НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

Кафедра української та іноземних мов

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ З УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ ДЛЯ ІНОЗЕМНИХ АСПІРАНТІВ

(на матеріалі загальнонаукової та спеціальної лексики)



**Київ – 2022**

Бардіна Л.М., Шепелюк В.Л. Навчальні матеріали з української мови для іноземних аспірантів (на матеріалі загальнонаукової та спеціальної лексики).

К.: НУФВСУ, 2022. – с.120.

**Передмова**

Запропоновані навчальні матеріали призначені для іноземних аспірантів, які мають мовну підготовку в обсязі підготовчого курсу. Мета їх - активізація засвоєння загальнонаукової лексики і структурних особливостей наукового стилю мови й, насамперед, стандартних конструкцій; вироблення в аспірантів мовленнєвої готовності до створення мовних текстів, близьких або адекватних реальним комунікативним потребам цього контингенту.

Починаючи роботу над темою наукового дослідження, аспірант, як правило, звертається до літератури, що висвітлює дане питання, складає бібліографію, вивчає та реферує її.

Це й визначило тематику матеріалів. Кожна тема навчальних матеріалів складається з двох частин.

Робота в першій частині припускає самостійне читання зі словником. Навчальний матеріал формується за принципом від простого до складного: від слова до словосполучення, потім до конструкції й, нарешті, до речень. Принцип організації матеріалу - ситуативно-тематичний. Ситуація позначається заголовним словом-іменником, яке входить як обов'язковий компонент у словосполучення, конструкції та приклади, що їх ілюструють.

Приклади взяті з навчальної й наукової літератури. Навчальні тексти адаптовані автором.

Повнота подання лексичного і текстового матеріалу залежить від теми-ситуації. Переважають завдання на спостереження явища на рівні слова, словосполучення, конструкції, фрази, тексту. Форма подачі мовного матеріалу у вигляді значимих одиниць мови - словосполучень і конструкцій із вказівкою відмінкового керування, а також ілюстрація вживання цих словосполучень і конструкцій у науковому стилі мови прикладами зі спеціальної літератури дають можливість аспірантам самостійно конструювати речення. Спостереження й аналіз досліджуваного матеріалу у зв'язному науковому тексті допомагають продукувати власне монологічне висловлювання на аналогічну тему.

Матеріал другої частини призначений для роботи з аудіювання. Він є свого роду повторювально-корегувальним фонетичним і граматичним курсом, що забезпечує навички читання, аудіювання, говоріння і письма.

У комплексі дані навчальні матеріали забезпечують вироблення навичок читання спеціальної літератури зі словником, розуміння наукового тексту, створення монологічного висловлювання на теми за фахом і припускають самостійну форму роботи з подальшим контролем викладача.

**Частина І**

**УНІВЕРСИТЕТ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

національний

київський

спортивний університет

медичний

педагогічний

відомий

державний

науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту

інститут наукової інформації

академія фізичної культури

навчальний

науковий центр

спортивний

оздоровчий

підвищення кваліфікації та післядипломної освіти

центр олімпійських досліджень і олімпійської освіти

спортивної травматології

ректор

проректор

декан університету

викладач

працівник

корпус

деканат

кабінет

аудиторія

лабораторія

спортивна зала університету

басейн

їдальня

актова зала

канцелярія

гуртожиток

навчатися

працювати

проходити практику де? в університеті

проходити стажування

захищатися

вступати (вступити) куди? до університету

до магістратури

до аспірантури

закінчувати (закінчити) що? університет

магістратуру

аспірантуру

керувати чим? університетом

кафедрою

лабораторією

співпрацювати з чим? з університетом

з кафедрою

з лабораторією

знайомитися (познайомитися) з чим? з роботою університету

виконувати наукову роботу де? в університеті

університет має що? філію

лабораторію

аспірантуру

бібліотеку

видавництво

відділ

гуртожиток

університет знаходиться де? у Києві

розташований де? на вулиці

університет заснували у ………. році

створили за ініціативою кого?

університет є науковим центром чого?

займається дослідженнями питань чого?

координує роботу кого?

працює у взаємодії з ким?

підтримує контакти з ким?

обмінюється досвідом роботи з ким?

**Завдання 2.** Прочитайте текст «Національний університет фізичного виховання і спорту України». Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

**Національний університет фізичного виховання і спорту України**

Національний університет фізичного виховання і спорту України (НУФВСУ) **заснували у 1930 році за ініціативою уряду** України. Він **знаходиться у Києві на вулиці Фізкультури, 1.**

Університет – широко відомий сучасний, добре розвинений провідний **навчальний**, **науковий та спортивний центр.** В університеті **є такі факультети**: факультет здоров’я, фізичного виховання та туризму; факультет спорту та менеджменту; тренерський факультет; факультет заочного навчання. До його структури також входять Центр підвищення кваліфікації та післядипломної освіти, аспірантура і докторантура.

Університет **працює у тісній взаємодії** з науково-дослідним інститутом НУФВСУ, постійно **підтримує контакти** **зі** Львівським державним університетом фізичної культури, Дніпровським державним інститутом фізичної культури і спорту, Харківською державною академією фізичної культури, **обмінюється досвідом роботи** зі спортивними вищими навчальними закладами інших держав.

Університет **є** **науковим центром** розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Він **займається дослідженням питань** удосконалення навчально-тренувального процесу, підготовки спортсменів високого класу.

У складі університету **функціонують добре оснащений найсучаснішими тренажерами та іншим обладнанням** навчально-оздоровчий комплекс «Олімпійський стиль», а також центр спортивної травматології.

Щорічно в університеті **навчаються та проходять стажування** як українські, так і молоді фахівці з різних країн світу.

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу, що узгоджене означення, як правило, стоїть перед пояснювальним словом, а інтонаційний центр знаходиться на першому слові:

київський університет

національний університет

спортивний університет

медичний університет

педагогічний університет

відомий університет

державний інститут

науково-дослідний інститут

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу, що неузгоджене означення, як правило, стоїть після пояснювального слова, а інтонаційний центр знаходиться на другій частині словосполучення:

інститут фізичної культури

інститут наукової інформації

центр підвищення кваліфікації

центр післядипломної освіти

центр олімпійських досліджень

центр олімпійської освіти

центр спортивної травматології

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

наука – науковий

кабінет – кабінетний

аудиторія – аудиторний

кафедра – кафедральний

ректор – ректорський

педагог – педагогічний

викладач – викладацький

лабораторія – лаборант – лабораторний

бібліотека – бібліотекар – бібліотечний

медицина – медик – медичний

спорт – спортсмен – спортивний

практика – практикант – практичний

викладати – викладач – викладацький

тренувати – тренер – тренерський

досліджувати – дослідник – дослідницький

**Завдання 4**. Слухайте, повторюйте. Стежте за тим, що прийменники з наступним словом вимовляються разом:

знаходиться у Києві

розташований на вулиці

взаємодіяти з інститутом

співпрацювати з університетом

навчатися та працювати в університеті

проходити практику в університеті

проходити стажування в університеті

вступати до аспірантури університету

ознайомитися з роботою університету

виконувати наукову роботу в університеті

**Завдання 5.** Слухайте речення та в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією та їх поділом на синтагми.

Університет заснували у 1930 році / за ініціативою уряду.

Він знаходиться у Києві/на вулиці Фізкультури, / 1.

Університет є науковим центром розвитку/фізичної культури і спорту в Україні.

Щорічно / в університеті навчаються та проходять стажування / як українські, / так і молоді фахівці з різних країн світу.

**Завдання 6.** Слухайте. Стежте за перелічувальною інтонацією у реченнях, до яких увійшли однорідні члени речення.

Університет – широко відомий сучасний, добре розвинений провідний навчальний, науковий та спортивний центр. В університеті є такі факультети: факультет здоров’я, фізичного виховання та туризму; факультет спорту та менеджменту; тренерський факультет; факультет заочного навчання.

Університет працює у тісній взаємодії з науково-дослідним інститутом НУФВСУ, постійно підтримує контакти зі Львівським державним університетом фізичної культури, Дніпровським державним інститутом фізичної культури і спорту, Харківською державною академією фізичної культури, обмінюється досвідом роботи зі спортивними вищими навчальними закладами інших держав.

Університет займається дослідженням питань удосконалення навчально-тренувального процесу, підготовки спортсменів високого класу.

При університеті функціонують добре оснащений найсучаснішими тренажерами та іншим обладнанням навчально-оздоровчий комплекс «Олімпійський стиль», а також центр спортивної травматології.

**Завдання 7.** Прослухайте текст «Національний університет фізичного виховання і спорту України». Дайте письмові відповіді на запитання. Перевірте себе за текстом.

1. Коли і за ініціативою кого заснували Національний університет фізичного виховання і спорту України?
2. Де він знаходиться?
3. Яким центром є університет?
4. Які факультети є в університеті?
5. Що входить до структури університету?
6. Яке місце посідає університет серед спортивних вищих закладів України та інших держав?
7. Яку роль відіграє університет у розвитку фізичної культури і спорту в Україні?
8. Що функціонує у складі університету?
9. Хто навчається та проходить стажування в університеті?

**Завдання 8.** Розкажіть про свій університет (інститут, кафедру), використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**ЛАБОРАТОРІЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

навчальна

експериментальна лабораторія

науково-дослідна

лабораторія олімпійської освіти

лабораторія теорії і методики спортивної підготовки та резервних можливостей спортсменів

лабораторія стимуляції працездатності та адаптаційних реакцій у спорті вищих досягнень

лабораторія біохімічних технологій у фізичному вихованні та олімпійському спорті

лабораторія теоретико-методичних основ фізичного виховання школярів і молоді

лабораторія оснащена новітньою апаратурою (технікою)

лабораторія обладнана новітньою апаратурою (технікою)

лабораторія має у своєму розпорядженні

різноманітну сучасну дослідницьку

та діагностичну апаратуру та обладнання

керувати чим? лабораторією

обладнати лабораторію чим? новою технікою

знайомитися/ознайомитися із чим? обладнанням лабораторії

працювати

вести дослідження де? у лабораторії

ставити досліди

проводити експерименти

вивченням

аналізом

розробкою

лабораторія займається чим? визначенням чого?

дослідженням

питаннями

аналіз

розробку

лабораторія проводить що? випробування чого?

виміри

дослідження

авторський

педагогічний

попередній експеримент

основний

констатувальний

формувальний

**Завдання 2.** Прочитайте текст «Лабораторія». Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

**Лабораторія**

Науково-дослідний інститут (НДІ) **є складовою** Національного університету фізичного виховання і спорту України, тому **працює у тісній взаємодії** з кафедрами та іншими структурними підрозділами.

У НДІ **функціонують** **п’ять науково-дослідних лабораторій**, які **очолюють досвідчені фахівці** університету: лабораторія олімпійської освіти; лабораторія теорії і методики спортивної підготовки та резервних можливостей спортсменів; лабораторія стимуляції працездатності та адаптаційних реакцій у спорті вищих досягнень; лабораторія біохімічних технологій у фізичному вихованні та олімпійському спорті; лабораторія теоретико-методичних основ фізичного виховання школярів і молоді.

**Лабораторія олімпійської освіти займається** формуванням науково-методичних і організаційних засад розвитку олімпійської освіти в Україні.

**Лабораторія теорії і методики спортивної підготовки та резервних можливостей спортсменів здійснює** науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з різних видів спорту до Олімпійських ігор та чемпіонатів світу і Європи.

**Лабораторія стимуляції працездатності та адаптаційних реакцій у спорті вищих досягнень займається** проблемами організації медико-біологічного забезпечення підготовки спортсменів на різних її етапах, фармакологічного забезпечення тренувального і загального процесу, спортивного харчування, психологічної підготовки спортсменів тощо.

**Лабораторія біохімічних технологій у фізичному вихованні та олімпійському спорті займається** оптимізацією управління процесом удосконалення технічної майстерності висококваліфікованих спортсменів та удосконаленням рухової функції людини у процесі фізичного виховання.

**Лабораторія теоретико-методичних основ фізичного виховання школярів і молоді займається** питанням визначення програмно-нормативних засад фізичного виховання молоді.

Аднан – **аспірант кафедри плавання.**

**Попередній експеримент** він **провів** на базі університету серед студентів І-ІV курсів та в дитячо-юнацькій спортивній школі (ДЮСШ) серед учнів старших класів. Він **дослідив показники** функціонального стану, фізичну підготовку, психічні якості та мотиваційні чинники.

Основний експеримент складається з констатувального та формувального.

**Констатувальний експеримент Аднан провів на базі лабораторії** теорії і методики спортивної підготовки та резервних можливостей спортсмена. **Лабораторія має у своєму розпорядженні** різноманітну сучасну дослідницьку та діагностичну апаратуру й обладнання як вітчизняне, так і зарубіжне.

Потім він **провів формувальний експеримент з метою** оцінки результатів впровадження інноваційних моделей фізичного виховання і ефективності розробленої програми.

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

навчальна лабораторія

хімічна лабораторія

фізична лабораторія

експериментальна лабораторія

науково-дослідна лабораторія

авторський експеримент

педагогічний експеримент

попередній експеримент

основний експеримент

констатувальний експеримент

формувальний експеримент

Зверніть увагу на наявність двох наголосів у складному прикметнику, головний з яких – другий:

науково-дослідний

теоретико-методичний

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу на суфікси прикметників утворених від іменників:

наука – науковий

дослід – дослідний

структура – структурний

резерв – резервний

функція – функціональний

констатація – констатувальний

формування – формувальний

експеримент – експериментальний

адаптація – адаптаційний

мотивація – мотиваційний

інновація – інноваційний

методика – методичний

біомеханіка – біомеханічний

психіка – психічний

діагноз – діагностичний

автор – авторський

дослідник – дослідницький

юнак – юнацький

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу на суфікси іменників, утворених від дієслів:

перевіряти – перевірка

розробляти – розробка

вивчати – вивчення

визначати – визначення

проводити – проведення

досліджувати – дослідження

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Слова і словосполучення вимовляйте разом:

перевіряти дані – перевірка даних

розробляти проблему – розробка проблеми

вивчати літературу – вивчення літератури

визначати тему – визначення теми

досліджувати питання – дослідження питання

аналізувати результати – аналіз результатів

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

лабораторія олімпійської освіти

лабораторія теорії і методики спортивної підготовки та резервних можливостей спортсменів

лабораторія стимуляції працездатності та адаптаційних реакцій у спорті вищих досягнень

лабораторія біохімічних технологій у фізичному вихованні та олімпійському спорті

лабораторія теоретико-методичних основ фізичного виховання школярів і молоді

**Завдання 6.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, поділом їх на синтагми.

Лабораторія олімпійської освіти / займається формуванням науково-методичних / і організаційних засад розвитку / олімпійської освіти в Україні.

Лабораторія теорії і методики спортивної підготовки / та резервних можливостей спортсменів / здійснює науково-методичне забезпечення підготовки / спортсменів збірних команд України / з різних видів спорту до Олімпійських ігор / та чемпіонатів світу і Європи.

Лабораторія стимуляції працездатності та адаптаційних реакцій у спорті вищих досягнень / займається проблемами організації / медико-біологічного забезпечення підготовки спортсменів/на різних її етапах, / фармакологічного забезпечення / тренувального і загального процесу, / спортивного харчування, / психологічної підготовки спортсменів тощо.

