі професійної та дослідницько-інноваційної діяльності, оволодіння методологією наукової та педагогічної діяльності, а також проведення власного наукового дослідження, результати якого мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення в галуз біології.

Дані методичні рекомендації призначені для:

- ✓ здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти;
- ✓ наукових керівників;
- ✓ консультантів;
- ✓ рецензентів;
- ✓ відповідальних за перевірку кваліфікаційних робіт;
- ✓ секретаря, голови та членів атестаційної комісії.

Виконання кваліфікаційної роботи для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня галузі знань 09 «Біологія» спеціальності 091 «Біологія та біохімія» передбачено відповідними Державними стандартами вищої освіти, ОПШ та навчальним планом підготовки здобувачів вищої освіти за другим (магістерським) рівнем вищої освіти у Національному університеті фізичного виховання і спорту України (далі – Університет, НУФВСУ).

Нормативно-правова база

Методичні рекомендації розроблено на підставі Закону України «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145-VIII; Закону України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 № 1556-VII (зі змінами); Постанови КМУ «Про затвердження ліцензійних умов провадження освітньої діяльності закладів освіти» від 30.12.2015 № 1187 (зі змінами); Листа МОН України «Щодо рекомендацій з навчально-методичного забезпечення» від 09.07.2018 № 1/9-434; Наказу МОН України «Про затвердження Положення про акредитацію освітніх

програм, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти» від 11.07.2019 № 977; рекомендацій Національного агентства із забезпечення якості вищої освіти; Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті фізичного виховання і спорту України (нова редакція), ухваленого Вченою радою НУФВСУ від 04.03.2020 р. протокол №7; Кодексу академічної доброчесності Національного університету фізичного виховання і спорту України (нова редакція), ухваленого Вченою радою Університету від 29.11.2024 протокол № 5; Положення про електронний журнал обліку відвідування та успішності здобувачів вищої освіти в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, ухваленого Вченою радою Університету від 31.05.2023 протокол № 12; Положення про Екзаменаційну комісію Національного університету фізичного виховання і спорту України, ухваленого Вченою радою Університету від 17.05.2016 протокол № 10, та інших чинних законодавчих і нормативних актів щодо здобуття і організації вищої освіти в Україні.

Базові поняття про кваліфікаційну роботу

Виконання кваліфікаційної роботи є завершальним етапом навчальної програми освітньо-кваліфікаційного рівня «магістр», ефективною формою перевірки компетентностей здобувача вищої освіти, його творчої і практичної підготовленості до аналітичної роботи, важливим засобом доведення досягнутого фахового рівня в обраній галузі знань.

Кваліфікаційна робота – це самостійне дослідження, яке є кваліфікаційним документом, на підставі якого екзаменаційна комісія визначає рівень теоретичної та практичної підготовки випускників, їх готовність до самостійної роботи за фахом і приймає рішення про присвоєння кваліфікації магістра за спеціальністю 091 Біологія та біохімія.

Кваліфікаційна робота виконується на основі вивчення інформаційних джерел (законодавчої і нормативної баз, спеціальної наукової літератури у

т.ч. іноземними мовами, матеріалів глобальних інформаційних мереж, даних статистичної звітності).

Під час роботи над кваліфікаційною роботою відповідно до освітньо-професійних програм «Фізіологія рухової активності» та «Спортивна дієтологія» для другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 091 Біологія та біохімія у здобувачів вищої освіти формуються наступні компетентності:

Інтегральна компетентність (ІК)

Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у галузі біології, зокрема у фізіології рухової активності, при здійсненні професійної діяльності або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій та характеризується невизначеністю умов і вимог.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК3.Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК4.Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК5.Здатність розробляти та керувати проектами.

ЗК6.Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.

Фахові компетентності спеціальності (ФК)

ФК1. Здатність користуватися новітніми досягненнями біології, необхідними для професійної, дослідницької та/або інноваційної діяльності в галузі прикладної фізіології та для забезпечення здорового способу життя, сприяння благополуччю для всіх у будь-якому віці.

ФК2. Здатність формулювати задачі моделювання, створювати моделі об'єктів і процесів на прикладі різних рівнів організації живого із використанням математичних методів й інформаційних технологій.

ФК3. Здатність користуватися сучасними інформаційними технологіями та аналізувати інформацію в галузі біології і на межі предметних галузей.

ФК4. Здатність аналізувати і узагальнювати результати досліджень різних рівнів організації живого, біологічних явищ і процесів.

ФК5. Здатність планувати і виконувати експериментальні роботи з використанням сучасних методів та обладнання з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.

ФК7. Здатність діагностувати стан біологічних систем за результатами дослідження організмів різних рівнів організації.

ФК8. Здатність презентувати та обговорювати результати наукових і прикладних досліджень, готувати наукові публікації, брати участь у наукових конференціях та інших заходах.

ФК9. Здатність застосовувати законодавство про авторське право для потреб практичної діяльності.

ФК10. Здатність використовувати результати наукового пошуку в практичній діяльності.

Фахові компетентності спеціалізації «Фізіологія рухової активності»

ФК11. Поглиблене розуміння класичних і сучасних теорій щодо процесів регуляції фізіологічних функцій організму в умовах рухової активності.

ФК12. Розуміння основних сучасних положень біології стосовно походження і розвитку рухових можливостей людини, будови і процесів життєдіяльності рухової системи людини, здатність їх застосовувати соціально відповідально та свідомо для аналізу фізичних можливостей та діагностики функціонального стану людини.

ФК13. Здатність застосовувати методи, методичні підходи та алгоритми аналізу системних принципів організації механізмів регуляції фізіологічних функцій в умовах рухової активності.

ФК15. Здатність аналізувати і узагальнювати результати досліджень різних компонентів рухової системи людини, використовувати сучасні методи та обладнання для аналізу функціональних та фізичних можливостей людини.

Фахові компетентності спеціалізації «Спортивна дієтологія»

- ФК11. Здатність до застосування у професійній діяльності системи знань щодо анатоμο-фізіологічних механізмів та біохімічних концепцій раціонального харчування осіб, які займаються оздоровчою руховою активністю та спортсменів у відповідності з різновидом та ступенем фізичного і розумового навантаження.
- ФК12. Здатність володіти загальними принципами і вимогами у процесі побудови дієт, створювати фізіологічно обґрунтовані раціони спортивної та профілактичної спрямованості.
- ФК13. Здатність передбачати особливості впливу харчування та використання дозволених ергогенних засобів на стан здоров'я, масу та композицію тіла, а також на процеси працездатності та інтенсивності відновлення після фізичних навантажень.
- ФК15. Здатність до застосування отриманих навичок у дослідницько-інноваційній, організаційно-управлінській, науково-педагогічній практичній діяльності спортивного дієтолога.

Кваліфікаційна робота забезпечує досягнення здобувачами таких *програмних результатів навчання*:

- ПРН 1. Володіти державною та іноземною мовами на рівні, достатньому для спілкування з професійних питань та презентації результатів власних досліджень.
- ПРН 2. Використовувати бібліотеки, інформаційні бази даних, інтернет ресурси для пошуку необхідної інформації.
- ПРН 4. Розв'язувати складні задачі в галузі біології, генерувати та оцінювати ідеї.
- ПРН 8. Застосовувати під час проведення досліджень знання особливостей розвитку сучасної біологічної науки, основні методологічні принципи наукового дослідження, методологічний і методичний інструментарій проведення наукових досліджень у фізіології рухової активності.

- ПРН 9. Планувати наукові дослідження, обирати ефективні методи дослідження та їх матеріальне забезпечення.
- ПРН 10. Представляти результати наукової роботи письмово (у вигляді наукових публікацій, кваліфікаційної роботи тощо) та усно (у формі доповідей та захисту) з використанням сучасних технологій, аргументувати свою позицію в науковій дискусії.
- ПРН 11. Проводити статистичну обробку, аналіз та узагальнення отриманих експериментальних даних із використанням програмних засобів та сучасних інформаційних технологій.
- ПРН 13. Дотримуватися основних правил біологічної етики, біобезпеки, біозахисту, оцінювати ризики застосування новітніх біологічних, біотехнологічних і медико-біологічних методів та технологій, визначати потенційно небезпечні організми чи виробничі процеси, що можуть створювати загрозу виникнення надзвичайних ситуацій.
- ПРН 14. Дотримуватись норм академічної доброчесності під час навчання та провадження наукової діяльності, знати основні правові норми щодо захисту інтелектуальної власності.
- ПРН 15. Уміти самостійно планувати і виконувати інноваційне завдання та формулювати висновки за його результатами.

Програмні результати навчання спеціалізації «Фізіологія рухової активності»

ПРН 18. Вміти використовувати сучасні та розробляти нові алгоритми дослідження фізіологічного стану організму людини на основі новітніх фізіологічних методів дослідження з урахуванням механізмів адаптації організму до м'язової діяльності.

ПРН 21. Вміти узагальнювати та аналізувати експериментальні дані різних проявів функціонального стану організму людини, правильно інтерпретувати одержані результати та вміти обґрунтовувати механізми реалізації адаптаційної відповіді організму на фізичні навантаження.

Програмні результати навчання спеціалізації «Спортивна дієтологія»

ПРН 18. Знати класичні та сучасні концепції дієтології та уміти враховувати особливості використання різних продуктів для раціонального харчування.