Лабораторія біохімічних технологій / у фізичному вихованні та олімпійському спорті / займається оптимізацією управління процесом / удосконалення технічної майстерності висококваліфікованих спортсменів / та удосконаленням рухової функції людини / у процесі фізичного виховання.

Лабораторія теоретико-методичних основ фізичного виховання / школярів і молоді / займається питанням визначення / програмно-нормативних засад / фізичного виховання молоді.

**Завдання 7.** Прослухайте текст «Лабораторія». Розкажіть про лабораторію, в якій проводите експерименти, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**БІБЛІОГРАФІЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

загальна

повна

коротка

наукова

поточна

докладна

предметна бібліографія

алфавітна

галузева

реферативна

тематична

анотована

рекомендаційна

систематична

вичерпна

бібліографія вітчизняних/закордонних/книг

робіт з фізіотерапії

з теми дисертації

з окремих галузей знань

складання чого? бібліографії

уточнення

добирати

складати

наводити що? бібліографію

використовувати

опубліковувати

скласти бібліографію за предметним каталогом

з наукових доробок

наприкінці статті звичайно додається бібліографія

наводиться

у бібліографії зазначені праці відомих учених

основні етапи розвитку науки

видатні доробки вчених

відділ каталогізації

довідково-бібліографічного обслуговування

інформаційно-бібліографічний відділ

бібліографічний список

бібліографічний опис

бібліографічне посилання

список джерел

стаття з наукового збірника

дисертація

автореферат дисертації

електронні ресурси

стандарти Державної атестаційної комісії (ДАК)

рекомендації

**Завдання 2.** Прочитайте текст «Бібліографія». Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

**Бібліографія**

Перед тим, як Ахмед Беншекрі розпочав роботу над дисертацією, науковий керівник запропонував йому **скласти бібліографію наукових доробок за темою дисертації.** Беншекрі звернувся за допомогою до бібліотеки університету. Фахівці бібліотеки **надають консультації щодо оформлення бібліографічних посилань та складання бібліографічних списків.**

Йому порадили **звернутись за консультацією** до відділу каталогізації та інформаційно-бібліографічного відділу. Щоб **зробити реферативні огляди нових надходжень** необхідно звернутись до відділу довідково-бібліографічного обслуговування.

Фахівець бібліотеки пояснив Ахмеду Беншекрі, що **бібліографічний опис здійснюється за стандартами та за рекомендаціями Державної атестаційної комісії (ДАК) України.** В реферативних журналах **бібліографічний опис супроводжується рефератом з окремих галузей знань.** В **анотованій бібліографії** поряд з бібліографічним описом **міститься анотація** для вузьких груп читачів. Тематична бібліографія **надає допомогу у виборі потрібної літератури**, що стосується певної галузі. **Для оформлення бібліографічного опису** у списку використаних джерел повинні бути: книги автора або авторів, дисертації, автореферати дисертацій, електронні ресурси, статті з наукових збірників, тематичні бібліографічні списки тощо.

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

предметний каталог

наукова бібліографія

алфавітна бібліографія

анотована бібліографія

тематична бібліографія

реферативна бібліографія

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

бібліографія вітчизняних книг

бібліографія закордонних книг

бібліографія з теми дисертації

бібліографія робіт з кінезіології

бібліографія наукових доробок

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу на суфікси прикметників, утворених від іменників:

алфавіт – алфавітний

система – системний

предмет – предметний

реферат – реферативний

анотація – анотований

інформація – інформаційний

рекомендація – рекомендаційний

галузь – галузевий

тематика – тематичний

бібліографія – бібліографічний

наука – науковий

довідка – довідковий

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах. Слова в словосполученнях вимовляйте разом:

складати бібліографію – складання бібліографії

уточнювати бібліографію – уточнення бібліографії

опублікувати бібліографію – опублікування бібліографії

добирати бібліографію – добір бібліографії

**Завдання 5.** Слухайте речення та в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією та поділом їх на синтагми.

Наприкінці статті / автор наводить бібліографію робіт ученого.

Наприкінці статті / наводиться бібліографія робіт ученого.

Наприкінці статті / подається бібліографія робіт ученого.

У бібліографії / автор указав основні роботи вченого.

У бібліографії / зазначені основні роботи вченого.

**Завдання 6.** Прослухайте текст «Бібліографія». Розкажіть про виконану вами роботу у відділі каталогізації бібліотеки університету, використовуючи вивчені з теми словосполучення та конструкції.

ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ

І

Завдання 1. Запам’ятайте:

загальний

повний

неповний

короткий огляд

наявний

вичерпний

бібліографічний

нової літератури

огляд останніх робіт кого? в області чого?

сучасних методів чого?

літератури зі спортивних ігор

дати

мати

зробити повний огляд

навести

зупинитися в огляді на чому?

на огляді чого?

короткий огляд не вичерпує всіх проблем чого?

у цьому огляді розглядається / обговорюється / проблема чого?

у цій роботі дається (дано) вичерпний огляд чого?

із загального огляду літератури можна встановити, що...

можна зробити висновок, що...

складається враження, що ...

можна оцінити стан проблеми

Завдання 2. Прочитайте текст «Огляд літератури». Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

Огляд літератури

На цьому тижні Аднан **закінчив роботу над першим розділом дисертації**. У ньому він **представив загальний огляд літератури зі спортивних ігор**, **зробив вичерпний аналіз останніх робіт з баскетболу** українських і зарубіжних учених, **описав сучасні методи дослідження**. **У загальному огляді літератури наведені дані, які** обґрунтовують важливість проблеми, яка розглядається, для теорії та практики спорту і визначають вибір напрямку дослідження.

**Із загального огляду літератури можна встановити, що** популярність баскетболу, як олімпійського виду спорту, зростає з року в рік.

**Для теоретичного аналізу спеціальної науково-методичної літератури** були вивчені сучасні зарубіжні й вітчизняні джерела, що дозволило в цілому оцінити стан проблеми, сприяло обґрунтуванню актуальності теми дослідження, підтверджувало правильність застосування методів.

**З огляду останніх робіт можна зробити висновок,** що **питання** вдосконалення спортивного тренування **є однією з актуальних проблем** сучасного спорту. Тому виникає потреба визначити напрямок тренувального процесу та розробити програму спеціальної фізичної підготовки на підґрунті використання засобів і методів спортивної підготовки з урахуванням індивідуальних можливостей спортсменів та цільових установок на командну готовність.

**Даний огляд не вичерпує всіх проблем** спортивного тренування. Дисертант докладно зупинився на конкретному питанні, що стосується розвитку точності кидків м’яча при навчанні гри в баскетбол.

II

Завдання 1. Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

загальний огляд

повний огляд

неповний огляд

короткий огляд

наявний огляд

вичерпний огляд

бібліографічний огляд

Завдання 2. Слухайте і в інтервалах повторюйте наступні слова-антоніми:

загальний - частковий

повний - неповний

вичерпний – короткий

Завдання 3. Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

подати огляд літератури

мати огляд літератури

зробити огляд літератури

Завдання 4. Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у сполученнях вимовляйте разом:

огляд робіт

огляд останніх робіт

огляд останніх робіт ученого

огляд останніх робіт ученого з проблем баскетболу

**Завдання 5.** Слухайте речення та в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, розподілом їх на синтагми.

Цей короткий огляд / не вичерпує всіх проблем в області спортивної медицини.

У даному огляді / розглядається проблема вдосконалення спортивного тренування.

У загальному огляді літератури/наведені дані /, які обґрунтовують важливість проблеми, / що розглядається, / для теорії та практики спорту.

У цій роботі / подається вичерпний огляд літератури останніх років з баскетболу.

Із загального огляду літератури / можна встановити, / що фізичні навантаження постійно збільшуються.

Із загального огляду літератури / можна встановити, / що популярність баскетболу, / як олімпійського виду спорту, / зростає з року в рік.

Із загального огляду літератури / можна зробити висновок, / що дане питання розроблене ще недостатньо.

З огляду останніх робіт / можна зробити висновок, / що проблема вдосконалення спортивного тренування / є однією з актуальних проблем сучасного спорту.

**Завдання 6.** Прослухайте речення та повторіть його. Зверніть увагу на інтонацію при однорідних членах речення.

У першому розділі дисертації автор представив загальний огляд літератури зі спортивних ігор, зробив повний аналіз останніх робіт українських і зарубіжних учених з баскетболу, описав сучасні методи дослідження.

**Завдання 7.** Прослухайте текст «Огляд літератури». Розкажіть про вашу роботу над оглядом літератури з теми дисертації, використовуючи вивчені слова, словосполучення та конструкції.

**БІБЛІОГРАФІЧНИЙ ОПИС**

**І**

Завдання 1. Запам’ятайте:

науковий

точний

чіткий опис

вичерпний

бібліографічний

опис найважливіших особливостей чого? книги

робіт кого? ученого

методики чого? роботи

методики чого? аналізу

дати

навести що? опис

скласти

зробити

представити

одержати що? дані для опису

використовувати

в описі використовується що? система скорочень

спеціальна термінологія

умовні позначення

сама назва книги говорить про те, що... ( розкриває що?)

стаття свідчить про те, що...

з назви статті

книги ми бачимо, що…….

монографії

у назві статті відбиті основні поняття чого?

книги відбиті прагнення автора до чого?

монографії відбита спроба дослідити що?

працювати над чим? над статтею

над обґрунтуванням чого? теми

над планом чого? дисертації

робити/зробити що? зауваження щодо книги

статті

книга призначена для чого?

стаття розрахована на кого?

монографія підготована до друку

знаходиться у друці

книга складається з трьох частин

дисертація складається з чотирьох розділів

має/вміщує 15 рисунків

викладена на 150 сторінках

основні положення книги

статті

дисертації

писати/написати книгу

відредагувати статтю

надрукувати що?

опублікувати дисертацію

переробити

у книзі поставлені

у статті піднімаються

у дисертації висуваються/висунуті

аналізуються/проаналізовані

висвітлюються/висвітлені

вирішуються/вирішені

книга називається….

стаття написана на тему…..

дисертація присвячена питанню…….

у книзі говориться про те, що…….

у статті ставиться питання про те, що……

у дисертації

Завдання 2. Прочитайте тексти «Бібліографічний опис» та «Написання статті». Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

**Бібліографічний опис**

Два місяці Нгуен Чионг **працював над обґрунтуванням** **теми дисертації**. **Сама назва теми** «Особливості прояву та шляхи розвитку швидкісно-силової підготовленості хлопчиків 7-11 років» **говорить про те, що** в наш час приділяється велика увага фізичному вихованню дітей. В обґрунтуванні **наводиться опис робіт** з даного питання. Дисертант **обмежився описом робіт** українських авторів.

**В обґрунтуванні викладені основні положення дисертації, запропоновані цікаві методи дослідження, сформульовані основні завдання практичних експериментів.**

**Обґрунтування складається із** шести розділів: «Актуальність теми», «Завдання дослідження», «Методи дослідження», «Організація дослідження», «Очікувані результати дослідження», «Шляхи впровадження результатів у практику».

**Науковий керівник схвалив основні положення дисертації, висловив зауваження щодо першого розділу, запропонував відредагувати останні два розділи**.

Після цього **обґрунтування було представлене до затвердження** на Раді університету.

**Написання статті**

На цьому тижні Нгуен Чионг **закінчив попередній експеримент і написав статтю за темою дисертації**. **У назві статті відбита** основна **ідея** дослідження.

Але в одній статті **неможливо зробити докладний опис** **усіх отриманих результатів**. **Останні результати погано піддаються точному опису.** **Опис результатів повинен мати наукове обґрунтування**.

**У статті розглядається актуальна проблема** – удосконалення методики фізичного виховання дітей. **Вона призначена для** вчителів шкіл і тренерів.

**Обсяг статті** – один друкований аркуш. На даний момент вона **знаходиться у друці.**

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

науковий опис

точний опис

чіткий опис

вичерпний опис

бібліографічний опис

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

опис книги

опис робіт ученого

опис методики роботи

опис методів аналізу

опис найважливіших особливостей тренування

Завдання 3. Слухайте, повторюйте. Стежте за вимовою разом прийменників з наступним словом:

працювати над статтею

працювати над обґрунтуванням теми

працювати над планом дисертації

сформулювати зауваження за змістом статті

зробити зауваження за змістом дисертації

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

зробити - зроблений

написати - написаний

описати - описаний

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу на суфікси безособових дієслів:

зроблений огляд - огляд зроблено

описаний метод - метод описано

написана стаття - статтю написано

отримана книга - книгу отримано

опублікована монографія - монографію опубліковано

перероблена анотація - анотацію перероблено

використана література - літературу використано

відредагована дисертація - дисертацію відредаговано

надруковані тези - тези надруковано

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на час і форму дієслів і дієприкметників:

вивчається досвід - вивчений досвід

висвітлюється питання - висвітлене питання

дається опис - даний опис

вирішується проблема - вирішена проблема

називається проблема - названа проблема

описується методика - описана методика

висувається гіпотеза - висунута гіпотеза

аналізується література - проаналізована література

викладаються положення - викладені положення

ставляться проблеми - поставлені проблеми

порушуються питання - порушені питання

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах. Зверніть увагу на суфікси іменників, утворених від дієслів:

описати - описування

вивчити - вивчення

одержати - одержання

отримати - отримання

використати - використання

редагувати - редагування

написати – написання

формулювати – формулювання

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

описати метод – описання методу

вивчити досвід – вивчення досвіду

отримати дані – отримання даних

використати літературу – використання літератури

редагувати статтю – редагування статті

**Завдання 9.** Слухайте речення і в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, розподілом їх на синтагми:

Дисертація складається із чотирьох розділів.

Книга розрахована на тренерів.

Стаття знаходиться у друці.

У дисертації порушені / наступні питання.

Основні положення дисертації / викладені в авторефераті.

У дисертації наведені цікаві дані / про фізичну підготовку гандболістів.

Сама назва статті говорить про те, / що вона містить експериментальний матеріал.

У монографії ставиться питання про те, / що високі результати в сучасному спорті / неможливі без значних фізичних навантажень.

**Завдання 10.** Прочитайте текст «Бібліографічний опис». Розкажіть про свою роботу над обґрунтуванням теми дисертації, використовуючи вивчені слова, словосполучення та конструкції.

**Завдання 11.** Прочитайте текст «Написання статті». Розкажіть про свою роботу над статтею за темою дисертації, використовуючи вивчені слова, словосполучення та конструкції.

**БІБЛІОГРАФІЧНИЙ ОПИС**

**(**продовження**)**

**І**

**Завдання 1.** Запам'ятайте:

відомий

знаменитий

вітчизняний автор

зарубіжний

книги

статті

відкриття

автор монографії

дисертації

твору

відомих праць

прізвище

ім'я та по батькові

ініціали автора

учений ступінь

учене звання

бути автором чого?

посилатися (робити посилання) на роботи відомого автора

посилання на роботи відомого автора

використовувати роботи відомого автора

використання робіт відомого автора

указати

використовувати роботи автора

підібрати

автор робить спроби

спробував дати докладний опис чого?

прагнув

показав, що...

довів, що...

установив, що...

у своїй роботі автор стверджує, що...

підтвердив думку, що...

висловив припущення, що...

подяку

вдячність

свою точку зору

автор виражає що? власну думку

сумніви в чому?

надію на що?

новітньою методикою

автор володіє чим? новими методами аналізу

різними методами дослідження

автор зробив значний внесок у розвиток науки

автор вніс багато нового в дослідження даного питання

деякі уточнення у формулювання чого?

ряд/низку виправлень у роботу

складну роботу

автор виконав що? поставлене завдання

фундаментальне дослідження в області чого?

нову ідею

автор висловив що? свою власну думку

оригінальний здогад/гіпотезу/ про що?

цікаві міркування про що?

автор висунув що? припущення

нову гіпотезу

автор сформулював що? важливу проблему

основні принципи чого?

чітке визначення чого?

точну характеристику чого?

автор дав що? вичерпний науковий аналіз чого?

правильну відповідь на запитання

докладний аналіз найважливіших закономірностей чого?

автор навів що? вагомі докази чого?

чіткий виклад чого?

широкого визнання

автор досяг чого? серйозних успіхів

позитивних результатів

основні закони чого?

різні способи чого?

автор вивчив що? деякі особливості чого?

причини виникнення чого?

складні процеси розвитку чого?

залежності чого? від чого?

питання про вплив чого? на що?

автор досліджував що? проблему взаємодії чого? з чим?

наявні матеріали із зазначеного питання

наступного положення

автор виходив з (із) чого? детального аналізу питання

практичних потреб суспільства

ключ до розв'язання чого?

оригінальний спосіб розв'язання чого?

серйозне підтвердження гіпотези

автор знайшов що? пряму відповідь на нагальне питання

оптимальний варіант розв'язання чого?

переконливий доказ запропонованого способу чого?

деяку закономірність у системі чого?

автор розробив що? систему проведення експерименту

методику дослідження чого?

новий метод обробки результатів експерименту

фундатором чого?

учнем видатного вченого

представником нової школи

автор є/уважається/ визначним автором в області чого?

одним із фундаторів вчення про що?

послідовником теорії кого? про що?

найвідомішим фахівцем в області /кінезіології/

**Завдання 2.** Прочитайте текст. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій.

**Автором** даної **статті** є відомий **учений, доктор філософії** І.П. Іванов.

**Стаття присвячена питанню** організації занять фізичною культурою у групах здоров'я.

**Автор** у роботі **виходить із практичних потреб суспільства**. **Він** детально **вивчив** деякі **особливості** розвитку організму людини середнього віку, **дослідив** **проблему** активного відпочинку в режимі праці, **досяг** позитивних **результатів** оздоровчих занять із використанням тренажерного обладнання.

**Автор розробив методику** використання бігу в комплексних заняттях, **знайшов нові критерії оцінки** стану організму після фізичних навантажень, **висунув основні принципи** планування етапного й річного циклів тренувань.

**Автор використав експериментальні дані**, а також роботи вітчизняних і зарубіжних дослідників, **дав точну характеристику** засобів впливу на організм людини, тим самим **вніс багато нового у дослідження даного питання**.

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом.

відомий автор

знаменитий автор

вітчизняний автор

зарубіжний автор

прізвище автора

ім'я та по батькові автора

ініціали автора

учений ступінь автора

учене звання автора

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

автор книги

автор статті

автор дисертації

автор монографії

автор відкриття

автор теорії

автор відомих праць

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах. Зверніть увагу що суфікс - **ість** надає іменникам, утвореним від прикметників, значення якості:

ясний – ясність

важливий - важливість

точний - точність

чіткий - чіткість

науковий - науковість

складний – складність

серйозний – серйозність

залежний – залежність

системний – системність

докладний – докладність

особливий – особливість

популярний – популярність

конкретний – конкретність

оптимальний – оптимальність

закономірний – закономірність

оригінальний – оригінальність

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу, що іменники, утворені від дієслів, позначають процес дії. Слава у словосполученнях вимовляйте разом:

вивчити питання – вивчення питання

описати прилад – опис приладу

виконати роботу – виконання роботи

досліджувати проблему – дослідження проблеми

використовувати літературу – використання літератури

опрацьовувати статтю – опрацювання статті

прагнути до мети – прагнення до мети

посилатися на роботи – посилання на роботи

**Завдання 5.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми.

Автор досяг позитивних результатів у роботі.

Автор вивчив причини виникнення стомлення.

Автор володіє різними методами дослідження.

Автор виконав поставлене в роботі завдання.

Автор вніс багато нового / у дослідження даного питання.

Автор знайшов оптимальний варіант / вирішення даної проблеми.

Автор прагнув дати докладний опис стану питання.

Автор виходив з конкретних умов проведення експерименту.

Автор висловив свою точку зору / щодо даного питання.

Автор є відомим фахівцем / в області біомеханіки.

Автор розробив систему проведення експерименту / в лабораторних умовах.

Автор висунув припущення / про можливість використання активного відпочинку в режимі праці.

Автор висловив цікаві міркування / про вдосконалення методики підготовки юних гімнастів.

Автор досліджував питання / про вплив активного відпочинку на працездатність людини.

У своїй роботі автор довів, / що активний відпочинок / корисніший, ніж пасивний відпочинок.

У своїй роботі автор стверджує, / що фізична підготовка дітей / є одним з важливих питань шкільної педагогіки.

**Завдання 6.** Прослухайте текст. Передайте короткий зміст однієї зі статей з вашого фаху, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**Частина ІІ**

**ПРОБЛЕМА НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам'ятайте**:**

нова

наукова

важлива

дана

важка

складна проблема

провідна

нагальна

велика

ключова

серйозна

актуальна

фундаментальна

досліджувана

висунута

поставлена

нерозв'язна

різні

деякі проблеми

численні

проблема виняткової важливості

величезного теоретичного значення

проблема вивчення чого?

використання чого?

застосування чого?

широке коло

ціла низка проблем

вирішення

стан

розробка проблеми

формулювання

ставити (поставити) серйозну проблему

висунути

торкнутися (торкатися) проблеми чого?

висвітлювати (висвітити) одну з проблем чого?

досліджувати що? низку важливих проблем

вивчати цілу низку проблем

розглянути найбільш важливі проблеми

обговорити поставлену проблему

формулювати (сформулювати)

вирішувати (вирішити)

торкатися (торкнутися) чого? фундаментальної проблеми

цікавитися чим? проблемою

займатися чим? новою проблемою

працювати над чим? над проблемою

зіштовхнутися із чим? зі складною проблемою

стати (ставати) чим? серйозною проблемою

бувати (бути) чим? однією із ключових проблем

уважатися чим? однією із провідних проблем

належати до чого? до важливих проблем

шукати що? рішення проблеми

знайти

наблизитися до чого? до вирішення проблеми

підійти

приступити

у статті висвітлюються (висвітлені) важливі проблеми чого?

зазначені проблеми недостатньо висвітлені в літературі

мало висвітлювалися

особливий інтерес викликає проблема, пов'язана із чим?

згадана проблема пов'язана із дослідженням чого?

постає

ця проблема виникає у зв'язку з тим, що...

ставиться

була поставлена

ця проблема є одним із невирішених питань чого?

це питання належить до найбільш важливих проблем чого?

цю проблему можна

не можна уважати остаточно вивченою (вирішеною)

проблема недостатньо вивчена

не втратила своєї актуальності

ця проблема широко обговорюється у пресі (у літературі)

проблема полягає в тому, щоб...

**Завдання 2.** Прочитайте текст. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

**Вивчення проблем** оптимізації та керування тренувальним процесом **має велике теоретичне і практичне значення.**

Потребою теперішнього часу є пошук нових і вдосконалення наявних засобів і методів тренування. Ця необхідність викликана тим, що тільки кількісне збільшення обсягу й інтенсивності фізичних навантажень **не може вирішити цієї проблеми**. Так життя **ставить** перед тренерами і спортсменами все нові **проблеми**.

Аналіз науково-методичної літератури показав, що останнім часом **проблемі навчання** новим елементам і зв'язкам у гімнастиці **приділялася недостатня увага**. Сучасна ж гімнастика характеризується підвищенням складності, стилю й вимог до виконавської майстерності гімнастів. Отже, **проблема** ефективного й надійного навчання **є значимою** і **актуальною** для практики тренування гімнастів. **До вирішення проблеми можна підійти** по-різному.

Ця **проблема буде набувати** все більшого **значення** з розвитком спорту. На жаль, донедавна даною **проблемою цікавилися** тільки деякі фахівці. У наш час **проблеми** оптимізації та керування тренувальним процесом **пов'язані** **з** науковими **дослідженнями** нашого університету, хоча реальне **коло досліджуваних проблем** значно ширше. Ці **проблеми не можна вирішити** зусиллями одного університету. В останні роки цими **проблемами стали займатися** багато науково-дослідних інститутів.

**Завдання 3.** Прочитайте уривки зі статей, опублікованих у наукових журналах. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* У наш час **проблема керування** підготовкою футболістів — **одна з найбільш актуальних**.
* Маючи на увазі **важливість цієї проблеми**, ми поставили за мету досліджувати ефективність різних засобів і методів, щоб створити підґрунтя для досягнення високих спортивних результатів з бігу на середні й довгі дистанції.
* Літературні дані, власні теоретичні та експериментальні дослідження дозволяють визначити й виділити наступні основні **аспекти даної проблеми**: 1) визначення поняття «надійність спортсмена»; 2) методи її визначення; 3) фактори, що визначають надійність спортсмена; 4) методи керування нею; 5) прогнозування надійності виступів спортсмена.
* **Як першочергові були висунуті три великі проблеми**:

1) структура керування й розвитку фізичної культури та спорту за місцем проживання працівників і службовців, а також створення матеріальної бази і її наповнення;

2) форми і методи організації та проведення масової фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи;

3) система обліку проведеної роботи й звітності з неї.

* **Вивчення проблеми** керування навчально-тренувальним процесом футболістів ми почали з розробки методології пошуку на засадах системного підходу.
* **Однією з актуальних** у спорті **є проблема** успішної реалізації спортсменами рівня своєї підготовленості (потенційних можливостей) в умовах змагання.
* **Широта проблематики** «спорт і особистість» спонукала розглядати спорт у різноманітних площинах за допомогою засобів і методів різних наук.
* Складність застосування різноспрямованих наукових знань про спорт на рівні єдиного спортивно-педагогічного процесу **переростає у проблему**, необхідність вирішення якої очевидна.
* Ідея **постановки проблеми** полягає в структурно-функціональному підході до аналізу спортивно-педагогічних явищ.
* Розвиток наукових знань про фізичну культуру та спорт виразився у формуванні досить великого комплексу теоретичних і прикладних дисциплін. **Проблеми їх подальшого розвитку все частіше привертають до себе увагу.** Представницькі дискусії, що пройшли в останні роки, і стендові публікації, що з'явилися у низці країн, певною мірою **визначили основну проблематику** таких дисциплін, як теорія фізичної культури і теорія спорту.
* Поряд з навчально-методичною роботою колектив кафедри психології протягом багатьох років безупинно **висуває** і послідовно **вирішує** **фундаментальні наукові проблеми**, що відповідають нагальним запитам сьогодення**.**
* **До однієї з** перших **фундаментальних проблем** **належить** розробка систем оригінальних тестів з дослідження психомоторики й інших психічних процесів у зв'язку із заняттями фізичною культурою та спортом.
* **Іншою фундаментальною проблемою, розробленою** співробітниками кафедри психології в перші роки її створення, **було** дослідження впливу фізичної культури на працездатність людини в різних сферах трудової та професійної діяльності.
* **Велику увагу** працівники кафедри психології **приділяли** такій **фундаментальній проблемі** психології спорту, **як** вольова підготовка спортсменів.
* **До фундаментальних проблем**, над якими працюють співробітники кафедри психології, **належать такі, як** психологічна структура спортивної діяльності, психологія особистості спортсмена, спортивна спрямованість особистості й мотивація у спорті.
* У роботах аспірантів і здобувачів також розроблялися **найважливіші проблеми** психології спорту.
* Велика кількість робіт **була присвячена проблемі** психологічних засад технічної підготовки спортсмена.
* Друга **велика проблема, що вирішується** на кафедрі молодими вченими, - це психологічна підготовка спортсмена.
* Велика група викладачів, аспірантів і здобувачів кафедри **вивчала** психологічні особливості фізичного виховання школярів і **проблеми** юнацького спорту.
* Автори дисертаційних робіт **зробили істотний внесок у розробку проблеми** емоційного стану спортсмена і його регуляції.
* Другий напрямок **привертає увагу** фахівців **до розробки проблем** виховання.
* Третій напрямок **пов'язаний із проблемою** розвивального навчання руховим діям.
* **Для** **нинішнього стану проблеми** розвивального навчання характерна повна ізольованість від суміжних дисциплін, а також відсутність новаторських починань у сфері складних вправ.
* **Однією з найважливіших** у наукових дослідженнях з гімнастики **стала проблема** оптимізації спортивного тренування.
* **Підґрунтям** такого серйозного **підходу до проблеми** стало урахування особливостей гімнастики як виду спорту, визначення специфічних закономірностей навчально-тренувальної і змагальної діяльності спортсменів.
* **Однією з найважливіших** фізичної підготовки в гімнастиці **залишається проблема** спрямованого індивідуального вдосконалення у даного гімнаста відсталих рухових якостей.
* Для цього необхідна не тільки активна науково-методична робота, що дає нові **знання із проблем** підготовки гімнастів, але і просвітницька діяльність, що допомагає впровадженню теоретичних знань у практику тренувальної роботи.
* **У результаті** теоретичного **аналізу проблеми** намічений напрямок досліджень, пов'язаних з вирішенням її основних завдань: визначення характеристик, прогнозування й методики педагогічного впливу в процесі багаторічного тренування.
* У технічних видах спорту **дослідження проблем** психологічної підготовки робить тільки свої перші кроки.
* У зв'язку зі значним збільшенням обсягу й інтенсивності тренувальних навантажень, **особливого значення набуває проблема** відновлення фізичної працездатності та підвищення функціональних можливостей спортсмена.
* Однак перевірка показує, що **проблема** максимальної експлуатації спортивних споруд **залишається багато в чому невирішеною**.