ПРН 21. Уміти приймати рішення у складних ситуаціях, які потребують прогнозування подальших змін фізіологічних та функціональних систем організму на основі отриманих професійно-практичних навичок і творчого підходу в сфері діяльності спортивної дієтології.

Під час виконання кваліфікаційної роботи здобувачем вищої освіти повинна здійснюватись:

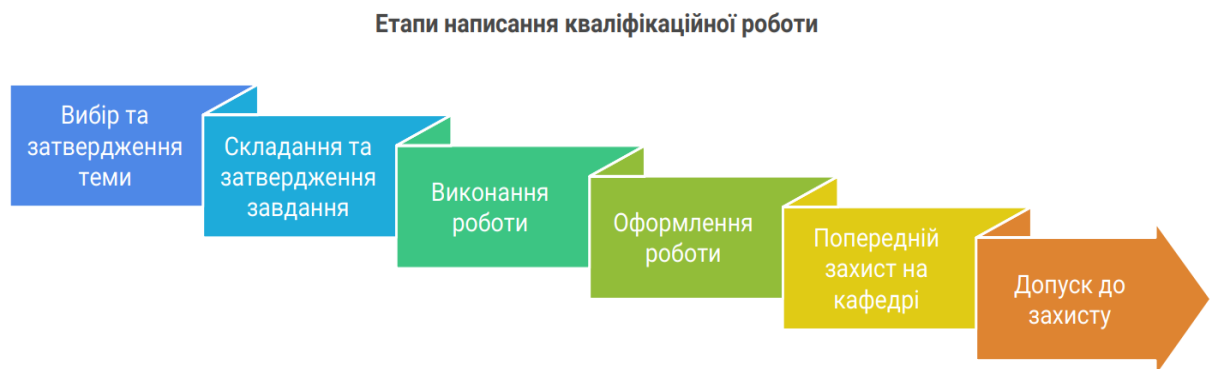
- ✓ систематизація, розширення і закріплення теоретичних та практичних компетентностей фахівця спеціальності «Біологія та біохімія»;
- ✓ використання набутих знань та умінь при розв'язанні конкретних наукових завдань;
- ✓ виконання самостійної дослідницької роботи;
- ✓ сприяння поглибленню засвоєння системного підходу, методик аналізу та синтезу при розв'язанні конкретних задач і завдань;
- ✓ самостійна робота в умовах сучасних вимог науки та інших сфер фахової діяльності.

Завдання кваліфікаційної роботи:

- вивчення, поглиблення та узагальнення теоретико-методологічних і практичних засад з обраного напрямку дослідження;
- систематизація та аналіз літературних джерел з питань, що вивчаються;
- здійснення всебічного діагностування напрямку дослідження із застосуванням системного підходу, сучасних інформаційно комунікаційних технологій або програмних засобів;
- розробка та оцінювання альтернативних підходів до вирішення встановлених проблем;
- формулювання науково-практичної задачі, вибір методів її вирішення та розробка схем досліджень;
- практичне вирішення конкретної задачі та науковий аналіз отриманих результатів досліджень;

- обґрунтування запропонованих рішень на основі дослідження з використанням ситуаційного аналізу;
- вибір основних положень науково-прикладних досліджень для практичної реалізації;
- підготовка кваліфікаційної роботи, доповіді та наочних ілюстративних матеріалів, що презентують її основний зміст і пропозиції автора, з подальшим публічним їх захистом.

Основні етапи підготовки та виконання кваліфікаційної роботи:



- ⇒ вибір та затвердження теми на засіданні кафедри;
- ⇒ складання і затвердження завдання кваліфікаційної роботи;
- ⇒ виконання роботи, що включає вивчення проблеми, огляд літературних джерел, здійснення практичної частини роботи, опрацювання та викладення отриманих результатів;
- ⇒ оформлення кваліфікаційної роботи;
- ⇒ попередній захист кваліфікаційної роботи на кафедрі медичної біології та спортивної дієтології;
- ⇒ допуск кваліфікаційної роботи здобувача вищої освіти до захисту перед атестаційною комісією;
- ⇒ зовнішнє рецензування кваліфікаційної роботи;
- ⇒ захист кваліфікаційної роботи магістра на засіданні атестаційної комісії.

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ

Науковим керівником кваліфікаційної роботи призначається науково-педагогічний працівник кафедри, який має науковий ступінь доктора або кандидата наук, і проводить наукові дослідження за відповідною спеціальністю.

Основними обов'язками наукового керівника кваліфікаційної роботи є:

- ✓ допомога здобувачу другого (магістерського) рівня вищої освіти в остаточному формулюванні теми дослідження, формування структури роботи та її плану;
- ✓ надання консультацій щодо аналізу наукових джерел, збору та обробки інформаційних матеріалів, методичних аспектів використання аналітичних, прогнозних, експертних розрахунків, застосування методичних прийомів дослідження тощо;
- ✓ забезпечення дотримання академічної доброчесності здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти;
- ✓ консультування щодо змісту кваліфікаційної роботи, відповідності підготовлених матеріалів вимогам, що висуваються до неї;
- ✓ контроль за виконанням окремих етапів роботи, оформлення поетапних результатів дослідження;
- ✓ підготовка здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти до проведення захисту кваліфікаційної роботи;
- ✓ складання відгуку про відповідність кваліфікаційної роботи вимогам вищої школи та оцінювання можливості її допуску до захисту.

За дані, викладені у кваліфікаційній роботі, порядок використання фактичного матеріалу під час її виконання, обґрунтованість і достовірність висновків, положень персонально відповідає здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти і науковий керівник. Не допускається запозичення (плагіат) матеріалу.



Керівник має право, у разі порушення термінів виконання окремих розділів, низької якості чи несамотійного виконання роботи, подати підтверджену рішенням засідання кафедри пропозицію директору Навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання про відрахування здобувача вищої освіти, як такого, що не виконує навчальний план.

ПРАВА ТА ОBOB'ЯЗКИ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС НАПИСАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Обов'язки здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти:

- ☞ своєчасне виконання всіх завдань, отриманих від наукового керівника;
- ☞ підбір вихідних матеріалів для роботи;
- ☞ виконання окремих розділів роботи у визначені терміни;
- ☞ вчасне звітування керівнику про виконані етапи роботи;
- ☞ оформлення кваліфікаційної роботи та презентації відповідно до вимог;
- ☞ представлення на випускову кафедру закінченої роботи у встановлені терміни.

Здобувач вищої освіти має право:

- ✓ здобувачу надається право вибрати тему кваліфікаційної роботи із визначених кафедрою медичної біології та спортивної дієтології або запропонувати свою з необхідним обґрунтуванням доцільності її розробки. Тема може бути пов'язаною з майбутньою науково-професійною діяльністю випускника;
- ✓ отримувати консультації різного рівня щодо обраного напрямку роботи;
- ✓ користуватись необхідними методичними матеріалами, які є на випусковій кафедрі;
- ✓ звертатись на кафедру з пропозиціями щодо вдосконалення процесу підготовки кваліфікаційної роботи.

Кваліфікаційна робота виконується відповідно до календарного графіку підготовки кваліфікаційних робіт, що складається випусковою кафедрою,

затверджується завідувачем кафедри, директором Навчально-наукового інституту здоров'я, реабілітації та фізичного виховання та розміщується на інформаційних ресурсах НУФВСУ (репозитарії).









У період підготовки кваліфікаційних робіт питання щодо стану їх підготовки здобувачами другого (магістерського) рівня вищої освіти та дотримання ними календарного графіку підготовки кваліфікаційних робіт систематично заслуховуються на засіданнях випускових кафедр (з відображенням у відповідних протоколах).

ВИМОГИ ДО НАПИСАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Актуальність теми кваліфікаційної роботи є ключовим аспектом, який визначає значимість дослідження та його внесок у розвиток науки. Вибір теми, що відповідає сучасним державно-правовим проблемам, дозволяє не лише підвищити рівень наукової роботи, але й сприяти вдосконаленню національних та світових проблем у біології.

Структура та зміст кваліфікаційної роботи:

1. **Титульна сторінка.** Оформляється за встановленим ЗВО шаблоном.
2. **Зміст.** Має складатися з назв розділів з позначенням нумерації сторінок.
3. **Перелік умовних позначень.** Може складатися з розшифрування скорочень, термінів та понять.
4. **Основна частина:**
 - **вступ,**
 - **основні розділи з підрозділами та висновками.**
5. **Висновки.** У цьому розділі не можна цитувати. Висновки повинні відповідати на питання, запропоновані у вступі.
6. **Практичні рекомендації.**
7. **Список використаних джерел.**
8. **Додатки** (за потребою).

| | |
|---|----------------------------|
|  | Титульна сторінка |
|  | Зміст |
|  | Перелік умовних позначень |
|  | Основна частина |
|  | Висновки |
|  | Практичні рекомендації |
|  | Список використаних джерел |
|  | Додатки |

Кожен структурний елемент повинен починатися з нової сторінки.

Зміст і послідовність подання матеріалу в кваліфікаційній роботі мають бути логічними, а досліджувані проблеми повинні завершуватися висновками та рекомендаціями. Робота повинна пройти перевірку на плагіат.