СЛОВНИК:

оптимізація тренувального процесу

керування тренувальним процесом

навчально-тренувальний процес

навчально-тренувальна діяльність спортсмена

особистість спортсмена

спортивна діяльність спортсмена

тренувальна діяльність спортсмена

змагальна діяльність спортсмена

структура спортивної діяльності

фізкультурно-оздоровча робота

науково-методична робота (література)

спортивно-педагогічний процес

педагогічні засади спорту

педагогічний вплив

рівень підготовленості спортсмена

потенційні можливості спортсмена

підвищення спортивної майстерності

підвищення функціональних можливостей спортсмена

обсяг фізичних навантажень

інтенсивність фізичних навантажень

відновлення фізичної працездатності

напрямок досліджень

стан проблеми

системний підхід

структурно-функціональний підхід

теорія спорту

теорія фізичної культури

експериментальні дані

мотив; мотивація у спорті

теоретичні дисципліни

прикладні дисципліни

суміжні дисципліни

рухова (-і) навичка (-и)

психомоторика

технічна

фізична

тактична підготовка спортсмена

теоретична

психологічна

вольова

потреби сьогодення

запити сьогодення

багаторічне тренування

багаторічне дослідження

**ІІ**

**Завдання 1.**Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

наукова проблема

актуальна проблема

нагальна проблема

важлива проблема

дана проблема

складна проблема

важка проблема

основна проблема

велика проблема

серйозна проблема

провідна проблема

ключова проблема

нова проблема

фундаментальна проблема

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

проблема виняткової важливості

проблема величезного теоретичного значення

проблема вивчення відновного періоду

проблема застосування нових методів тренування

проблема використання значних фізичних навантажень

**Завдання 3.** Слухайте словосполучення і повторюйте їх. Зверніть увагу на наявність двох наголосів у складних і складених прикметниках, головний з яких – другий. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

багаторічне тренування

різноспрямовані наукові знання

навчально-методична робота

навчально-тренувальний процес

спортивно-педагогічний процес

науково-методична література

структурно-фундаментальний підхід

фізкультурно-оздоровча робота

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

ефективний – ефективність

інтенсивний – інтенсивність

метод – методика

проблема – проблематика

дискусія – дискусійний

специфіка – специфічний

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

шукати – пошук

відбирати – відбір

регулювати – регуляція

прогнозувати – прогнозування

орієнтувати (-ся) – орієнтування – орієнтація

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Слона у словосполученнях вимовляйте разом. Зверніть увагу на керування дієслів і віддієслівних іменників:

розв’язати проблему – розв'язання проблеми

вивчити проблему – вивчення проблеми

обговорити проблему – обговорення проблеми

досліджувати проблему – дослідження проблеми

поставити проблему – постановка проблеми

розробити проблему – розробка проблеми

формулювати проблему – формулювання проблеми

підходити до проблеми – підхід до проблеми

цікавитися проблемою – зацікавленість проблемою

працювати над проблемою – опрацювання проблеми

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на час і форму дієслів і дієприслівників:

проблема вирішується – вирішувана проблема

проблема вивчається – вивчена проблема

проблема досліджується – досліджувана проблема

проблема обговорюється – обговорювана проблема

проблема розглядається – розглянута проблема

проблема розробляється – розроблена проблема

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

організація спортивної роботи

проведення спортивної роботи

організація та проведення спортивної роботи

засоби спортивного тренування

методи спортивного тренування

засоби і методи спортивного тренування

**Завдання 9.** Слухайте речення і повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Нас цікавить ця проблема.
* Ми цікавимося цією проблемою.
* У статті висвітлюються / важливі проблеми психологічної підготовки спортсмена.
* У статті висвітлені / важливі проблеми психологічної підготовки спортсмена.
* Проблема підготовки спортсменів високої кваліфікації – / одна з найбільш актуальних.
* Проблема підготовки спортсменів високої кваліфікації / є однією з найбільш актуальних.
* Проблема підготовки спортсменів високої кваліфікації / стала однією з найбільш актуальних проблем.
* Проблема підготовки спортсменів високої кваліфікації / належить до найбільш актуальних.
* Однією з фундаментальних проблем, / розроблених науковцями нашого університету, / було дослідження впливу значних фізичних навантажень / на організм спортсмена.
* Проблема впливу значних фізичних навантажень на організм спортсмена / розроблена науковцями нашого університету.
* Проблема впливу значних фізичних навантажень на організм спортсмена / розроблялася науковцями нашого університету.
* Зараз / науковці нашого університету/ працюють над проблемою впливу значних фізичних навантажень на організм спортсмена.
* Розробка проблеми впливу значних фізичних навантажень на організм спортсмена / має велике теоретичне / і практичне значення.
* До наукових проблем, / що розроблюються науковцями нашого університету, / належать такі, / як вплив значних фізичних навантажень на організм спортсмена, / оптимізація навчально-тренувального процесу / тощо.

**Завдання 10.** Підготуйте доповідь за тематикою вашої дисертаційної проблеми.

**ПИТАННЯ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

загальне

важливе

дане

важке

складне

спірне

корінне

актуальне питання

конкретне

цікаве

природне

практичне

теоретичне

принципове

зазначене

наступне

поставлене

порушене

першочергове

(не) вирішене

численні

вузлові

поточні

деякі питання

окремі

різні

питання великого теоретичного і практичного значення

першочергового значення

ряд/низка питань

коло

історія

вирішення

стан питання

розгляд

постановка

вирішити

обговорити

з’ясувати актуальне питання

розглянути важливе

дослідити

розробити

ставити (поставити)

охопити все коло питань

висвітлити

перейти

підійти до питання про що?

повернутися

торкнутися питання про що?

займатися деякими питаннями

приділити увагу важливому питанню

працювати над питанням про що?

зупинитися на питанні про що?

обійти питання мовчанням

присвятити що? питанню про що?

висловитися з питання про що?

почати з питання про що?

питання полягає в наступному

становить інтерес наступне питання

питання набуває зараз особливого значення

неодноразово піднімалося в літературі

було уперше підняте (коли?)

саме питання про що? висвітлювалося у статтях кого?

розроблялося у працях кого?

ще ніколи в літературі не обговорювалося

не знайшло (не одержало) достатнього відбиття в літературі

питання про що? ще недостатньо вивчене

усе ще залишається відкритим

питання може бути вирішене за умови, що ...

отримані дані дозволяють розв'язати питання про що?

це тільки питання часу.

**Завдання 2.** Прочитайте текст. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

Прагнення людини досягти досконалості у спорті **ставить** перед нами **дуже важливі** питання.

**Питання**, яке я хочу розглянути у своєму виступі, **стосується** підготовки юних бігунів на середні дистанції.

Конкуренція на світовій арені, що весь час зростає, безперервне зростання спортивних досягнень обумовлюють необхідність подальшого вдосконалення системи підготовки спортсменів, які тренуються з бігу на середні дистанції. Результати останніх Ігор Олімпіади **дозволили** нам **з'ясувати деякі питання, пов'язані з даною проблемою**.

Методика тренування з бігу на середні дистанції у нашій країні досить добре розроблена, про що свідчать роботи багатьох дослідників. Однак деякі роботи присвячені розробці проблем методики тренування юних бігунів на етапі початкової спортивної спеціалізації. **Питанням урахування** при цьому **індивідуальних відмінностей юних** **бігунів** майже **не займалися**.

Як відомо, успішність фізичного виховання, як і будь-якого педагогічного процесу, значною мірою визначається індивідуальним підходом. У зв'язку із цим **вирішення питання** індивідуалізації педагогічних впливів у підготовці юних спортсменів **має велике теоретичне та практичне значення.**

Треба наголосити на тому, що останнім часом це **питання** широко **обговорювалося в літературі**. Але **в** **роботах, присвячених цій проблемі, дана розробка тільки загальних питань** індивідуального підходу у вихованні фізичних якостей і навчанні техніці рухів у юних бігунів.

У зв’язку із цим **питання** наукового пошуку засобів, методів, форм організації навчально-тренувального процесу юних спортсменів, що дозволяють ураховувати індивідуальні відмінності, **повинне бути вирішеним першочергово**.

**Завдання 3.** Прочитайте уривки зі статей, які опубліковані у наукових журналах. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* Цілеспрямоване вдосконалення фізичної якості стрибковості повинне спиратися на знання кількісних характеристик рівня його розвитку. У літературі **дослідження з даного питання** вкрай обмежені. Будь-яких робіт про розвиток стрибковості на етапах багаторічної підготовки від юного фігуриста до кваліфікованого майстра не виявлено. **Тому** **завдання цієї роботи** **визначило** дослідження розвитку стрибковості у фігуристів різної спортивної кваліфікації.
* **Питанням спеціальної підготовки** біатлоністів старших розрядів **були присвячені роботи** багатьох авторів. У них приділялася велика увага співвідношенню компонентів біатлону. Однак **питання підготовки** юних біатлоністів на етапі початкової спеціалізації **недостатньо** **вивчені й не висвітлені у спеціальній літературі**.
* **Питання про** найбільш раціональне використання різних видів фізичних вправ працівниками різних соціальних категорій, професійних і віко-статевих груп ще **залишається відкритим**. У літературі наявна значна кількість робіт, що констатують сам факт занять працівниками тими або іншими видами фізичних вправ, але взаємозв'язок їх з виробничою діяльністю не вивчався.
* **Проблемі організації й методики** занять фізичним вихованням зі студентами спеціальної медичної групи **присвячено чимало робіт**. Однак **питання** оптимальності використовуваних засобів фізичної культури й адекватності фізичних навантажень відповідно до ступеня функціональних зрушень у серцево-судинній системі у студентів спеціальної медичної групи **вимагають подальшого вивчення**.
* **Аналіз літератури з питань** силової підготовки **показує**, що еволюція методів силової підготовки відбувається шляхом інтеграції двох найбільш загальних принципів розвитку рухових можливостей людини: принципу зростаючого напруження м'язів і принципу структурної та функціональної відповідності силових вправ основним змагальним рухам спортсмена.
* Незважаючи на те, що **деякі із цих питань уже обговорювалися** на сторінках журналу, ми вважаємо за необхідне повернутися до теми тому, що, по-перше, висунуті положення вимагають, на думку фахівців, додаткової аргументації; по-друге, тому що нові об’єктивні **дані допоможуть**, на наш погляд, **прискорити вирішення однієї зі складних проблем** удосконалення майстерності гімнастів. Об'єктивно проблема пов’язана не тільки зі специфікою рухової діяльності гімнастів, але і з бурхливим сучасним прогресом у цьому виді спорту.
* Подальше зростання спортивних результатів у сучасному п’ятиборстві можливе тільки на підставі постійного творчого пошуку і широкого використання у методиці тренування новітніх даних сучасної спортивної науки. Не випадково на сторінках спортивної періодики за останні роки з’явився **ряд робіт, присвячених питанням** удосконалення методики тренування п'ятиборців.
* **Питання про** кількість підйомів основної тренувальної ваги (75% - 85% кращого результату в даній вправі) на заняттях важкоатлетів **не може вважатися остаточно вирішеним.** У різних рекомендаціях з важкої атлетики ця кількість варіює у значно більших межах – від 1 до 33.
* У зв’язку з вище викладеним, на наш погляд, **особливий інтерес викликає питання про** зіставлення рівноцінних тренувальних навантажень при різних режимах роботи м'язів.
* **З метою вивчення питання про** спрямованість підготовки бігунів досліджувалася частота застосування різних бігових тренувальних засобів для розвитку спеціальної працездатності висококваліфікованих спортсменів у бігу на 400 м.
* **Вирішенню перерахованих** трьох **питань** стосовно комплексної оцінки виконання різних елементів в одиночному фігурному катанні й **присвячена ця робота**.
* Зі збільшенням кількості тренувальних занять гостро **постає питання про** раціональну комбінацію різних за величиною та спрямованістю тренувальних навантажень, виконуваних протягом дня.
* **Постановка питання про** механізми та кількісну оцінку якості завантаження лиж у спеціальній літературі не настільки **традиційно звична**, як про механізми їх розвантаження.
* **Питання про** значення рівня розвитку анаеробних, зокрема лактатних (гліколітичних), можливостей для спеціальної працездатності боксерів дотепер **практично не вивчене**.
* **Одним з актуальних є питання** **про** можливість використання гематологічних показників як критерію визначення перспективності спортсменів.
* **Питанню** відбору тих, хто займається, **присвячений ряд досліджень**. Однак **питання** відбору й орієнтації у стрибках на лижах із трампліна ще **вимагають вирішення**.
* **Украй мало досліджене питання про** роботу м'язового апарату гімнастів.
* **Багато невирішених питань залишається в такому** специфічному для інститутів фізкультури науковому **напрямку досліджень**, як система підготовки кадрів.
* У межах цієї статті ми **зупинимося лише на питаннях, що стосуються** спортивної медицини.
* Вивчення вимог виду спорту на рівні вищої спортивної майстерності і їх мінливості на різних кваліфікаційних рівнях – **одне з** основних **положень теорії спортивного відбору. Однак** у лижних перегонах **ці** **питання досліджені недостатньо**.
* **Питання** це **надзвичайно важливе**, і тому не випадково в останні роки акцентується увага на підвищенні ефективності використання спортивних споруд.

СЛОВНИК:

зростання спортивних досягнень

творчий пошук

спрямованість підготовки

початкова спортивна спеціалізація

індивідуальний підхід

спортивна кваліфікація

загальна підготовка спортсмена

спеціальна підготовка спортсмена

силова підготовка спортсмена

тренувальне навантаження

змагальне навантаження

режим роботи спортсмена

режим роботи м'язів

об’єктивні дані

кількісні характеристики

якісні характеристики

критерій визначення чого?

комплексна оцінка

кількісна оцінка

м’язовий апарат

напруга м’язів

еволюція

інтеграція

аргумент; аргументація

анаеробні можливості

удосконалювання системи підготовки спортсменів

функціональні зрушення в організмі спортсмена

гематологічний показник

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

загальне питання

важливе питання

важке питання

складне питання

спірне питання

корінне питання

цікаве питання

конкретне питання

актуальне питання

практичне питання

теоретичне питання

принципове питання

вузлові питання

деякі питання

окремі питання

різноманітні питання

численні питання

багато питань

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте.Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

стан питання

історія питання

постановка питання

вирішення питання

вивчення питання

розгляд питання

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте.Стежте за наголосом у складних і складених прикметниках. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

цілеспрямоване вдосконалення

рівноцінні навантаження

нервово-м’язовий апарат

серцево-судинна система

віко-статеві групи.

**Завдання 4.** Слухайте і в інтервалах повторюйте слова-синоніми:

еволюція – розвиток

адекватність – відповідність

зіставлення – порівняння

рівноцінний – однаковий

раціональний – доцільний

**Завдання 5.** Слухайте й в інтервалах повторюйте наступні слова-антоніми:

завантаження – розвантаження

напруга – розслаблення

відповідність – невідповідність

об'єктивний – суб'єктивний

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

адекватний – адекватність

оптимальний – оптимальність

об'єктивний – об'єктивність

суб'єктивний – суб'єктивність

раціональний – раціональність

перспективний – перспективність

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

ставити питання

вирішити питання

з’ясувати питання

обговорити питання

досліджувати питання

розробити питання

розглянути питання

торкнутися питання

почати з питання

перейти до питання

підійти до питання

повернутися до питання

займатися питанням

працювати над питанням

зупинитися на питанні

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

питання підготовки

питання підготовки спортсменів

питання підготовки спортсменів високого класу

ряд/низка питань

ряд/низка важливих питань

ряд/низка важливих питань спортивного тренування

**Завдання 9.** Слухайте речення і повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Це питання обговорювалося у спеціальній літературі.
* Це питання не висвітлене у спеціальній літературі.
* Це питання недостатньо вивчене.
* Це питання ще залишається відкритим.
* Це питання вимагає подальшого вирішення.
* Це питання не може вважатися остаточно вирішеним.
* Дана стаття присвячена питанню / індивідуального підходу до відбору юних спортсменів.
* Дана стаття торкається питання / індивідуального підходу до відбору юних спортсменів.
* Особливий інтерес викликає питання / про індивідуальний підхід до відбору юних спортсменів.
* Постановка питання / про індивідуальний підхід до відбору юних спортсменів своєчасна / і має велике практичне значення.
* Вивчення питання / про індивідуальний підхід до відбору юних спортсменів / пов’язане з майбутнім нашого спорту.