До кваліфікаційної роботи додаються:

- ✓ **характеристика** керівника кваліфікаційної роботи щодо діяльності випускника під час виконання роботи;
- ✓ **рецензія** зовнішнього рецензента з оцінкою кваліфікаційної роботи за прийнятною шкалою;

- ✓ електронна копія роботи у форматі pdf з типовою назвою файлу: Savenko_diplom_24.11.24.pdf;
- ✓ звіти: протокол перевірки оригінальності кваліфікаційної роботи, експертний висновок кафедри щодо програмної перевірки кваліфікаційної роботи.

Кваліфікаційна робота виконується державною мовою. Мову документа визначено у статті 21 Закону України «Про засади державної мовної політики». Стиль мовлення – науковий.

Написання кваліфікаційної роботи іншою недержавною мовою (англійська, німецька, французька) можливе за заявою здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти, на основі якої здійснюється подання кафедри/ та затверджується ректором або першим проректором з навчально-методичної роботи.

Обсяг кваліфікаційної роботи має забезпечити повний виклад результатів проведеного дослідження відповідно до визначеної мети та завдань роботи. Обов'язковий мінімальний обсяг роботи (кількість сторінок до списку літератури): – 60 сторінок (комп'ютерний набір, ф. А4). Роботи можуть перевищувати мінімальні обсяги. Рекомендовані обсяги: 60-100 сторінок.

Робота має бути чітко структурована з дотриманням вимог щодо оформлення. Кількість використаних джерел визначається з розрахунку по одному на кожен сторінку.

Оформлення тексту кваліфікаційної роботи

| | |
|---|-----------------|
| Шрифт | Times New Roman |
| розмір шрифту індивідуальний для різних частин дипломної: | Кегль |
| Для основного тексту | 14 |
| для підзаголовків (підрозділ, пункт, підпункт) | 15 напівжирний |
| для заголовків (розділ) | 16 напівжирний |

| | |
|----------------------|---|
| Міжрядковий інтервал | 1,5 |
| поля: | ліве, верхнє та нижнє – 2 см, праве – 1 см |
| Нумерація | в верхньому правому куті; на першій сторінці нумерація не ставиться |
| Шрифт друку | Чіткий |
| Стрічка | чорного кольору середньої жирності |
| Щільність тексту | повинна бути однаковою |

Кваліфікаційна робота починається з титульного аркуша (Додаток Б).

Текст основної частини дипломної роботи поділяється на розділи, підрозділи, пункти та підпункти. Заголовки структурних частин дипломної роботи: «**ЗМІСТ**», «**ВСТУП**», «**РОЗДІЛ**», «**ВИСНОВКИ**», «**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**», «**ДОДАТКИ**» друкують великими літерами по центру сторінки (без крапки). Заголовки підрозділів починаються з абзацу.

Вступ, кожний розділ, висновки і список літератури починаються з нової сторінки, а наступний підрозділ – одразу після закінчення попереднього.

Зміст. У змісті зазначають початкові сторінки кожного розділу і підрозділу. Назви розділів і підрозділів у змісті й тексті мають бути однаковими.

Вступ. Вступ розкриває сутність і стан наукової роботи у рекомендованій нижче послідовності.

Актуальність теми. Шляхом критичного аналізу та порівняння з відомими підходами до існуючої проблеми (задачі) обґрунтовують актуальність та доцільність роботи для розвитку відповідного напрямку дослідження. При висвітленні стану досліджуваної проблеми (завдання) слід назвати авторів, які зробили найбільш значний внесок в її розробку, основні

закони і нормативні акти України та міжнародного права, на яких базується робота. Обґрунтування актуальності не повинно бути багатослівним.

Мета та завдання дослідження. Формулюють мету роботи і завдання, які необхідно вирішити для її досягнення. Не слід формулювати мету як уточнення..., вивчення..., тому що ці слова вказують на спосіб досягнення мети, а не на саму мету. Завдання, які ставляться в роботі, повинні відбивати шляхи досягнення обраної мети дослідження. Як правило, виходячи із завдань дослідження, будується структура роботи. Тому завдання дослідження відповідають змісту розділів і підрозділів роботи. Завдання повинне починатися дієсловами: здійснити, виявити, визначити, розкрити, встановити, розробити, підібрати, підготувати, з'ясувати, обґрунтувати, сформулювати, уточнити, перевірити, оцінити тощо;

Об'єкт дослідження – це процес або явище, що породжує проблемну ситуацію, і обраний для вивчення. Не слід називати об'єктом дослідження конкретне підприємство, організацію, установу чи орган державної влади або його підрозділ, на прикладі якого виконується робота.

Предмет дослідження – конкретна проблема (завдання), що міститься в межах об'єкта дослідження.

Об'єкт і предмет дослідження як категорії наукового процесу співвідносяться між собою як загальне і окреме. Саме на нього спрямована основна увага студента, оскільки предмет дослідження визначає тему кваліфікаційної роботи.

Методи дослідження. Подають перелік методів дослідження, які використані для досягнення поставленої в роботі мети. Слід перелічити методи дослідження, що застосовувалися, з посиланням на конкретні завдання, що виконувалися за допомогою цих методів.

Наукова новизна роботи. Кваліфікаційна робота має містити елементи наукової новизни. Автор роботи має стисло сформулювати кілька положень, які обґрунтовані особисто ним і які якісно відрізняються від положень інших авторів, які досліджували дану проблему. У цьому підрозділі доцільно також

вказати, які положення, що були сформульовані раніше іншими авторами, були підтверджені під час виконання кваліфікаційної роботи, а також які положення набули подальшого розвитку у кваліфікаційній роботі.

Практична значущість роботи. Необхідно визначити головні напрями та форми використання положень та рекомендацій, що містяться у роботі, у практичній діяльності фізкультурно-спортивних організацій з метою вдосконалення управління, навчальних закладів для вдосконалення підготовки та підвищення кваліфікації фахівців тощо.

Структура роботи. Зазначаються кількість сторінок, розділів, таблиць та рисунків, літературних джерел.

В ході написання теорії та практики потрібно зробити примітки на джерела в квадратних дужках.

Розділи кваліфікаційної роботи (змістова частина)

Наприкінці кожного розділу формулюються висновки із стислим викладенням наукових та практичних результатів, визначених у розділі. Обсяг основної частини – приблизно 70-75 % тексту рукопису.

Всередині розділу зазвичай розглядаються декілька самостійних питань, які виділяються в окремі підрозділи. Зміст розділів має відповідати їхній назві й загальній темі роботи.

РОЗДІЛ 1 НАЗВА – теоретико-методичний. Містить літературний огляд і методичні підходи щодо тематики дослідження. Обсяг розділу – приблизно 16-20 сторінок у 2-4 підрозділах. У ньому формулюють проблематику дослідження, розглядаються точки зору фахівців, представників шкіл і течій, основні сучасні теорії та концепції, обґрунтовуються й розкриваються методичні підходи до дослідження. Характеризується сучасний стан предмета дослідження, його динаміка, вплив різноманітних чинників, проводиться аналіз існуючих проблем, тенденцій. В кінці першого розділу пишеться короткий висновок (називається – Висновки до розділу 1).

РОЗДІЛ 2 – МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ

Обсяг розділу – 2-8 сторінок.

Підрозділ 2.1. Матеріал і методи досліджень. Вказується, де було здійснено пошук наукової літератури наприклад: «пошук інформації було здійснено в базах даних: PubMed... та ін.), Відповідно до поставлених завдань в роботі, подають опис окремих методів дослідження:

- аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури;
- біологічні методи дослідження: біохімічні методи дослідження, антропометричні методи дослідження, фізіологічні методи дослідження та ін.,
- психолого-педагогічні методи дослідження (напр., консультації, спостереження, анкетування, тестування, опитування);
- соціологічні (напр., метод опитування, контент-аналіз, метод експерименту, соціологічне спостереження, метод експертної оцінки та ін.);
- методи математичної статистики;
- методи візуалізації даних (графіки, гістограми) у програмі Excel;
- інші валідні методи і методики.

При потребі подаються формули.

Подається посилання на літературне джерело кожної методики. У разі використання авторської методики, подається її детальний опис.

Підрозділ 2.2. Організація досліджень. Містить детальний опис організації дослідження, вказується установа, на базі якої здійснювалось експериментальне вивчення (навчання), календарні терміни проведення дослідження, етапи, а також обґрунтовується поділ досліджуваних на групи. При використанні у якості досліджуваних особин – живих організмів – тварин або людей, обов'язково вказувати – «При проведенні дослідження дотримувалися біоетичних стандартів..., постанов ВООЗ та законів України...». Стосовно участі у дослідженні волонтерів, то перед дослідженням вони **ОБОВ'ЯЗКОВО** мають бути поінформованими щодо

суті, мети, етапів, безпеки та результатів самого дослідження і письмово дати згоду на участь у такому дослідженні.



Терміни – «експериментальна група людей», «експеримент над людиною» та ін. не допускаються!

Висновків у розділі 2 немає.

РОЗДІЛ 3 НАЗВА – РЕЗУЛЬТАТИ ВЛАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ містить декілька взаємопов'язаних підрозділів, в яких в логічній послідовності описуються результати власного дослідження автора. Текст роботи має бути чітким, лаконічним, зрозумілим, без надмірних описів відомих речей, повторів або відхилень від основної теми та обов'язково містити посилання на використані літературні джерела, останні публікації в періодичній літературі з проблеми, що досліджується. Після подачі результатів власних досліджень має бути висвітленим порівняльний аналіз із літературними даними («отримані нами дані узгоджуються (не узгоджуються) з результатами дослідження авторів - ...»). Результати досліджень мають бути математично обробленими із використанням відповідних математичних методів. Достовірність даних можна стверджувати при наявності результатів від групи, яка складається щонайменше – із 7 та більше обстежуваних.

В кінці третього розділу пишеться короткий висновок (називається – Висновки до розділу 3).

РОЗДІЛ 4 – РЕКОМЕНДАЦІЇ. Обсяг 2-5 сторінок. Розділ має містити практичні рекомендації, які логічно витікають із першого та третього розділів. Четвертий розділ подається у випадку, коли практичні дослідження, які були здійснені магістрантом, показали доцільність та безпеку використання їхніх результатів для екстраполяції.

ВИСНОВКИ

Тут викладаються висновки і пропозиції, що є предметом захисту, – кінцеві результати виконаної роботи, що доводять досягнення автором

поставленої мети дослідження. Висновки і пропозиції формулюють за нумерованими пунктами (1, 2, 3 тощо). У цьому розділі необхідно надати підсумок усієї виконаної роботи. Висновки і пропозиції мають бути сформульовані в тезовій формі чітко, зрозуміло; відображати зміст роботи, її теоретичне і практичне значення. Кожен пункт висновків складається з двох логічних частин – твердження («визначено...») і доказу («тому що...», «на підставі...»). Висновки доцільно підкріплювати отриманими даними аналізу та моделювання (результати обчислень, схеми тощо), що доводять глибину проведеного дослідження. Загальний опис не є висновком. Усі частини кваліфікаційної роботи мають бути логічно пов'язані між собою і доповнювати одна одну.

У різних розділах варто застосовувати таблиці, рисунки, графіки, діаграми.

ТАБЛИЦІ

Таблиці застосовують для уточнення та зручності порівнювання показників. Таблицю слід розташовувати *безпосередньо після тексту, у якому вона згадується вперше, або на наступній сторінці*. Назва таблиці має точно і стисло відображати її зміст. Слово «Таблиця» та її номер розміщують перед назвою таблиці над самою таблицею. «**Таблиця 3.1** – » друкуються напівжирним шрифтом, потім ставиться тире, після якого – пишеться назва таблиці. При перенесенні таблиці на наступну сторінку над іншими частинами таблиці пишуть «Продовження таблиці ___» із зазначенням номера таблиці (додаток Е).

Таблиці (за винятком таблиць у додатках) слід нумерувати арабськими цифрами порядковою нумерацією в межах розділу. Номер таблиці складається з номеру розділу і порядкового номера таблиці, відокремлених крапкою, наприклад, «Таблиця 1.1» – перша таблиця першого розділу, «Таблиця 2.1» – перша таблиця другого розділу, «Таблиця 3.1» – перша таблиця третього розділу, «Таблиця 3.3» – третя таблиця третього розділу і т.ін.

Велика кількість таблиць в роботі перевантажує сприйняття інформації. Тоді доречним є винесення певних таблиць у додатки.

Таблиці кожного додатка позначають окремою нумерацією арабськими цифрами з додаванням перед цифрою позначення додатка. Нариклад, «Таблиця Б.1», якщо таблицю наведено першою у додатку Б.

На всі таблиці мають бути посилання в тексті, які складаються зі слова «таблиця» із зазначенням її номера (додаток Е).

Заголовки стовпців і рядків таблиці слід друкувати з великої літери, підзаголовки стовпців – з малої, якщо вони є продовженням заголовка, або з великої, якщо вони мають самостійне значення. У кінці заголовків і підзаголовків таблиць крапки не ставлять, заголовки і підзаголовки стовпців друкують в однині.

Таблиці ліворуч, праворуч, згори і знизу, як правило, обмежують лініями.

Якщо в кінці сторінки таблиця переривається і її продовження буде на наступній сторінці, то в першій частині таблиці нижню горизонтальну лінію, що обмежує таблицю, не креслять.

Оформлення ілюстрацій (графічного матеріалу)

Усі ілюстрації (схеми, графіки, діаграми тощо) іменуються рисунками, в тексті вони іменуються словом «Рис...» з позначенням номера розділу і номера рисунка в його межах, відокремлених крапкою арабськими цифрами (рис. 3.1). Підпис до рисунка й джерело походження розташовується під ним (додаток Є).

Графічний матеріал розміщують у кваліфікаційній роботі магістра для встановлення властивостей або характеристик об'єкта, а також для наочності та кращого розуміння тексту роботи. На графічний матеріал мають бути посилання в тексті кваліфікаційної роботи.

Графічний матеріал треба розмістити безпосередньо після тексту, в якому про нього згадується уперше, або на наступній сторінці, а за необхідності – у додатку.

За наявності у кваліфікаційній роботі таблиць, що доповнюють графічний матеріал, таблиці слід розміщувати після графічного матеріалу.

Графічний матеріал може мати тематичну назву, яку розміщують під ним.

За необхідності під графічним матеріалом розміщують пояснювальні дані. Слово «рисунок» і назву подають після пояснювальних даних.

Графічний матеріал кожного додатка позначають окремою нумерацією арабськими цифрами з додаванням перед цифрою позначення додатка. Наприклад, рис. В. 3, якщо рисунок третій за рахунком і розміщений у додатку В.

Рисунок (діаграму, схему і т. ін.), як правило, слід виконувати на одній сторінці. Якщо рисунок не вміщується на одній сторінці, дозволяється переносити його на інші сторінки. При цьому тематичну назву розміщують на першій сторінці, пояснювальні дані – на кожній сторінці і під ними друкують «Рис. ..., аркуш ...», якщо є кілька рисунків, і «Рис. 1, аркуш...», якщо є один рисунок.

Нумерація сторінок

Нумерація сторінок роботи має бути наскрізною, включаючи список літератури і додатки. Нумери сторінок проставляються арабськими цифрами в правому верхньому куті аркуша.

Першою сторінкою роботи є титульний аркуш, який включають до загальної нумерації сторінок роботи. На титульному аркуші номер сторінки не ставлять, на наступних сторінках номер проставляють угорі з правого боку сторінки без крапки в кінці.

Формули

Усі математичні формули і вирази, які є в роботі, необхідно пояснити. Якщо формула запозичена з літератури, можна обмежитися посиланням на джерело і розкрити сутність символів, що входять у неї. Оригінальні формули пояснюються в ході їх обґрунтування.

Позначення величин пояснюють при їх першій появі в тексті. Доцільно пояснювати всі позначення, що містить заключна формула, особливо якщо ця формула є розрахунковою. Усі математичні вирази, а також знаки математичних дій у тексті з метою досягнення єдиного стилю друкуються прописними літерами. При написанні математичних формул особливу увагу слід звертати на чітке виділення індексів і показників ступеня, розташування і довжину дробової риски тощо.

Усі наведені в магістерській роботі цитати, перефразовані положення і цифрові дані, отримані іншими авторами, повинні мати посилання на джерела. Посилання наводяться після згадки джерела або цитати з нього, для цього проставляють розташований у квадратні дужки порядковий номер, під яким це видання значиться в списку літератури, номер сторінки. Якщо посилання здійснюється відразу на декілька джерел, вони відокремлюються одне від одного крапкою з комою.

Оформлення списку використаних джерел

Список використаних джерел – це перелік всіх джерел, які були використані в роботі при викладенні наукових положень і на які є посилання в тексті. Забороняється включати до списку роботи, на які не посилається автор у тексті, чи дублювати вже наведені роботи. Бібліографічний опис літератури повинен бути повним, тобто не можна робити пропусків будь-яких елементів, скорочувати назви тощо, оскільки він дає можливість судити про поінформованість автора в межах даної тематики. Список складається із вітчизняної та зарубіжної наукової літератури, інформаційних ресурсів Інтернету, законодавчих актів, нормативних матеріалів тощо. Слід звертати увагу на те, що серед Інтернет-джерел допускається згадування та опрацювання тільки наукових видань, а не будь-яких Інтернет-ресурсів типу сторінок Вікіпедії, форумів тощо. До списку бажано не включати підручники, навчальні посібники, інші навчальні та навчально-методичні видання.

Перелік всіх джерел, які були використані при написанні роботи, розміщується в кінці роботи перед додатками. Він надає інформацію, необхідну для того, щоб знайти і отримати будь-яке джерело, процитоване в тексті документа. Кожне джерело, процитоване в роботі, має з'явитися у списку використаних джерел. Так само, кожен запис списку використаних джерел має бути згаданим в тексті роботи. Тобто числовий номер списку використаних джерел визначається порядком цитування в тексті роботи. Перелік використаних джерел може бути оформлений у такому вигляді:

1. В алфавітному порядку.

2. У порядку згадування в тексті: [5] [5; 6; 7–10] [11, с. 28–29] [12, с. 133–137, 208–209] [13, с. 8; 14, с. 44–48].

Бібліографічний список нумерується від першої до останньої назви. Зразки оформлення різних літературних джерел наведено в додатку Ж.

Під час складання списку використаних джерел необхідно дотримуватися або державного стандарту ДСТУ 8302:2015 «Інформація та документація. Бібліографічне посилання. Загальні положення та правила складання» або стилю Vancouver.