**Завдання 10.** Розкажіть про основні питання, що розглядаються у вашій дисертаційній роботі, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**МЕТА НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

наукова

важлива

головна

основна

реальна мета

конкретна

практична

поставлена

зазначена

мета дослідження

мета повідомлення

становити головну мету чого?

представляти

досягти поставленої мети

бачити кінцеву мету в чому?

переслідувати певну мету

мати певну мету

на меті

ставити (поставити) що? важливу мету перед ким?

своєю метою

перед собою мету що зробити?

стати (ставати) метою чого?

бути

вивчати з науковою метою

досліджувати

прагнути до наміченої мети

застосувати що? з цією метою

вивчення даного питання становить основну мету дослідження

представляє

метою нашого повідомлення (автора) є що?

конкретна мета дослідження полягала у вивченні чого?

автор проводить дослідження з метою показати що?

автор встановити, що ...

у практичних цілях

**Завдання 2.** Прочитайте текст. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

Розкриття та вивчення закономірностей росту спортивних результатів **є головною метою** наукових досліджень в області спорту.

Для **досягнення поставленої мети** необхідні, насамперед, науковий пошук засобів, методів і форм удосконалення навчально-тренувального процесу. Прикладні науки **мають** при цьому **на меті** пристосування теоретичних знань до їхнього практичного використання.

Таким чином, **метою наукових досліджень стала** тісна взаємодія теорії із практикою, що знаходить своє вираження в удосконаленні навчально-тренувального процесу, у зростанні спортивних результатів.

**Завдання 3.** Прочитайте уривки зі статей, опублікованих у наукових журналах. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* Фахівці давно прийшли до висновку, що підготовка до навчання у спорті **повинна визначатися конкретними цілями навчання** й бути органічно пов'язана з ним. Одним з головних розділів підготовки до навчання справедливо вважається розвиток у тих, хто займається, відповідних здібностей.
* Для подальшого вдосконалення навчально-тренувального процесу у збірних командах і розробки методів оцінки готовності спортсменів до змагань необхідні певні критерії, які досить повно й об'єктивно характеризували б рівень тренованості кожного члена збірної.

У визначенні таких критеріїв і **полягала мета цього дослідження**.

* Одним з актуальних завдань спортивної медицини є визначення функціональної здатності організму спортсменів при різному стані тренованості. **Із цією метою** в наш час широко використовуються різного роду клініко-фізіологічні тести.
* У доступній літературі ми не зустріли робіт, присвячених вивченню впливу локальних баровопливів, що застосовуються на різних етапах тренування, на функціональний стан рухового апарату та працездатність спортсменів.У зв’язку із цим **основною метою наших** **досліджень** **стало вирішення питання** **про** тактику використання найбільш ефективної часової локалізації баровпливів у тренувальному процесі фігуристів.
* **Мета нашого дослідження полягала у** пошуку раціональних засобів і методів спеціальної стрілецької підготовки.
* Це дослідження становить частину роботи з вивчення проблеми прояву рухових якостей у небезпечних умовах. **Мета дослідження – виявити** вплив умов, що містять незначну небезпеку й фактор несподіванки, на прояв швидкісно-силових здібностей, силової витривалості, спритності при виконанні дебютних рухових дій.
* **Мета проведеного нами дослідження – розробити** пропозиції за методикою самопідготовки з фізичного виховання.
* Нами раніше вже розроблялася графоаналітична методика для визначення еквівалентних м'язових навантажень при виконанні роботи динамічного й ізометричного характеру. На жаль, у силу своєї складності вона малодоступна на практиці. **Ми поставили перед собою мету** спростити запропоновану методику, щоб підвищити її доступність на практиці.
* Засоби й методи тренування дітей у зв'язці зі спортивною спеціалізацією в літературі охарактеризовані недостатньо. Маючи на увазі важливість цієї проблеми, **ми поставили на меті** досліджувати ефективність різних засобів і методів, щоб створити засади для досягнення високих спортивних результатів у бігу на середні й довгі дистанції.
* Відомо, що підготовка спортсмена до змагання **має на меті створити** у спортсмена стан психічної готовності.
* **Метою нашої роботи стало** вивчення обсягу периферичного кровотоку у спортсменів і його змін під впливом тривалих фізичних навантажень.
* Згідно із сучасними уявленнями, спортивне тренування слід розглядати як процес керування станом спортсмена **з метою досягнення** спортивних результатів.
* Основний критерій ефективності тренування – величина приросту спортивного результату. Отже, приріст спортивного результату – **цільове завдання** тренувального процесу. І хоча **головна мета знаходиться** в області більш високих прагнень спортсмена, вона реалізується не інакше, як через спортивний результат.
* **Мета нашого дослідження** – вивчення особливостей фізіологічного впливу, що найбільш широко застосовуються у практиці підготовки плавців безперервного й інтервального методів тренування.

**Завдання 4.** Прочитайте фрагменти авторефератів дисертацій. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* **Метою цієї роботи став пошук** раціональних шляхів керування процесом навчання й удосконалення точності кидків м'яча в кошик у грі баскетбол.
* **Мета роботи полягає** **у** комплексному вивченні способів оцінки технічної майстерності спортсменів в ациклічних швидкісно-силових видах спорту.
* У зв’язку з вище викладеним, **мета цієї роботи полягає в тому, щоб** вивчити можливості використання приладів різної маси для підвищення ефективності навчання техніці штовхання ядра.
* **Для здійснення наміченої мети** дослідження велося в наступних основних напрямках: вивчення особливостей організації та керування балансуванням при виконанні індивідуальних і спільних рухових дій акробатами високої кваліфікації; знаходження методів і педагогічних прийомівь, які забезпечили б високий рівень майстерності й стабільність результатів українських акробатів.
* Сказане обумовило **мету дисертаційної роботи, яка полягає** **в** експериментальному вивченні сумарного наслідку двох занять різної переважної спрямованості, проведених протягом дня; дослідженні порівняльної характеристики різних мікроциклів; установленні можливості перебудови добового ритму працездатності у зв’язку зі зміною часу проведення тренувальних занять; виявленні динаміки росту тренованості кваліфікованих плавців залежно від кількості та характеру занять у мікроциклах, а також особливостей їх чергування.

СЛОВНИК:

циклічні види спорту

ациклічні види спорту

швидкісно-силові види спорту

тренованість спортсмена

динаміка росту тренованості спортсмена

функціональний стан організму спортсмена

клініко-фізіологічні тести

добовий ритм працездатності спортсмена

етапи тренування й відпочинку

дебютні рухові дії

індивідуальні рухові дії

спільні рухові дії

тренувальні мікроцикли

чергування занять у мікроциклі

зростання спортивних результатів

величина приросту спортивного результату

стабільність результатів

експериментальне вивчення

порівняльна характеристика

педагогічні прийоми

стан психічної готовності спортсмена

м’язові навантаження

фізичні навантаження

фізіологічний вплив на рухові якості, дії

руховий апарат

динамічний характер роботи

ізометричний характер роботи

безперервний метод тренування

інтервальний метод тренування

силова витривалість

графоаналітична методика

локальні баровпливи

тимчасова локалізація

обсяг периферійного кровотоку

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

наукова мета

важлива мета

головна мета

основна мета

реальна мета

конкретна мета

практична мета

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях промовляйте разом:

мета роботи

мета повідомлення

мета дисертації

мета дослідження

**Завдання 3.** Слухайте*,* повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складних іменниках:

кровоток

взаємозв’язок

самопідготовка

післядія

взаємодія

закономірність

працездатність

цілеспрямованість

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складених прикметниках. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

швидкісно-силові види спорту

клініко-фізіологічні тести

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах:

небезпечний – небезпека

спритний – спритність

стійкий – стійкість

доступний – доступність

витривалий – витривалість

стабільний – стабільність

несподіваний – несподіванка

дисциплінований – дисциплінованість

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на керування дієслів і віддієслівних іменників:

створити засади – створення засад

визначити критерії – визначення критеріїв

використовувати засоби – використання засобів

проявляти здібності – прояв здібностей

розкрити закономірність – розкриття закономірності

реалізувати мету – реалізація мети

підготувати кадри – підготовка кадрів

підготуватися до змагань – підготовка до змагань

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси повних пасивних дієприслівників минулого часу:

поставити мету – поставлена мета

зазначити мету – зазначена мета

намітити мету – намічена мета

визначити мету – визначена мета

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

бачити кінцеву мету

переслідувати певну мету

досягти поставленої мети

прагнути до наміченої мети

мати на меті

поставити перед собою мету

досліджувати з науковою метою

**Завдання 9.** Слухайте словосполучення й в інтервалах повторюйте їх.Стежте за вимовою слів у словосполученнях разом:

підготовка спортсмена ... підготовка спортсмена до змагань...

точність кидків ... точність кидків м’яча ... точність кидків м’яча у кошик...

способи оцінки ... способи оцінки майстерності ... способи оцінки майстерності спортсменів ... способи оцінки технічної майстерності спортсменів...

шляхи керування ... шляхи керування процесом ... шляхи керування процесом навчання ... раціональні шляхи керування процесом навчання...

засоби тренування ... методи тренування ... засоби й методи тренування ... засоби й методи тренування дітей...

**Завдання 10.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми.

* Мета нашого дослідження – / визначити критерії тренованості спортсмена.
* Мета нашого дослідження – / визначення критеріїв тренованості спортсмена.
* Основною метою нашого дослідження / стало визначення критеріїв тренованості спортсмена.
* Ми поставили на меті / визначити критерії тренованості спортсмена.
* Основною метою нашого дослідження / було визначення критеріїв тренованості спортсмена.
* Головну мету нашого дослідження / ми вбачали у визначенні критеріїв тренованості спортсмена.
* Мета нашого дослідження / полягала у визначенні критеріїв тренованості спортсмена.
* Визначення критеріїв тренованості спортсмена / становить головну мету нашого дослідження.
* У визначенні критеріїв тренованості спортсмена / полягала головна мета нашого дослідження.
* Мета нашого дослідження полягала в тому, / щоб визначити критерії тренованості спортсмена.
* Із цією метою / ми використовували педагогічні / та фізіологічні тести.
* Для досягнення поставленої мети / ми використовували педагогічні / та фізіологічні тести.

**Завдання 11**. Розкажіть, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції:

1. про головну мету розвитку фізичної культури та спорту у вашій країні;
2. про головну мету наукових досліджень в області спорту;
3. про головну мету вашого дослідження.

**ЗАДАЧІ ТА ЗАВДАННЯ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання 1*.***Запам’ятайте:

перша

кінцева

корінна

найближча

актуальна

остання

конкретна

вказана

намічена

поставлена

певна

першочергова задача

будь-яка

важлива

особлива

складна

наукова

вузлова

головна

важка

основна

цікава

теоретична

практична

різні, різноманітні

однакові задачі

численні

вивчення чого?

створення чого?

задача дослідження чого?

побудови чого?

виняткової важливості

задача величезного теоретичного і практичного значення

вирішення

виконання поставлених задач

здійснення важливої задачі чого?

вирішити

виконати

намітити головні задачі чого?

визначити поставлену задачу

перерахувати

здійснити

сформулювати

висунути

ставити (поставити) перед ким? важливе завдання

бути

уважатися складним завданням

виявитися

указати головні завдання

становити основне завдання чого?

довести завдання до кінця

уважати, що головним завданням чого?

входити до основного завдання чого?

це становить основне завдання дослідження

це є основним завданням дослідження

для вирішення цього завдання потрібно що зробити?

щоб розв’язати це завдання потрібно що зробити?

це входить до основного завдання дослідження чого?

у наше завдання входить вивчення чого?

основне завдання полягає в наступному

у дослідженні чого?

є

перед нами ставиться складна задача

поставлена

були перераховані вище

основні завдання дослідження перелічуються нижче

створення чого?

вивчення чого? є складним завданням

вирішення цього питання полегшує виконання основного завдання

сприяє виконанню

вирішення

виконання цього завдання полегшує тим, що...

зазначене завдання

завдання створення чого? далеке від свого вирішення

**Завдання 2.** Прочитайте текст. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

Наука великого спорту сьогодні спрямована на пошук оптимальних шляхів добору структур навантажень у зв’язку **із завданнями підготовки,** **що ставляться,** й індивідуальними особливостями спортсмена.

У змагальний період підготовки **вирішується** складне **завдання** оптимізації навантажень, що зростають. **Вирішення цього завдання** ускладнюється тим, що підвищення спортивної працездатності на рівні вищих досягнень відбувається при інтенсивності навантажень, що викликають певну втрату гомеостазу на тлі стресових реакцій. У цих умовах, у зв'язку з необхідністю посилення ефективності планування й педагогічного контролю значних навантажень, підвищилися вимоги до визначення критеріїв побудови тренувань і оцінки результатів їх застосування.

У зв’язку із цим перед нами **стало важливе завдання – розробити** способи планування та корекції тренувальних навантажень відповідно до змін параметрів психомоторної активності.

Це **завдання визначило мету** запланованих досліджень: вивчення структур індивідуальних циклів тренування змагального періоду підготовки в аспекті планування й керування навантаженнями висококваліфікованих спортсменів.

**Певні завдання досліджень** конкретні та чітко сформульовані. Успішне **виконання поставлених завдань залежить від** правильної організації всього ходу проведених експериментів.

**Завдання 3.** Прочитайте уривки зі статей, опублікованих у наукових журналах. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* **Формування навичок**, що відповідають цільовому досягненню, – **головне завдання** технічної підготовки атлета вищої кваліфікації. **Складність вирішення** цього **завдання визначається** багато в чому складністю перебудови міцно закріплених навичок при переході спортсмена до поліпшених варіантів техніки, що відповідає рівню його фізичної підготовленості, який зріс. Найскладніші **завдання виникають перед** атлетом при досягненні вищих щаблів спортивного вдосконалення.
* **Завдання** нашого **дослідження полягало у** визначенні ефективності взаємодії спринтера з опорою.
* Враховуючи вище викладене, у цій роботі **поставлені наступні завдання**:

1) **дослідити** підводну кінематику руху при плаванні кролем;

2) **визначити** фазовий склад гребка, межі й особливості кожної фази;

3) **проаналізувати** сили, що діють на кисть плавця у кожній фазі гребка.