Оформлення додатків

Додатки до кваліфікаційної роботи слід оформляти як продовження тексту, кожен додаток має починатися з нової сторінки. Додаток повинен мати заголовок, надрукований вгорі рядковими літерами симетрично до тексту сторінки. Праворуч рядка над заголовком має бути надруковане слово «Додаток» і прописна буква, що позначає додаток. Додатки слід позначати послідовно прописними буквами алфавіту: А, Б, В, Д, Е, Ж, З, К, Л, М, Н, П, Р, С, Т і т. д. Виключається вживання букв Г, Ґ, Є, І, Ї, Й, О, Ч, Ь. Додатки повинні мати наскрізну з текстом нумерацію сторінок.

РЕЦЕНЗУВАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Рецензенти призначаються завідувачем кафедри медичної біології та спортивної дієтології з числа викладачів інших кафедр Університету або інших ЗВО чи наукових інститутів.

У рецензії наголошується актуальність теми, міститься короткий, але глибокий розбір змісту магістерської роботи з обов'язковими конкретними критичними зауваженнями. Рецензент з'ясовує знання випускником проблемних питань з теми або наводиться точка зору фахівців і власна думка автора щодо поставленої проблеми. Аналізуючи основну частину кваліфікаційної роботи, рецензент встановлює, якою мірою випускнику вдалося виявити невирішені проблеми, відзначає особистий внесок автора в їх вирішення. Рецензент відзначає позитивні та негативні сторони роботи. Разом з тим рецензент встановлює, чи повністю автор розкрив зміст теми, чи переконливо обґрунтував свої пропозиції, що можна було додатково зробити для більш аргументованого обґрунтування своїх пропозицій, для більш глибокого вивчення теоретичних положень. Рецензія повинна мати оцінку кваліфікаційної роботи за прийнятою шкалою оцінки знань.

ДОТРИМАННЯ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ТА ПЕРЕВІРКА КВАЛІФІКАЦІЙНИХ РОБІТ НАПРЕЖМЕТ АКАДЕМІЧНОГО ПЛАГІАТУ

За результатами формування сучасної та якісної системи освіти, прагнення до прозорості навчання всіма учасниками освітнього процесу прийнято дотримуватися принципів академічної доброчесності, що відображено у нормативних документах: закон України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про наукову і науково-технічну діяльність», «Про авторське право і суміжні права», Кодексі академічної доброчесності Національного університету фізичного виховання і спорту України, Рекомендаціям для закладів вищої освіти щодо розробки та впровадження університетської системи забезпечення академічної доброчесності, затверджених рішенням Національного агентства із забезпечення якості вищої освіти, Положенні з проведення перевірки кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти ступенів бакалавра та магістра на предмет академічного плагіату в Національному університеті фізичного виховання і спорту України.

Академічна доброчесність - це сукупність етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання та провадження наукової діяльності з метою забезпечення довіри до результатів навчання та/або наукових досягнень.

Дотримання академічної доброчесності здобувачами вищої освіти передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей); посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Порушенням академічної доброчесності при підготовці кваліфікаційної роботи вважається:

Академічний плагіат - оприлюднення (частково або повністю) наукових результатів, отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без зазначення авторства.

Самоплагіат - оприлюднення (частково або повністю) власних раніше опублікованих наукових результатів як нових наукових результатів. 2.4.3. **Фабрикація** - вигадкування даних чи фактів, що використовуються в освітньому процесі або наукових дослідженнях.

Фальсифікація - свідомо зміна чи модифікація вже наявних даних, що стосуються освітнього процесу чи наукових досліджень.

Обман - надання завідомо неправдивої інформації щодо власної освітньої (наукової) діяльності чи організації освітнього процесу; формами обману є, зокрема, академічний плагіат, самоплагіат, фабрикація, фальсифікація та списування.

Хабарництво - надання (отримання) учасником освітнього процесу чи пропозиція щодо надання (отримання) коштів, майна, послуг, пільг чи будь-яких інших благ матеріального або нематеріального характеру з метою отримання неправомірної переваги в освітньому процесі.



Перевірку на предмет академічного плагіату проходять усі без винятку кваліфікаційні роботи.

Для кваліфікаційних робіт застосовується така шкала оцінки рівня оригінальності тексту залежно від відсоткового показника: високий – понад 80% оригінального тексту; задовільний 60-80%; низький 40% - 60%; неприйнятний менше 40% оригінального тексту.

Отриманий в результаті перевірки звіт про виявлення і відсоток збігів/ідентичності/схожості, не може бути сам по собі підставою для встановлення рецензентом кваліфікаційної роботи факту порушення здобувачем академічної доброчесності. Виявлений відсоток збігів/ідентичності/схожості, як ознака можливого академічного плагіату, рецензент обов'язково фіксує у письмовій рецензії і є підставою для детального розгляду кваліфікаційної роботи на предмет академічного плагіату керівником та випусковою кафедрою.

Виявлені у тексті кваліфікаційної роботи запозичення вважаються правомірними, якщо вони є: власними назвами (індивідуальними найменуваннями окремих об'єктів, у т.ч. найменуваннями установ, назвами праць, які досліджувалися в кваліфікаційній роботі, бібліографічними посиланнями на джерела та ін.), належним чином оформлені цитування, самоцитування (фрагментами тексту, що належать автору кваліфікаційної роботи, опубліковані або оприлюднені в електронній формі ним у інших творах), складають менше 10 слів поспіль. За об'єктивність остаточного висновку про відсутність або наявність академічного плагіату у

кваліфікаційній роботі відповідальність несуть керівник кваліфікаційної роботи і завідувач випускової кафедри.

Кваліфікаційна робота, яка має високий або задовільний рівень оригінальності тексту рекомендується керівником до захисту.

Кваліфікаційна робота, яка має неприйнятний, низький, в окремих випадках, задовільний рівень оригінальності тексту повертається за рішенням керівника та/або рішенням випускової кафедри здобувачу вищої освіти на доопрацювання на термін не більше 5 календарних днів, після чого відправляється на повторну перевірку.

Кваліфікаційна робота з виявленим і не усунутим академічним плагіатом до захисту не допускаються. Рішення про відмову у прийнятті до захисту кваліфікаційної роботи з виявленим і не усунутим академічним плагіатом, приймає на своєму засіданні кафедра, за вмотивованим письмовим поданням керівника.

Питання про відмову у прийнятті кваліфікаційної роботи до захисту розглядається на засіданні кафедри у присутності здобувача і фіксується у протоколі засідання кафедри. У випадку неможливості або відмови здобувача у присутності на відповідному засіданні кафедри чи на його вимогу, йому видається виписка з протоколу засідання кафедри за підписом завідувача кафедри.

У разі якщо здобувач не згоден з рішенням кафедри про відмову у прийнятті до захисту кваліфікаційної роботи через виявлений і не усунутий академічний плагіат, він має право апелювати до Комісії НУФВСУ з академічного плагіату.

Якщо здобувача не задовольняє рішення зазначеної Комісії НУФВСУ, він має право на подальші дії, передбачені чинним законодавством України. Здобувач, який отримав остаточну відмову у прийнятті до захисту кваліфікаційної роботи, до проходження атестації у поточному навчальному році не допускається.

ПОРЯДОК ДОПУСКУ ДО ЗАХИСТУ

Кожен здобувач вищої освіти зобов'язаний пройти попередній захист кваліфікаційної роботи. Попередній захист проходить на кафедрі медичної біології та спортивної дієтології спільно зі здобувачами за 3–4 тижні до основного захисту.

При отриманні позитивного висновку про відсутність неправомірних запозичень у роботі (робота визнана оригінальною), протокол контролю оригінальності кваліфікаційної роботи надається завідувачу кафедри для проведення попереднього захисту кваліфікаційної роботи. Якщо за результатами перевірки кваліфікаційна робота оцінюється як задовільно оригінальна, умовно оригінальна або неоригінальна, то завідувач кафедри (або призначений ним фахівець з теми кваліфікаційної роботи) разом із науковим керівником роботи мають проаналізувати Повний Звіт подібності роботи.

Попередній захист проходить на розширеному засіданні кафедри, після перевірки роботи на наявність запозичень з інших документів й отримання позитивного Висновку про відсутність неправомірних запозичень у роботі. Кафедра приймає остаточне рішення щодо допуску кваліфікаційної роботи до захисту.

ЗАХИСТ КВАЛІФІКАЦІЙНИХ РОБІТ

Захист випускних кваліфікаційних робіт проводиться на відкритих засіданнях Атестаційної комісії (АК). В АК випускник подає наступні матеріали:

- випускню кваліфікаційну роботу (в електронному вигляді);
- ілюстративні матеріали (презентації в Microsoft Power Point і роздатковий матеріал);
- електронну копію роботи у форматі pdf з типовою назвою файлу: Kovalenko_diplom_19.11.25.pdf;
- характеристика керівника кваліфікаційної роботи;
- письмову зовнішню рецензію на кваліфікаційну роботу;

– фотокопію опублікованої статті та/або тези конференції з тематики роботи з вихідними даними (за наявності).

До Атестаційної комісії можуть подаватися також інші матеріали, що характеризують освітню та професійну компетентність випускника, наукову та практичну цінність виконаної ним роботи: друквані статті, документи на право інтелектуальної власності, акти про практичне впровадження результатів дипломного проектування, зразки матеріалів, макети, вироби, оригінальні математичні моделі та програми тощо.

Захист випускних кваліфікаційних робіт проходить у наступному порядку:

– інформація завідувача кафедри про виконання випускником навчального плану;

– доповідь випускника тривалістю 8 хвилин;

– відповіді на питання членів АК і присутніх на захисті;

Доповідь структурно складається з трьох частин:

– вступ – 1-2 хвилини (короткий зміст вступу до роботи – обґрунтування вибору теми, мета, задачі, методика дослідження тощо);

– інформація про виконану роботу – 3-4 хвилини (попередньо за розділами основної частини – що автором самостійно здійснено, проаналізовано, розраховано тощо);

– повний виклад результатів дослідження, які є предметом захисту,

– 2-3 хвилини (висновки роботи).

Графічний матеріал, за рішенням випускової кафедри, виконується у вигляді слайдової презентації в Microsoft Power Point (10-15 слайдів). Мінімальний шрифт – 20. На слайдах надається здебільшого графічний, схематичний, табличний матеріал. На нього випускник посилається під час доповіді. Скопійований з роботи текст і поданий на слайдах не є презентацією.

Захист кваліфікаційної роботи має характер наукової дискусії і проходить в атмосфері взаємної поваги, високої вимогливості та

принциповості, дотримання наукової етики. При цьому випускнику рекомендується в доповіді (як і в тексті роботи) уникати слів «я», «мною». Слід використовувати вирази «нами отримано», «в ході дослідження ми» тощо.

Наприкінці доповіді випускник повідомляє про її закінчення словами «Доповідь закінчено, дякую за увагу».

Оцінювання результатів захисту кваліфікаційних робіт здійснюється у порядку, передбаченому прийнятою в університеті системою контролю знань за національною шкалою та 100-бальною шкалою ЄКТС. Випускнику кваліфікаційну роботу оцінюють на закритому засіданні АК. При оцінюванні роботи членами АК враховується глибина опрацювання і розкриття теми, ступінь використання джерел, вміння аналізувати зібраний матеріал, грамотність і стиль викладу, якість технічного оформлення роботи, якість доповіді студента і відповідей на запитання та критичні зауваження.

При визначенні оцінки кваліфікаційної роботи береться до уваги рівень теоретичної, наукової та практичної підготовки студента. Повторний захист кваліфікаційної роботи з метою підвищення оцінки не дозволяється. Результат захисту оголошується того ж дня після оформлення протоколу засідання ЕК. Рішення про оцінку випускної кваліфікаційної роботи, а також про присвоєння випускнику відповідної кваліфікації і видачу диплома приймається ЕК. Випускник, не допущений до захисту або такий, що отримав незадовільну оцінку, відраховується з університету. У випадку, коли захист кваліфікаційної роботи визнається незадовільним, Екзаменаційна комісія встановлює, чи може здобувач вищої освіти подати на повторний захист ту саму роботу з доопрацюванням, чи він зобов'язаний опрацювати нову тему, визначену відповідною кафедрою, при повторній атестації. Рішення Екзаменаційної комісії зазначається у протоколі.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Індивідуальний план виконання кваліфікаційної роботи

Кафедра медичної біології та спортивної дієтології

Тема роботи: _____

Виконавець: _____

Керівник: _____

Початок роботи _____

Кінець роботи _____

| № з/п | Зміст роботи | Строки виконання | Відмітка про виконання |
|-------|--|------------------|------------------------|
| 1. | Вибір і обґрунтування теми | | |
| 2. | Вивчення літератури з теми | | |
| 3. | Визначення завдань та методів дослідження | | |
| 4. | Оволодіння методикою дослідження | | |
| 5. | Організація і проведення досліджень | | |
| 6. | Опрацювання й аналіз даних, отриманих у дослідженнях | | |
| 7. | Написання і подання на кафедру результатів роботи у вигляді розділів: а) вступ і огляд літератури; б) організація і методика дослідження; в) результати дослідження разом з висновками і практичними рекомендаціями, списком літератури і додатками | | |
| 8. | Оформлення роботи | | |
| 9. | Подання роботи на кафедру для отримання дозволу на захист | | |
| 10. | Написання доповіді і підготовка ілюстрацій до захисту | | |

Підписи:

Здобувач вищої освіти _____

(прізвище, ініціали)

Керівник _____

(прізвище, ініціали)

ДОДАТОК Б***Оформлення титульного аркуша*****Національний університет фізичного виховання і спорту України****Навчально-науковий інститут здоров'я, реабілітації та фізичного
виховання****Кафедра медичної біології та спортивної дієтології**

Кваліфікаційна робота

на здобуття освітнього ступеня магістра

за спеціальністю 091 Біологія та біохімія

освітньою програмою «Фізіологія рухової активності» / «Спортивна
дієтологія»

на тему: «_____»

Здобувач вищої освіти
другого (магістерського) рівня

_____ (прізвище, ім'я, по батькові)

Науковий керівник: _____

(прізвище, ініціали)

_____ (науковий ступінь, вчене звання)

Рецензент: _____

(прізвище, ініціали)

_____ (науковий ступінь, вчене звання)

Рекомендовано до захисту на засіданні
кафедри (протокол №__ від ____ 20__ р.)

Завідувач кафедри: _____

(прізвище, ініціали)

_____ (науковий ступінь, вчене звання)

_____ (підпис)

Київ – 2025

ДОДАТОК В

Приклад переліку умовних позначень

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

МОЗ – Міністерство охорони здоров'я

ВООЗ – Всесвітня організація охорони здоров'я

АДА – Американська дієтологічна асоціація

ЦД – цукровий діабет

ЦД 1 – цукровий діабет 1-го типу

ЦД 2 – цукровий діабет 2-го типу

ГЦД – Гестаційний цукровий діабет

IADPSG – офіційні критерії діагностики цукрового діабету, нормоглікемія і самоконтроль глікемії

ІМТ – Індекс маси тіла

ГІ – глікемічний індекс

ГН – глікемічне навантаження

РКД – рандомізоване контрольоване дослідження

DASH – дієта при гіпертонії

NICE – The National Institute for Health and Care Excellence (Національний інститут здоров'я та догляду)

ІОМ – Institute of Medicine (Інститут медицини)

FDA – Food and Drug Administration (Управління контролю якості харчових продуктів та лікарських засобів)

КБЖВ – аббревіатура, що означає калорійність, білки, жири та вуглеводи

ДОДАТОК Г

Приклад оформлення змісту

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ..... | 4 |
| ВСТУП..... | 5 |
| РОЗДІЛ 1. ФІЗІОЛОГІЧНА СУТЬ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ТА РЕГІОНАЛЬНОЇ ГЕМОДИНАМІКИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ТЕРМІНОВОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРИФЕРІЙНОГО КРОВООБІГУ ПРИ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕННЯХ | 9 |
| 1.1. Судинна система: принципи функціональної організації та механізми її реалізації | 9 |
| 1.1.1. Механізми реалізації функціональної організації серцево-судинної системи | 9 |
| 1.1.2. Особливості організації органного кровообігу | 12 |
| 1.1.3. Принцип централізації кровообігу | 14 |
| 1.2. Адаптація серцево-судинної системи до м'язової діяльності | 15 |

| | |
|---|-----------|
| | |
| 1.3. Регіональна гемодинаміка у спортсменів різних видів спорту та особливості її адаптації | 16 |
| Висновки до 1 розділу..... | 24 |
| РОЗДІЛ 2. МАТЕРІАЛ ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦЕНТРАЛЬНОЇ ТА РЕГІОНАЛЬНОЇ ГЕМОДИНАМІКИ | 25 |
| 2.1. Матеріал та методи дослідження | 25 |
| 2.2. Організація дослідження | 27 |
| РОЗДІЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ | 31 |
| 3.1. Загальні поняття щодо проведення дослідження..... | 31 |
| 3.2. Результати дослідження стану центральної гемодинаміки з використанням тесту Мартіне Кушелєвського у період раннього відновлення..... | 36 |
| 3.3. Результати дослідження стану центральної гемодинаміки при статичному навантаженні у період раннього відновлення..... | 43 |
| 3.4. Постановка методики одночасного вивчення центральної та периферійної гемодинаміки | 55 |
| Висновки до 3 розділу..... | 64 |
| ВИСНОВКИ..... | 65 |
| ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ | 67 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ..... | 68 |
| ДОДАТКИ | 78 |

ДОДАТОК Д***Приклад оформлення назв та тексту розділів і підрозділів*****РОЗДІЛ 1****АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ВІКОВИХ ЗМІН СКЕЛЕТНИХ М'ЯЗІВ У
ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО І СТАРЕЧОГО ВІКУ****1.1. Особливості вікових змін м'язової системи**

З віком в організмі людини відбуваються численні зміни, які зачіпають різні системи, зокрема і м'язову систему. Основною характеристикою старіння м'язової системи є поступова втрата м'язової маси та сили, що призводить до зниження фізичної активності, функціональних можливостей і якості життя. Зміни у м'язовій системі з віком є багатofакторними та відбуваються на рівні як структурної організації м'язів, так і їхньої функціональної здатності. Одним із ключових процесів є зменшення

кількості м'язових волокон, їх атрофія та поступова заміна м'язової тканини на сполучну і жирову тканину, що є типовими проявами саркопенії [3; 4].