* При аналізі кінограм стрибків найсильніших спортсменів установлено, що залежно від потужності трампліна лижник зберігає в польоті позу, що не змінюється протягом 60 – 70% довжини траєкторії. Отже, **формулювання завдання** при оптимальному керуванні (за кутом атаки) польотом лижника-стрибуна у фіксованому положенні **має прикладну цінність.**
* **Завдання** про оптимальне керування польотом лижника-стрибуна **зводиться до** пошуку такої залежності кута атаки А від часу (або від фази), яка б забезпечувала максимум дальності стрибка.
* **Завдання роботи полягало у** дослідженні особливостей динамічної стійкості акробатів при виконанні індивідуальних і спільних рухових дій.
* **Завдання** нашого **дослідження** – вивчення взаємозв'язків між спортивно-технічними результатами в бігу, стрибках і метаннях і рівнем розвитку фізичних якостей у студенток підготовчого відділення на різних етапах навчання.
* **Головним завданням** нашого **дослідження було** вивчення впливу штучно іонізованого повітря на деякі показники функціонального стану вестибулярного апарату у спортсменів.
* **У завдання** нашої **роботи входило** вивчення динаміки ударного й хвилинного обсягів крові після виконання тестувальних навантажень у спортсменів різних спеціальностей.
* **Ми поставили перед собою наступні завдання**: експериментально розробити методику використання перегонів у заняттях з жінками середнього віку; визначити обсяг, інтенсивність перегонів й межі змін частоти серцевих скорочень у процесі бігового навантаження.
* **Ми поставили своїм завданням вивчити** вплив тренувальних навантажень на вікові особливості пристосувальних реакцій у школярів молодшого й середнього віку.
* Перед працівниками системи наукової організації праці, викладачами фізичної культури, методистами виробничої гімнастики **постає завдання розробки** заходів, що сприяють розвитку у роботі творчих процесів і перетворенню його в першу потребу здорової людини. Значно **розширюється коло завдань** виробничої та трудової гімнастики ... **Вирішенню цього завдання багато в чому буде сприяти** правильний вибір комплексів вправ, що застосовуються під час фізкультурних пауз.
* На поточному етапі розвитку гімнастики перед фахівцями **постає низка першочергових завдань**, пов’язаних з розвитком її теорії та методики.
* Найбільш значним науковим результатом, отриманим за ці роки, **стало комплексне вирішення так званого зворотного завдання** біодинаміки. **Суть цього завдання полягає** **у** визначенні сил і силових моментів, що діють у суглобах при русі людини, що і є, у певному сенсі, тією причиною, яка ці рухи викликає. **Вирішення** цього **завдання має принципове значення**.
* **Завдання полягало в тому,** щоб розробити малогабаритну, стійку до перешкод багатоканальну радіотелеметричну апаратуру, здатну передати максимальний обсяг інформації про стан людини.

**Завдання 4.** Прочитайте фрагменти авторефератів дисертацій. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* **Метою цієї роботи було визначення** оптимальних кількісних величин кінематичних і динамічних характеристик стрибків у глибину для конкретних вікових груп хлопчиків у діапазоні 7–11 років і розробка практичних рекомендацій із застосування стрибків у глибину для розвитку швидкісно-силової підготовленості дітей.

**Для досягнення даної мети вирішувалися наступні завдання**:

1. **Визначити** початковий рівень швидкісно-силової підготовленості хлопчиків 7-8, 8-9, 9-10, 10-11 років.

З цією метою **ставилися певні завдання**:

а) **установити** середні показники стрибка вгору з місця поштовхом двох ніг для досліджуваних вікових груп хлопчиків;

б) **установити** середні показники стрибка в довжину з місця у тих же випробуваних.

1. **Розробити** кількісні характеристики висоти, дальності та кількості повторень стрибків у глибину для кожної досліджуваної групи хлопчиків.

**Для отримання перерахованих кількісних характеристик** стрибків у глибину **вирішувалися наступні завдання:**

а) визначити висоту стрибка у глибину;

б) визначити відстань від тумбочки до місця приземлення;

в) визначити відстань від місця відштовхування до наступної тумбочки;

г) визначити дозування стрибків в одному підході (серії).

1. **Визначити** динаміку показників швидкісно-силової підготовленості при стрибках у глибину з різних висот.

* **Виходячи з мети роботи, ми поставили до вирішення два основних завдання**:

1. **вивчити** вплив тренування різної спрямованості у підготовчому періоді на зростання спортивних результатів спортсменів у змагальному періоді;
2. **вивчити** вплив тренування різної спрямованості у підготовчому періоді на адаптацію організму спортсмена до змагального навантаження, що виконується у змагальному періоді.

* Завдяки висунутій гіпотезі **визначені конкретні завдання дослідження**:

1. **Зробити** біохімічний **аналіз** техніки веслування на байдарках і каное.
2. **Дослідити** ефективність тестування спеціальної працездатності веслярів за допомогою тренувально-ергометричного веслувального апарата.
3. Експериментально **дослідити** ефективність навчання техніці веслування й підвищення спеціальної працездатності веслярів за допомогою тренувально-ергометричного веслувального апарата.

* **Відповідно до мети нашої роботи були поставлені наступні конкретні завдання**:

1. **Визначити** вплив характеру побудови програм занять різної переважної спрямованості на працездатність веслярів.
2. **Дослідити** особливості впливу на організм кваліфікованих веслярів занять різної переважної спрямованості зі значними навантаженнями.
3. **Вивчити** сумарний вплив на організм кваліфікованих веслярів кількох занять зі значними навантаженнями залежно від їхньої спрямованості й особливостей чергування.

СЛОВНИК:

цикли тренування

підготовчий період

змагальний період

змагальне навантаження

педагогічний контроль

виробнича гімнастика

програма заняття

практичні рекомендації

структура навантаження

адаптація організму

стресові реакції

тестувальне навантаження

рівень підготовленості

спеціальна працездатність

вікові особливості

початковий рівень

середні показники

спортивні результати

технічна підготовка

фізична підготовленість

довільна композиція

комплекси вправ

рухові дії

фіксоване положення

динамічна стійкість

біохімічний аналіз

ергометричний апарат

кінематична характеристика

динамічна характеристика

кількісна характеристика

максимальний обсяг

психомоторна активність

вестибулярний апарат

кінограма

біодинаміка

фаза гребка

траєкторія польоту

дальність стрибка

ударний об᾿єм крові

ЧСС -- частота серцевих скорочень

гомеостаз

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

важливе завдання

головне завдання

складне завдання

найближче завдання

кінцеве завдання

актуальне завдання

конкретне завдання

практичне завдання

теоретичне завдання

першочергове завдання

різні завдання

однакові завдання

численні завдання

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

завдання вивчення тренувальних навантажень

завдання дослідження стресових реакцій

завдання створення нових методів тренування

завдання побудови тренувального циклу

завдання виняткової важливості

завдання величезного теоретичного та практичного значення

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складних і складених прикметниках. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

першочергові завдання

біомеханічний аналіз

ергометричний апарат

малогабаритна апаратура

багатоканальна апаратура

радіотелеметрична апаратура

швидкісно-силова підготовка

спортивно-технічні результати

техніко-естетичний вид спорту

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на префікси в спільнокореневих словах:

фізичне навантаження

психологічне перевантаження

завантаження лиж

розвантаження організму

зростання спортивних результатів

величина приросту навантаження

вікова група

навантаження, що зростають

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах. Зверніть увагу на суфікси прикметників, утворених від іменників:

виробництво – виробничий – виробнича гімнастика

кількість – кількісний – кількісна оцінка

адаптація – адаптаційний – адаптаційний період

удар – ударний – ударний об᾿єм крові

хвилина – хвилинний – хвилинний об᾿єм крові

швидкість – швидкісний – швидкісна витривалість

вік – віковий – вікові особливості

аналогія – аналогічний – аналогічний показник

техніка – технічний – технічна майстерність

динаміка – динамічний – динамічна стійкість

сила – силовий – силовий прийом

ціль – цільовий – цільове навчання

фаза – фазовий – фазовий склад гребка

стрес – стресовий – стресові реакції

підготовка – підготовчий – підготовчий період

змагання – змагальний – змагальний період

функція – функціональний – функціональний стан

експеримент – експериментальний – експериментальні дослідження

максимум – максимальний – максимальний обсяг

мінімум – мінімальний – мінімальне напруження

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси іменників, утворених від дієслів, на значення віддієслівних іменників:

вирішити завдання – вирішення завдання

виконати завдання – виконання завдання

здійснити завдання – здійснення завдання

визначити завдання – визначення завдання

формулювати завдання – формулювання завдання

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях промовляйте разом:

намітити головне завдання дослідження

сформулювати зазначене завдання дослідження

виконати поставлене завдання дослідження

здійснити намічене завдання дослідження

визначити конкретне завдання дослідження

перелічити окремі завдання дослідження

вказати основні завдання дослідження

**Завдання 8.** Слухайте словосполучення й в інтервалах повторюйте їх.Стежте за вимовою слів у словосполученнях:

вплив тренування ...

вплив тренування на зростання …

вплив тренування на зростання результатів ...

вплив тренування на зростання спортивних результатів ...

адаптація організму ...

адаптація організму спортсмена ...

адаптація організму спортсмена до навантаження ...

адаптація організму спортсмена до змагального навантаження

**Завдання 9.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Завдання нашого дослідження – / вивчення впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Головним завданням нашого дослідження / було вивчення впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Завдання нашого дослідження / полягає у вивченні впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* **У** завдання нашого дослідження / входило вивчення впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Завдання нашого дослідження / зводиться до вивчення впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Завдання нашого дослідження / полягає у вивченні впливу тренувальних навантажень/ на зростання спортивних результатів.
* Завдання нашого дослідження полягало в тому, / щоб вивчити вплив тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Ми поставили перед собою завдання / вивчити вплив тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Суть нашого завдання / полягає у вивченні впливу тренувальних навантажень / на зростання спортивних результатів.
* Вирішення цього завдання / має принципове значення.
* Виходячи з мети роботи, / ми повинні вирішити / ще кілька окремих завдань.
* Висунута гіпотеза / визначила конкретні завдання дослідження

**Завдання 10.** Підготуйте розповідь про основні завдання вашого наукового дослідження, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**МЕТОДИ Й МЕТОДИКА НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

прямий

науковий

доступний

об'єктивний

оптимальний

ефективний метод

перспективний

оригінальний

(не) надійний

(не) зроблений

конструктивний

описаний

застосовуваний

запропонований

розроблений

розглянутий

удосконалений

науково-обґрунтований

аналітичний

математичний

фізичний

хімічний

графічний

фізіологічний

експериментальний

фізико-математичний

нова

стара

колишня

наукова

передова

стандартна методика

сучасна

зроблена

застосовувана

запропонована

вироблена

розроблена

рішення чого

описання чого?

метод отримання чого?

визначення чого?

доведення чого?

наукового аналізу

вивчення чого?

методика опису чого?

дослідження чого?

проведення чого?

аналіз

опис наявних методів

розгляд

формулювання

обґрунтування нового методу чого?

розробка

опис

поліпшення методики проведення експерименту

уточнення методики експерименту

використання

удосконалення

вивчати

досліджувати

аналізувати нові методи чого?

викласти

узагальнити

обґрунтувати

розглянути наявні методи чого?

порівняти

описувати що? графічним методом

аналізувати що? фізико-хімічним методом

описати

обговорити методику дослідження

розглянути

змінити

удосконалювати методику експерименту

(удосконалити)

створити

опанувати

застосувати

скласти більш досконалу методику чого?

запропонувати

розробити

використовувати

володіти

користуватися сучасною методикою чого?

опанувати сучасну методику чого?

вести дослідження з наступної методики

існує кілька методів вирішення чого?

описаний

зазначений метод розглянутий у спеціальній літературі

зустрічається в роботах кого?

у даній статті викладається метод побудови чого?

перейдемо до короткого викладу за пропонованого методу чого?

опису

найпоширенішими є наступні методи

застосовується

ця методика використовується ким? для чого? у чому?

розробляється

запропонована методика ґрунтується на чому?

методика проведення чого? викладена в статті кого?

проаналізувавши методику експерименту, ми дійшли висновку, що...

**Завдання 2.** Прочитайте уривки зі статей*,* опублікованих у наукових журналах. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* Для виявлення індивідуальних особливостей стану нервової системи **застосовувалася комплексна методика** ... Усі **дослідження проводилися за загальноприйнятою методикою.**
* В останні три тижні перед змаганням першочергове завдання полягає у стабілізації набутих і перетворених форм координації рухів. За основний шлях стабілізації навичок **використовують методи стандартно-повторюваної вправи** з установкою на можливо менші відхилення параметрів руху від обраного зразка.
* У даній роботі **використана спроба методами математичної статистики** кількісно **оцінити** ефективність дій волейболістів під час змагань.
* У результаті багаторічної роботи зі студентами спеціальної медичної групи в нас **виробилася** певна **методика занять.**
* Протягом двомісячного періоду підготовки до змагань 10 атлетів 1-ої (контрольної) групи **застосовували традиційну методику** підготовки до змагань. Спортсмени 2-ої (експериментальної групи) протягом того ж періоду підготовки застосовували у тренувальному процесі **метод розчленовано-конструктивної вправи**.
* Дослідження трьох моделей точних рухів здійснювалися в лабораторних та змагальних умовах. Із цією метою **був використаний механографічний метод реєстрації** кінематичних характеристик технічних дій волейболіста, підґрунтям якого став графічний запис шляху переміщення спортсмена з дискретною оцінкою часу його дій. Поряд із цим **застосовувалася кінозйомка.** **Обробка даних проводилася за загальноприйнятою аналітичною методикою** з розрахунками коефіцієнтів варіації часових, просторових і швидкісних характеристик в окремих фазах рухової дії.
* Виходячи з актуальності та практичної значущості вирішення цих питань, ми спробували експериментально **обґрунтувати розроблену** нами **методику підготовки** юних ковзанярів 14-16 років.
* Враховуючи, що **наявні методи оцінки** функціонального стану юних спортсменів недостатньо об’єктивні, ми вирішили використовувати варіаційну пульсометрію для вирішення цього завдання.
* **Вивчення спортивної техніки методами тензометрії та гоніометрії** досить широко використовується в різних видах спорту. У даній роботі **використані обидва методи** для аналізу основних схем розвантаження лиж у техніці гірськолижного спорту.
* Вивчення індивідуальних психофізіологічних особливостей випробуваних **проводилося за комплексною програмою, що вміщує такі методики** ... **Отримані за допомогою зазначених методик** психофізіологічні показники аналізувалися у зв’язку із критерієм надійності й ефективності змагальної діяльності спортсменів.
* За останні роки в дослідженнях техніки гірськолижного спорту **все більшого розвитку набувають методи** біомеханіки й математики
* **Методика лабораторного велоергометричного тестування** для визначення всього комплексу аеробних, анаеробних і ергометричних параметрів **була стандартною й проводилася відповідно до загальноприйнятих** у біологічних дослідженнях **рекомендацій**.
* Фахівці повинні в майбутньому **розробити нові рекомендації з методики** технічної, фізичної, психологічної (тактичної і теоретичної) **підготовки** гімнастів.
* Відомо, що **до обов'язкових і традиційних методів вивчення** стану спортсмена при його медичному обстеженні **належить** контроль над ритмом серцевих скорочень.
* Комплексну оцінку реакцій серцево-судинної й дихальної систем на фізичне навантаження **пропонується проводити за певною методикою**.
* Широке **впровадження математичних методів** у дослідженні природи різних здатностей людини, безумовно, – прогресивне явище.
* **Мета** проведеного **дослідження полягала в розробці методики оцінки** швидкісних якостей гравців у настільний теніс на електронній установці з лазерним променем, що забезпечує одержання термінової інформації.
* Найважливішим питанням в **удосконалюванні методики тренування** волейболістів є обґрунтування індивідуальних тренувальних навантажень.
* **Розроблений і використовуваний** нами **метод** гідроакустичної спідографії докладно описаний раніше.
* **Застосування** будь-якого **методу** суворо регламентованої вправи завжди пов’язане із виконанням дозованого навантаження, що може поєднуватися з відпочинком певної тривалості й характеру.
* **Запропонований метод** уводить у тренування додаткове навантаження, змушуючи спортсмена, з одного боку, адаптуватися до основної тренувальної роботи, а з іншого – пристосовуватися до підвищеного опору дихання на вдиху й видиху.
* **На підставі запропонованого методу** автор спроектував і виготовив цифрове обладнання для вимірювання стрибучості.
* У комплексній оцінці стану серцево-судинної системи спортсменів важливе місце приділяється дослідженням акустичних проявів серцевої діяльності. Для їхньої характеристики й оцінки поряд із фонокардіографією останнім часом **став застосовуватися метод** спектрального аналізу, що дозволяє судити про певний склад звуків серця й енергії, що припадає на частку компонентів різної частоти.