АБО

Здібності дітей до освоєння техніки рухів настільки важливі, що багато рухових вмінь формуються у дитини самостійно та без спеціального інструктажу [15, с. 14-16].

.....

Висновки до розділу 1

ДОДАТОК Е

Приклад посилання на таблицю та оформлення таблиці

... Діагностичні критерії, прийняті МОЗ України, ВООЗ та ADA (таблиця 1.1) для показників визначення порушень вуглеводного обміну майже однакові і суттєво не відрізняються.

Таблиця 1.1 – Порівняння показників визначення порушень вуглеводного обміну згідно рекомендацій МОЗ України, ВООЗ та ADA [2; 6; 7]

| Діагноз/біохімічний аналіз | МОЗ України | ВООЗ | ADA |
|---|--------------|--------------|--------------|
| Діабет | | | |
| Глікований гемоглобін (A1c) | ≥6.5% | ≥6.5% | ≥6.5% |
| Глюкоза плазми натще | ≥7.0 ммоль/л | ≥7.0 моль/л | ≥7.0 моль/л |
| Глюкоза плазми через 2 год після навантаження | ≥11.1 моль/л | ≥11.1 моль/л | ≥11.1 моль/л |

Таблиця 3.3 – ІМТ осіб 4-ох досліджуваних груп до і після фізичного навантаження

| Група | ІМТ до фізичного навантаження | ІМТ після фізичного навантаження |
|------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 1-ша група | 23,8 ± 0,1 | 23,6 ± 0,1 |
| 2-а група | 23,0 ± 0,1 | 22,8 ± 0,2 |
| 3-тя група | 22,7 ± 0,08 | 22,5 ± 0,1 |
| 4-а група | 22,0 ± 0,09* | 22,1 ± 0,08 * |

Примітка. * – статистично вірогідно ($p < 0,05$) порівняно зі значенням контролю.

Таблиця 3.7 – Показники центральної гемодинаміки до і після виконання дозованого статичного фізичного навантаження (в період раннього відновлення)

| Показник | До виконання навантаження | | 1 хв після виконання навантаження | | 2 хв після виконання навантаження | | 3 хв після виконання навантаження | |
|-----------------------------|---------------------------|-----------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| | група 1 контроль | група 2 основна | група 1 контроль | група 2 основна | група 1 контроль | група 2 основна | група 1 контроль | група 2 основна |
| ЧСС, уд/с | 72±3,3 | 73±3,2 | 74±2,3 | 81±2,2 | 72±3,1 | 78±3,2 | 73±2,2 | 83±1,2* ⁺ |
| УО, мл | 81±2,1 | 79±3,2 | 79±1,6 | 76±3,3 | 78±3,4 | 75±1,9 | 78±1,1 | 68±3,1* ⁺ |
| ХОК, л/хв | 5,67±0,1 | 5,67±0,2 | 5,68±0,1 | 5,97±0,2 | 5,61±0,2 | 5,83±0,2 | 5,65±0,2 | 5,62±0,2 |
| ЗПОС, дін*с/см ⁵ | 1290±14 | 1284±12 | 1305±15 | 1328±11* | 1303±12 | 1345±10* ⁺ | 1297±12 | 1371±10* ⁺ |
| САТ, мм рт. ст. | 126±3,9 | 127±3,8 | 127±4,0 | 144±3,3* ⁺ | 127±3,9 | 135±2,9* | 127±3,1 | 131±2,2 |
| ДАТ, мм рт. ст. | 81±1,9 | 81±1,2 | 79±2,5 | 79±2,4 | 80±2,3 | 80±2,0 | 80±1,4 | 79±2,2 |
| ПАТ, мм рт. ст. | 45±3,9 | 46±2,3 | 48±2,6 | 65±1,1* ⁺ | 47±3,2 | 55±2,3 | 47±3,0 | 52±3,4 |

| | | | | | | | | |
|---------------------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|
| СДАТ, мм рт. ст. | 95±2,4 | 96±2,2 | 96±1,1 | 101±3,3 | 96±2,7 | 97±1,2 | 95±3,3 | 96±3,7 |
|---------------------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|

Примітка 1. * – різниця статистично значуща порівняно зі станом до навантаження ($p < 0,05$);

Примітка 2. + – різниця статистично значуща порівняно з контрольною групою ($p < 0,05$).

ДОДАТОК Ж

Приклад посилання на таблицю та оформлення рисунків

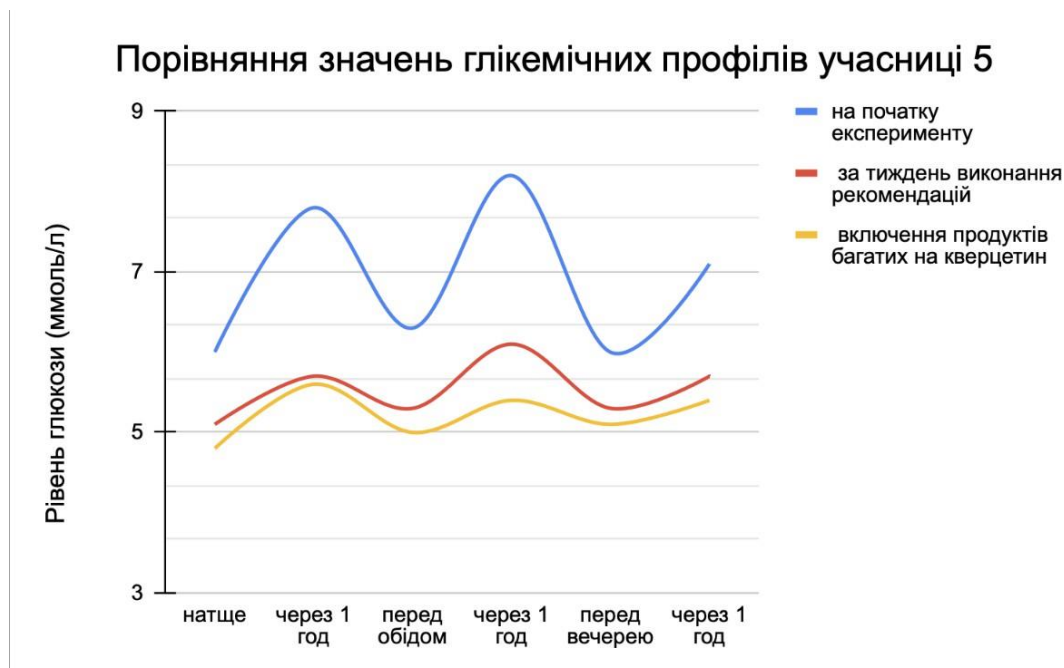


Рисунок 3.5 – Динаміка глікемічного профілю у відповідь на корекцію харчування та споживання продуктів, багатих на кверцетин жінок з ГЦД

(учасниці 5 – Н.Ч.).

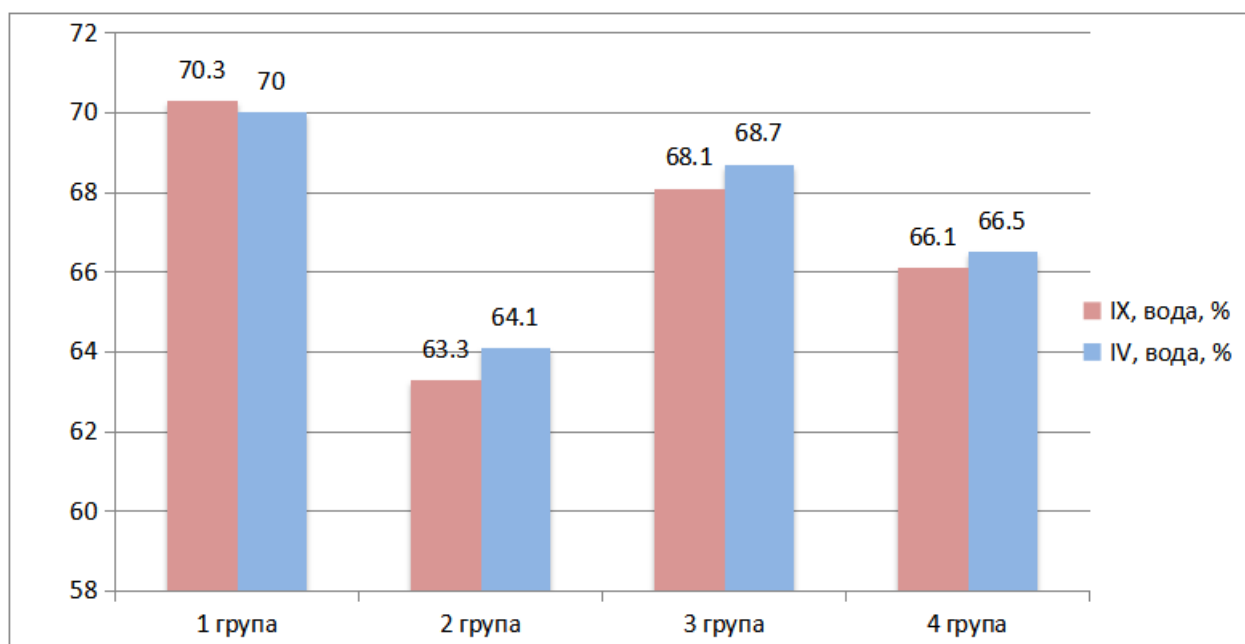


Рисунок 3.10 – Вміст води (у %) (на осі ординат) у тілі спортсменів 4-ох досліджуваних груп у вересні 202_р. та у червні 202_р.

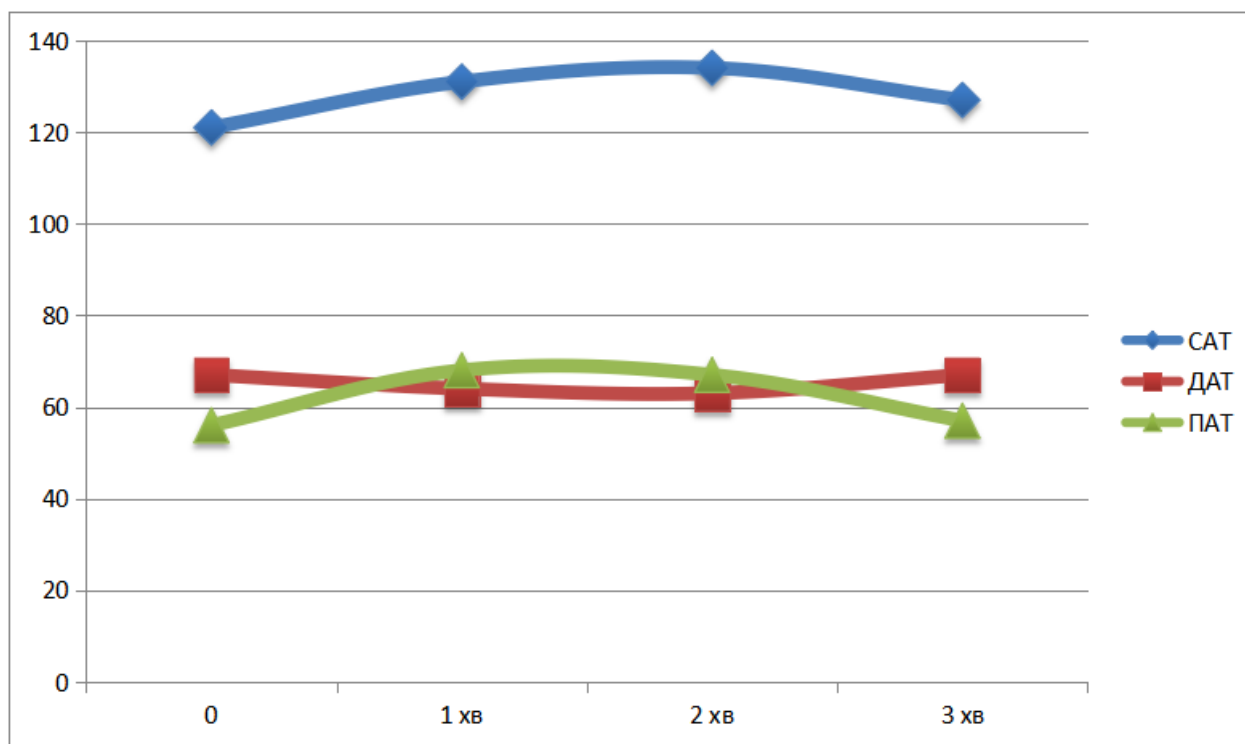


Рисунок 3.12 – Показники САТ, ДАТ, ПАТ (мм рт.ст.) до і після виконання проби Мартіне-Кушелєвського: 0 – до навантаження, 1, 2, 3 – хвилини після закінчення навантаження.

ДОДАТОК 3

Приклад оформлення списку використаних джерел

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Накази МОЗ. URL : <https://moz.gov.ua/uk/nakazi-moz> (дата звернення: 09.12.2024)
2. Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 15.12.2016 № 4665. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80-96-%D0%BF#Text>(дата звернення: 10.05.2023)
3. Основи харчування : підручник / за рец. : А. Н. Дзюба, М. П. Гребняк. Ужгород : Говерла, 2019. 252 с.

4. Бондаренко І. Г. Практикум з веслування : навч. посіб. / І. Г. Бондаренко, О. В. Бондаренко. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2021. 136 с.
5. Бабак С.В. Антропологія : навч. посіб. К.: НУОУ, 2021. 224 с.
6. Лук'янцева Г., Ільїн В., Дроздовська С., Гончаренко І., Пастухова В. Особливості нейро-гуморальної регуляції скоротливої активності гладком'язової тканини товстої кишки. Вісник Черкаського університету. 2024. № 2. С. 69–82. DOI: 10.31651/2076-5835-2018-1-2024-2-69-82
7. Assis B.S., Jairza J.M.B., Lopes J.A. Micronutrient intake in elderly living in nursing homes. Nutr Hosp. 2018. 35(1). P. 59–64. DOI: 10.20960/nh.1348.
8. Yiallouris A., Filippou C., Themistocleous SC., Menelaou K., Kalodimou V., Michaeloudes C. et al. Aging of the adrenal gland and its impact on the stress response. Vitamins and Hormones. 2024. 124. P. 341–366. DOI: 10.1016/bs.vh.2023.12.004
9. Тенденції, проблеми та виклики сучасної фізіології рухової активності та фізкультурно-спортивної реабілітації: матеріали міжн. наук.-практичної конф. Черкаси-Київ, 27-28 листопада 2024 р., Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького. Черкаси, 2024. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Київ, 2024. 194 с.
10. Карнаух Т.В. Вплив дихальних практик на мозкову діяльність. молоді та дорослого населення в сучасному світі : матеріали IV Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції. Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі; 2023 Бер 16: Умань : ВПЦ «Візаві»; 2023, с. 169–170.

ДОДАТОК К**Приклад анкети****Голландський опитувач для визначення харчової поведінки**

| Запитання | Ніколи | Рідко | Інколи | Часто | Дуже часто |
|---|---------------|--------------|---------------|--------------|-------------------|
| 1. Якщо Ваша вага починає наростати, чи їсте Ви менше звичайного? | | | | | |
| 2. Чи намагаєтеся Ви їсти менше, ніж Вам хотілося б, під час звичайного прийому їжі (сніданок, обід, вечеря)? | | | | | |
| 3. Чи часто Ви відмовляєтеся від їжі й питва через те, що турбуєтеся про Вашу вагу? | | | | | |
| 4. Чи акуратно Ви контролюєте кількість з'їденого? | | | | | |
| 5. Чи вибираєте Ви їжу навмисно, щоб схуднути? | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| 6. Якщо Ви переїли, чи будете Ви наступного дня їсти? | | | | | |
| 7. Чи намагаєтеся Ви їсти менше, щоб не погладшати? | | | | | |
| 8. Чи часто Ви намагаєтеся не їсти між звичайними прийомами їжі через те, що стежите за своєю вагою? | | | | | |
| 9. Чи часто Ви намагаєтеся не їсти вечорами, тому що стежите за своєю вагою? | | | | | |
| 10. Чи має значення Ваша вага, коли Ви будь-що їсте? | | | | | |
| 11. Чи виникає у Вас бажання їсти, коли Ви роздратовані? | | | | | |
| 12. Чи виникає у Вас бажання їсти, коли Вам нема чого робити? | | | | | |
| 13. Чи виникає у Вас бажання їсти, коли Ви подавлені або збентежені? | | | | | |
| 14. Чи виникає у Вас бажання їсти, коли Вам самотньо? | | | | | |
| 15. Чи виникає у Вас бажання їсти, коли Вас хтось підводить? | | | | | |

Література

1. Вимоги до оформлення дисертацій здобувачів ступеня доктора філософії в Національному університеті фізичного виховання і спорту України : науковий довідник [Електронний ресурс] / О. В. Борисова та ін. Київ : НУФВСУ, 2023. 47 с. URL: [vymogy_do_oforml._dys._nauk._dovidnyk_31_05_23.pdf](https://uni-sport.edu.ua/vymogy_do_oforml._dys._nauk._dovidnyk_31_05_23.pdf) (uni-sport.edu.ua)

2. Корнєщук В.В. Методичні рекомендації до написання випускної кваліфікаційної роботи магістра. 2-ге вид. Одеса: ФОП Бондаренко М. О., 2018. 41 с.

3. Курко М. Н., Бідзюра І. П., Мєлков Ю. О., Грабовенко Н. В. Методичні рекомендації щодо виконання кваліфікаційної (магістерської) роботи. Київ : МАУП, 2018. 38 с.

4. Методичні рекомендації для закладів вищої освіти з підтримки принципів академічної доброчесності. URL: https://snau.edu.ua/wpcontent/uploads/2020/02/Methods_2019-Final.pdf

5. Про затвердження Вимог до оформлення дисертації. Наказ Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017. № 40. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0155-1>

6. Про перевірку кваліфікаційних робіт здобувачів вищої освіти ступенів бакалавра та магістра на предмет академічного плагіату. НУФВСУ. Положення № 79- заг. від 5 березня 2021 року. URL: https://unisport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/nakaz_polozhennya_plagiat.pdf

7. Фалюта А. В. Методичні рекомендації до написання магістерської (кваліфікаційної) роботи. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2021. 36 с.