**Завдання 3.** Прочитайте уривки авторефератів дисертацій. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* **У процесі дослідження використовувалися наступні основні методи** одержання даних для теоретичного аналізу:

1. **Вивчення літературних джерел**.
2. **Вивчення досвіду практичної роботи шляхом**: очного й заочного опитування тренерів і спортсменів; спостереження за плавцями під час змагань і тренувань; надводної й підводної кінозйомки кращих плавців Німеччини й України.
3. **Експериментальні дослідження із застосуванням наступних сучасних методик**: динамографія, оксиспірографія, сумарна й усічена пульсометрія, хронометрування вправ-тестів /доповнене реєстрацією кількості циклів рухів і, в окремих випадках, кінозйомкою/, візуальна оцінка дій плавця.

**На підставі даних** вправ-тестів і даних оксиспірографії (або пульсометрії) за формулами, описаними нижче, визначилася відносна рентабельність тих або інших форм руху.

Як вправи-тести використовувалося плавання на дистанціях 25, 50 і 200 метрів із заданою (також і максимальною) швидкістю.

Методика пульсометрії досить докладно описана в ряді праць.

**Опис використаної нами методики** динамографії та оксиспірографії **наводиться нижче.**

**При вирішенні поставлених завдань були застосовані наступні методи наукового дослідження**:

1. **Аналіз і узагальнення літературних даних українських та іноземних авторів з теми дослідження.**
2. **Педагогічні спостереження**.
3. **Математична статистика.**

**Під час педагогічного спостереження й експерименту реєструвалися показники** в контрольних вправах-тестах, а також кінематичні й динамічні характеристики руху при стрибках у глибину. **Кінематичні й динамічні характеристики реєструвалися шляхом тензометрії**.

**Вирішення поставлених завдань здійснювалося за допомогою наступних методів**: аналіз наукової й методичної літератури, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент.

**Для комплексної реєстрації** кількісних характеристик силових, часових і просторових величин досліджуваного руху **використовувалася сконструйована нами установка** «……….».

У природних умовах тренування гімнастів **для об’єктивної комплексної оцінки** основних параметрів рухової дії **використовувалися наступні методи**: тензографія, акселерографія, гоніографія, кіноциклографія, пульсометрія, експертна оцінка якості виконання гімнастичних вправ.

**Нами були використані наступні методичні прийоми**:

педагогічні спостереження, хронографія, елекрокардіографія, рефлексографія, термографія, вплив на рецепторний апарат тактильного, слухового й зорового аналізаторів і варіаційна статистика.

**Основним методом дослідження був педагогічний експеримент**, **у ході якого застосовувалися спостереження, педагогічне тестування, хронометрія**. **Результати досліджень опрацьовувалися методами математичної статистики. Для з'ясування стану питання проводилися теоретичні аналізи й узагальнення даних літературних джерел, опитування й анкетування фахівців з** баскетболу**.**

**Педагогічні спостереження проводилися** на змаганнях з баскетболу різного масштабу **з метою виявлення** найпоширеніших способів виконання кидків м’яча в кошик.

**Хронографія застосовувалася** **для реєстрації** часових компонентів кидків за допомогою контактних кілець, устілки й сейсмоприймача.

**Реєстрація всіх досліджуваних параметрів** **проводилася** на 2-канальному електрокардіографі «Елкар-2».

СЛОВНИК:

педагогічне спостереження

педагогічний експеримент

аналіз літературних джерел

анкетування

педагогічне тестування

велоергометричне тестування

оперативний медичний контроль

очне опитування

заочне опитування

візуальна оцінка

експертна оцінка

контрольна група

експериментальна група

дозоване навантаження

розрахунки коефіцієнтів

часові характеристики

просторові характеристики

швидкісні характеристики рухів

кінематичні характеристики

динамічні характеристики

аеробні

анаеробні параметри

ергометричні

тактильний

слуховий аналізатор

зоровий

рецепторний

вестибулярний апарат

регуляторні механізми

рентабельність форм рухів

координація рухів

центральна нервова система (ЦНС)

вегетативна нервова система

збудливість центральної нервової системи

нервово-м’язовий апарат

лабільність нервово-м’язового апарату

головний мозок

саморегуляція головного мозку

ритм серцевих скорочень

імпульс

імпульсні струми

метод стандартно-повторюваної вправи

метод виокремлено-конструктивної вправи

метод спектрального аналізу

метод центральної електроанальгезії

механографічний метод

спортивна метрологія

варіаційна пульсометрія

ізометрія

тензометрія

гоніометрія

пульсометрія

хронометрування

гідроакустична спідографія

сейсмокардіографія .

фонокардіографія

електрокардіографія

динамографія

оксиспірографія

тензографія

гоніографія

акселерографія

кіноциклографія

хронографія

рефлексографія

треморографія

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте*,* повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

науковий метод

доступний метод

об’єктивний метод

оптимальний метод

ефективний метод

оригінальний метод

аналітичний метод

конструктивний метод

перспективний метод

експериментальний метод

науково-обґрунтований метод

досконала методика

методика, яка застосовується

нова методика

стара методика

наукова методика

передова методика

стандартна методика

сучасна методика

відпрацьована методика

запропонована методика

розроблена методика

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

метод наукового аналізу

метод вимірювання артеріального тиску

метод одержання експериментальних даних

метод визначення якісних показників

методика вивчення даної проблеми

методика обробки отриманих даних

методика дослідження тренувальних навантажень

методика експериментального дослідження

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складних іменниках:

ковзаняр

багатоборство

кінозйомка

кінокамера

біомеханіка

гідроакустика

саморегуляція

пульсометрія

кровообіг

хронометрування

електрокардіографія

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складних і складених прикметниках. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

гірськолижний спорт

двомісячний період

механографічний метод

ватерпольна команда

загальноприйнята методика

цілорічне тренування

щоденні заняття

сприятливі умови

психологічні особливості

велоергометрічні тестування

нервово-м’язовий апарат

метод стандартно-повторної вправи

метод виокремлено- конструктивної вправи

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси у спільнокореневих словах:

дозувати навантаження ...

навантаження дозується ...

дозоване навантаження ...

стабілізувати результат ...

стабілізація результату …

стабільний результат ...

стабільність результату ...

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на значення іменників із суфіксом -ість, утворених від прикметників:

активне серце – активність серця

надійна інформація – надійність інформації

перспективний метод – перспективність методу

чутливе око – чутливість ока

ефективна дія – ефективність дії

стабільний результат – стабільність результату

тривалий відпочинок – тривалість відпочинку

результативний спортсмен – результативність спортсмена

працездатний спортсмен – працездатність спортсмена

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси іменників, утворених від дієслів:

трактувати питання – трактування питання

розраховувати коефіцієнти – розрахунок коефіцієнтів

класифікувати методи – класифікація методів

реєструвати показники – реєстрація показників

стабілізувати навички – стабілізація навичок

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси дієприкметників теперішнього часу. Визначте вид дієслів:

обговорювати метод – обговорюваний метод

використовувати метод – використовуваний метод

розглядати метод – розглянутий метод

застосовувати методику – застосовувана методика

запропонувати методику – запропонована методика

проаналізувати методику – проаналізована методика

**Завдання 9.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси дієприкметників минулого часу. Визначте вид дієслів:

описати метод – описаний метод

застосувати метод – застосовуваний метод

запропонувати метод – запропонований метод

розробити метод – розроблений метод

удосконалити метод – удосконалений метод

виготовити прилад – виготовлений прилад

послабити здоров'я – послаблене здоров'я

підвищити опір – підвищений опір

набути навички – набуті навички

перетворити форми – перетворені форми

спроектувати обладнання – спроектоване обладнання

**Завдання 10.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

обґрунтувати новий метод дослідження

розробити оптимальний метод дослідження

сформулювати конструктивний метод дослідження

вивчити передові методи дослідження

описати наявні методи дослідження

обговорити сучасну методику дослідження

поліпшити колишню методику експерименту

змінити стандартну методику експерименту

застосувати більш досконалу методику експерименту

**Завдання 11.** Слухайте речення і в інтервалах повторюйте їх. Стежте за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Існує кілька методів / вирішення даної проблеми.
* Зазначений метод / описаний у спеціальній літературі.
* У даній статті / викладається методика побудови тренувального циклу / з урахуванням дозованого навантаження.
* Автор перейшов / до короткого викладу запропонованого методу наукового аналізу / експериментальних даних.
* Ця методика / розроблена науковцями нашого університету.
* Усі дослідження / проводилися за загальноприйнятою методикою.
* Отримані дані / оброблялися методами математичної статистики.
* У процесі роботи / ми використовували сучасні методи дослідження.
* Основним методом дослідження / був педагогічний експеримент.
* Вирішення поставлених завдань / здійснювалося за допомогою наступних методів: / аналіз спеціальної літератури, / педагогічні спостереження, / педагогічний експеримент.

**Завдання 12.** Підготуйте повідомлення про методи наукового дослідження, які ви будете застосовувати для вирішення завдань вашої дисертаційної роботи, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**ПРЕДМЕТ І ОБ’ЄКТ НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання1.** Запам’ятайте:

новий

важливий

головний

особливий

основний об’єкт дослідження

гарний

прекрасний

цікавий

визначений

вивчення

об’єкт спостереження

дослідження

предмет вивчення

дослідження

мати свій предмет дослідження

становити основний предмет дослідження

стати

залишатися важливим предметом вивчення

бути (бути)

входити у предмет дослідження

обрати основні об’єкти чого?

перелічити

служити об’єктом чого? для чого?

бути (стати) об’єктом чого? для чого?

залишатися головним об’єктом чого? для чого?

виявитися прекрасним об’єктом чого?

зробити що? об’єктом чого?

розглядати що? як об’єкт для чого? (у якості об’єкта чого?)

це стало головним предметом наукового дослідження

це є предметом детального вивчення

це служить предметом всебічного дослідження

об’єктом для свого дослідження автор обрав що?

**Завдання 2.** Прочитайте уривки зі статей, опублікованих у наукових журналах, і уривки з авторефератів дисертацій. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* Спорт для космонавта – **предмет особливої уваги**, оскільки для космічного польоту мало бути просто здоровою, треба бути ще й всебічно тренованою людиною.
* При структурно-функціональному підході до **визначення предмета** спортивної **медицини й** лікувальної **фізкультури** можна виділити два аспекти.
* В останні роки соціальна значимість спорту особливо зросла. Ця закономірність чітко проявляється у специфіці діяльності спортсменів високого класу – учасників Олімпійських ігор, тому досвід їх підготовки – **об’єкт пильної уваги** всіх наукових і практичних працівників сфери спорту.
* У період попередньої підготовки в умовах експериментального тренувального збору обстежувалася група борців. На одному із занять спортсмени виконували значне тренувальне навантаження, вплив якого на подальший стан організму й **був основним об'єктом цього дослідження.**
* У тренувальному процесі **як об’єкт керування виступає** живий **об'єкт** (спортсмен) – складна самоорганізувальна система.
* **Об’єктом спостережень стали** дві групи спортсменів: 1-у склали штангісти ІI-III розрядів, 2-у – майстри спорту, учасники міжнародної зустрічі з важкої атлетики – збірні юніорів України та Польщі.
* **На підставі** математичного **опису** реального **об’єкта** й інформації про його поведінку складаються рівняння різних функціональних залежностей.
* Але оскільки **об’єктом** цього **процесу є** людина у всій складності її взаємозв’язків із довкіллям, ефективність процесу багато в чому детермінована ступенем відповідності використовуваних засобів і методів педагогічного впливу фізіологічним закономірностям, вимогам гігієни, конкретному стану кожного, хто займається.
* Сам **об’єкт** (спортивно-педагогічний процес) **береться** нами **як** абстракція нульового рівня; тобто тут ще не застосовувалися процедури, **що перетворюють об’єкт** із нескінченною безліччю властивостей в об'єкт, що має кінцеву кількість властивостей, зв’язків і відносин.
* **Предмет дослідження**. У баскетболістів у зв’язку з рівнем спеціальної підготовленості, тренувальним навантаженням і при сенсорних обмеженнях вивчалися співвідношення часових характеристик кидків м’яча у кошик (із гри й штрафні), психофізіологічні показники та їх вплив на точність кидків.
* **Об’єкт дослідження**. У дослідженнях брали участь баскетболісти високого класу й новачки.

СЛОВНИК:

соціальна значимість спорту

всебічно тренована людина

учасники міжнародної зустрічі

учасники Олімпійських ігор

спортсмен високого класу

наукові працівники сфери спорту

практичні працівники сфери спорту

збірна юніорів

передзмагальна підготовка

спортивно-педагогічний процес

тренувальний процес

тренувальне навантаження

тренувальний збір

специфіка діяльності спортсменів

спортивна медицина

лікувальна фізкультура

сенсорні обмеження

абстракція нульового рівня

самоорганізувальна система

математичний опис

педагогічний вплив

фізіологічні закономірності

часові характеристики

психо-фізіологічні показники

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

предмет вивчення

предмет дослідження

предмет особливої уваги

об’єкт вивчення

об’єкт спостереження

об’єкт дослідження

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

новий предмет дослідження

важливий предмет дослідження

головний предмет дослідження

основний об’єкт дослідження

особливий об’єкт дослідження

цікавий об’єкт дослідження

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу у складних і складених словах. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

фізкультура

закономірність

всебічний розвиток

міжнародна зустріч

самоорганізувальна система

психофізіологічні показники

структурно-функціональний підхід

спортивно-педагогічний процес

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежте за наголосом в однокореневих словах. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

тренуватися ... тренер ... тренування ... тренувальне навантаження ...

тренований спортсмен ... тренованість спортсмена ...

підготувати команду ... підготовка команди ... підготуватися до змагань ...

підготовлений спортсмен ... підготовленість спортсмена ... самопідготовка ...

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежте за ритмікою слів та інтонаційним центром словосполучень. Зверніть увагу на суфікси дієприкметників теперішнього часу й іменників. Визначте вид дієслів:

бачити – видимий – видимість

видимість успіху

значити – значимий – значущість

соціальна значущість спорту

залежати – залежний – залежність

залежність результату від психологічного стану спортсмена

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на структуру активних і пасивних конструкцій:

обстежити групу спортсменів – обстежилася група спортсменів

виконувати значне навантаження – виконується значне навантаження

проводити обробку даних – проводилася обробка даних

виробити нову методику – виробилася нова методика

застосовувати стандартну методику – застосовується стандартна методика

узагальнювати передові методи дослідження – узагальнюються передові методи дослідження

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

служити об'єктом вивчення

стати новим предметом вивчення

бути головним об’єктом спостереження

виявитися чудовим об’єктом спостереження

бути важливим предметом дослідження

входити у предмет дослідження

перелічити основні об’єкти дослідження

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

* тренований спортсмен ... всебічно тренований спортсмен ...
* об’єкт дослідження ... основний об’єкт дослідження ... основний об’єкт цього дослідження ...
* специфіка діяльності ... специфіка діяльності спортсменів ... специфіка діяльності спортсменів високого класу ...
* інформація про поведінку ... інформація про поведінку спортсменів ... інформація про поведінку спортсменів під час змагань ...

**Завдання 9.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежите за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Підготовка олімпійського резерву / – головний предмет цього дослідження.
* Підготовка олімпійського резерву / стала головним предметом цього дослідження.
* Підготовка олімпійського резерву / є головним предметом цього дослідження.
* Усе це / входить у предмет цього дослідження.
* Усе це / послужило предметом цього дослідження.
* Вивчення досвіду Олімпійських ігор / стало основним об’єктом наших досліджень.
* Об’єктом наших спостережень / були дві групи спортсменів / – контрольна й експериментальна.
* Об’єктом наших спостережень / стали баскетболісти високого класу й новачки.
* Об’єктом для свого дослідження / автор обрав фізичну підготовленість дітей / молодшого шкільного віку.

**Завдання 10.** Підготуйте повідомлення про предмет і передбачувані об’єкти вашого наукового дослідження, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції

**ГІПОТЕЗА НАУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ**

**І**

**Завдання 1.** Запам’ятайте:

нова

смілива

дана

робоча

наукова

остання

сучасна гіпотеза

цікава

оригінальна

плідна

перспективна

головна

зазначена

різні

однакові гіпотези

наявні

розвиток

розробка

обґрунтування гіпотези

спростування

підтвердження

висунути

висловити цікаву гіпотезу

перевірити

обґрунтувати гіпотезу кого? про що?

підтримати

підтвердити гіпотезу кого? про що?

спростувати

розвити

прийняти

викласти гіпотезу про що?

розробити

побудувати свою гіпотезу на чому?

виступити з гіпотезою про що?

прийти до цієї гіпотези

привести

зупинитися на гіпотезі про що?

дати обґрунтування гіпотезі про що?

розглядати що? як робочу гіпотезу

бути однією з найцікавіших й перспективних гіпотез

проведені дослідження привели до ряду гіпотез про що?

будується

гіпотеза кого? про що? базується на чому?

ґрунтується

висунута ким? в... році

розроблена ким?

ця гіпотеза була підтверджена експериментально

спростована ким?

після встановлення чого?

одержала подальший розвиток в роботах кого?

висунута ким? гіпотеза підтвердилася експериментально

суперечить основним законам чого?

усе говорить на користь висунутої гіпотези

ці гіпотези нині здаються непереконливими

у цієї гіпотези немає експериментального підтвердження

це було остаточним спростуванням гіпотези

**Завдання 2.** Прочитайте уривки зі статей, опублікованих у наукових журналах Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* У процесі дослідження **ми припустили, що** соціометричний статус плавців позитивно корелює з такими показниками, як: а) паспортний вік; б) роки спільних занять спортом (плаванням); в) спортивна майстерність; г) загальний плавальний стаж; д) зріст; е) вага, антропометричні дані; ж) спосіб плавання.
* У нашому дослідженні **передбачалося виявити** вплив певних навантажень важкоатлета на характер зміни спортивних досягнень у ривку й поштовху. **Ми вважали** оптимальним співвідношення окремих навантажень тоді, коли між результатами у поштовху й ривку зберігалося співвідношення, що дорівнює 1:3.
* Беручи до уваги, що студенти педагогічних факультетів фізичної культури при вступі до університету і після закінчення його, як мінімум, повинні мати II розряд з обраного виду спорту, **можна припустити наступне:** чим більше абітурієнтів мають 1 розряд і вище при вступі до університету, тим прозоріше проводяться набір і відбір абітурієнтів на факультети.
* При обробці експериментальних даних обміну альбуміну **ми спиралися на** припущення, що препарат рівномірно розподіляється в системі, що складається із внутрішньосудинного й позасудиного пулів.
* **Ми виходили із припущення, що** й в умовах настільки своєрідного виду спорту, як фехтування, ЧСС може служити об'єктивним показником, що відбиває як функціональний стан спортсмена, так і величину виконуваного ним навантаження.
* На підставі аналізу наявних даних і узагальнення практичного досвіду **нами була сформульована робоча гіпотеза про** переважальний вплив об'ємних навантажень на розвиток м’язової сили й швидкісно-силових якостей з урахуванням цілеспрямованого спортивного тренування юних ковзанярів.
* На великому експериментальному матеріалі, зокрема, установлено, що робочий ефект вибухового зусилля залежить мінімум від чотирьох факторів: абсолютної, стартової й прискорювальної сили, а також від абсолютної швидкості руху. Крім того, **висунута гіпотеза, що ці фактори** в повному складі генетично задані нервово-м'язовому апарату людини.
* **Гіпотеза нашої роботи полягала в наступному.** У динаміці річного циклу спостерігається певна й цілком логічна змінюваність провідних тренувальних завдань і відповідно до них зміна параметрів навантаження щодо засобів підготовки, що, природно, відбивається на рівні контрольних досягнень. Очевидно, існують засоби контролю, які несуть інформацію про стан метальників протягом цілорічного циклу й окремо за періодами підготовки.

**Завдання 3.** Прочитайте фрагменти авторефератів дисертацій. Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

**Робоча гіпотеза**. Виходячи з фізіологічних механізмів лікувальної дії фізичних вправ, **можна вважати, що** застосування спеціальних вправ буде сприяти зменшенню гіпоксії й нормалізації судинного тонусу. У цьому плані представляється перспективною розробка методики лікувальної фізкультури, що включає різні варіанти тренувальної програми з урахуванням кисневих режимів у хворих на гіпертонічну хворобу. Подібна побудова методики ЛФК дає можливість індивідуалізувати застосування фізичних вправ і підвищити ефективність комплексного лікування.

Аналіз 219 вітчизняних і 41 іноземного джерела і теоретичні передумови науки про рухи людини **дозволили сформулювати робочу гіпотезу**. Сучасні **дані про** особливості формування навичок при навчанні **припускають, що** складна система рухів спортсмена повинна будуватися шляхом спеціалізованого використання приладів різної ваги. Такий підхід дозволить ефективніше вирішувати завдання формування техніки кожної частини рухового акту й усього руху в цілому з урахуванням дії реактивних та інерційних сил.

Метою роботи була розробка критеріїв оцінки технічної майстерності й виявлення факторів, що визначають спортивну підготовленість плавців-кролістів. При цьому **ми виходили з гіпотези, що** аналіз факторів, що визначають спортивну підготовленість, дозволить установити приховане збільшення швидкості плавання. Розробка критеріїв для оцінки різних сторін підготовленості спортсмена дозволить підвищити ефективність керування процесом удосконалення технічної майстерності й виховання фізичних якостей плавців-кролістів.

**Робоча гіпотеза полягала в тому, що** вивчення техніки спортсменів різної кваліфікації дозволить, по-перше, визначити оптимальні варіанти техніки, по-друге, виявити залежність показників техніки від спортивної кваліфікації штовхальниківядра, по-третє, виявитинайбільш типові помилки в техніці штовхання ядра.

**Гіпотеза.** **Передбачається, що** практичне значення програмування координації рухів у педагогічному процесі буде полягати в організації раціонального управління, що ґрунтується на даних оптимально просторово-часових відносин. Побудова та функціонування системи рухів за цими характеристиками установлює провідний рівень регуляції та сприяє виділенню предметних властивостей моторного акту.

**Робоча гіпотеза.** Приступаючи до дослідження**, ми вважали, що** структурно-функціональний підхід до аналізу регуляції пози акробатів дозволить вивчити індивідуальні дії партнерів у системі взаємозалежних тіл і розробити нові прийоми й методи, спрямовані на підвищення спортивної майстерності.

**Робоча гіпотеза.** **Ми припускали, що** вивчення впливу різних тренувальних програм дозволить виявити деякі особливості змін спеціальної працездатності під їхнім впливом, а також визначити найбільше ефективні методичні прийоми побудови тренувального процесу на етапі входження у спортивну форму.

**Робоча гіпотеза.** **Ми припускаємо, що** включення у тренувальний процес на етапах змагального періоду спеціально підібраних засобів стрілецької підготовки дозволить якісно поліпшити стійкість системи «стрілок-зброя» при виконанні пострілу й за рахунок цього підвищити результати в стрільбі. Дослідження техніки стрільби в біатлоні дасть можливість простежити динаміку зв’язку між внутрішніми факторами, що впливають на результат, і часом, затрачуваним на стрільбу. Побудова моделей біатлоніста з урахуванням його стрілецьких можливостей дозволить прогнозувати зміни елементів техніки стрільби в біатлоні.

СЛОВНИК:

обраний вид спорту

розряд з виду спорту

спортивна кваліфікація

спортивна форма

спортивна майстерність

технічна майстерність

окремі навантаження

об'ємні навантаження

об’єктивний показник

параметри навантаження

фізичні якості

швидкісно-силові якості

експериментальний матеріал

експериментальні дані

м'язова

абсолютна сила

стартова

прискорювальна

моторний акт

руховий акт

абсолютна швидкість рухів

реактивні сили

інерційні сили

гіпертонічна хвороба

кисневий режим

гіпоксія

судинний тонус

антропометричні дані

соціометричний статус

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

нова гіпотеза

смілива гіпотеза

наукова гіпотеза

робоча гіпотеза

цікава гіпотеза

оригінальна гіпотеза

перспективна гіпотеза

різні гіпотези

однакові гіпотези

наявні гіпотези

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

розвиток гіпотези

розробка гіпотези

обґрунтування гіпотези

спростування гіпотези

підтвердження гіпотези

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежте за місцем основного наголосу в складних й складених словах. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

важкоатлет

рівномірність

своєрідний вид спорту

соціометричний статус

цілеспрямоване тренування

позасудинні пули

внутрішньосудинні пули

сенсомоторні дії

антропометричні дані

швидкісно-силові якості

просторово-часові відносини

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежите за наголосом в однокореневих словах. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

індивідуалізувати навантаження

індивідуалізація тренувального процесу

індивідуальні дії спортсмена

індивідуальність спортсмена

обробляти експериментальні дані

обробка експериментальних даних

оброблений матеріал

оброблення матеріалу

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на керування дієслів і віддієслівних іменників:

узагальнити досвід – узагальнення досвіду

змінити навантаження – зміна навантаження

забезпечити рівень – забезпечення рівня

проявляти якості – прояв якостей

зменшити гіпоксію – зменшення гіпоксії

прогнозувати результат – прогнозування результату

моделювати діяльність – моделювання діяльності

розвивати силу – розвиток сили

корегувати дії – корегування дій

регулювати позу – регулювання пози

нормалізувати дихання – нормалізація дихання

організувати керування – організація керування

аналізувати дані – аналіз даних

відбирати вправи – відбір вправ

прогнозувати зміни – прогноз змін

підходити до вирішення завдання – підхід до вирішення завдання

входити у спортивну форму – входження у спортивну форму

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси повних пасивних дієприкметників теперішнього й минулого часу. Визначте вид дієслів:

виконувати навантаження – виконуване навантаження

передбачати результат – передбачуваний результат

висунути гіпотезу – висунута гіпотеза

обрати вид спорту – обраний вид спорту

підібрати вправи – підібрані вправи

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Зверніть увагу на суфікси повних і коротких пасивних дієприкметників минулого часу:

прийнята гіпотеза – гіпотеза прийнята

висунута гіпотеза – гіпотеза висунута

спростована гіпотеза – гіпотеза спростована

розроблена гіпотеза – гіпотеза розроблена

підтверджена гіпотеза – гіпотеза підтверджена

**Завдання 8.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

сформулювати робочу гіпотезу

обґрунтувати наукову гіпотезу

висловити цікаву гіпотезу

перевірити висунуту гіпотезу

розглянути прийняту гіпотезу

прийти до даної гіпотези

**Завдання 9.** Слухайте, повторюйте. Стежте за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

* особливості формування ... особливості формування навички ... особливості формування рухової навички ...
* розробка критеріїв ... розробка критеріїв оцінки ... розробка критеріїв оцінки майстерності ... розробка критеріїв оцінки технічної майстерності ...
* передумови науки ... теоретичні передумови науки ... теоретичні передумови науки про рухи ... теоретичні передумови науки про рухи людини ...

**Завдання 10.** Слухайте речення й в інтервалах повторюйте їх. Стежите за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

* Нами була сформульована робоча гіпотеза / про переважальний вплив об’ємних навантажень / на розвиток м’язової сизі.
* Нами була висунута гіпотеза / про переважальний вплив об’ємних навантажень / на розвиток м’язової сили.
* У нашій роботі / ми виходили з гіпотези, / що об’ємні навантаження мають переважальний вплив / на розвиток м'язової сили.
* Робоча гіпотеза полягала у передбаченні / про переважний вплив об’ємних навантажень / на розвиток м’язової сили.
* Робоча гіпотеза полягала в тому, / що об'ємні навантаження мають переважальний вплив / на розвиток м’язової сили.
* Гіпотеза нашої роботи полягала у припущенні / про переважальний вплив об’ємних навантажень / на розвиток м’язової сили.
* Гіпотеза нашої роботи полягала в тому, / що об'ємні навантаження мають переважальний вплив / на розвиток м’язової сили.
* Приступаючи до дослідження, / ми припустили, / що об’ємні навантаження мають переважальний вплив / на розвиток м’язової сили.
* Гіпотеза нашої роботи будується на припущенні / про переважальний вплив об'ємних навантажень / на розвиток м’язової сили.

**Завдання 11.** Підготуйте повідомлення про робочу гіпотезу вашого наукового дослідження, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.

**СТРУКТУРА ДИСЕРТАЦІЇ**

**І**

**Завдання1.** Запам’ятайте:

короткий

розширений вступ

детальний висновок

перший(а)

вступний(а) розділ, глава

оглядовий(а)

заключний(а)

коротке

ясне викладення

докладне

загальний заголовок

детальний

виклад за планом

змісту статті

проспекту дисертації

виклад основних положень

дисертації

книги

дисертації

монографії

книги

журналу

зміст збірника

дисертації

логіка викладу

композиція

коментар

примітки

бібліографія до першої (другої) глави

список літератури

вступ

написати висновок

основну частину

дати

викласти

зазначити що? у вступі

показати в основній частині

розкрити у заключній частині

висвітлити у висновку

розпочати чим? вступом

закінчити висновком

написати

переробити першу (другу) главу

обговорити

зробити висновки по третій главі

висвітлити що? у главі

розподілити матеріал по главам

дати

скласти зміст

розмістити

актуальність теми

у висновку необхідно основні проблеми

у вступі зазначити результати експериментів

наукове значення чого?

дисертація має дві глави

п'ять глав

дисертація складається із двох глав

п'яти глав

перша глава називається

дисертація має назву

розділена (ділиться)

на розділи (параграфи)

зміст відбиває що?

є чим?

розташований в кінці чого?

перераховує заголовки чого?

допомагає розкрити логіку чого?

у змісті перелічується що?

подано перелік глав

вказується на розташування чого?

дисертація

книга має зміст

**Завдання 2.** Прочитайте фрагменти авторефератів дисертацій*.* Зверніть увагу на вживання виділених конструкцій. Значення незнайомих слів визначте за словником.

* **Обсяг роботи та структура дисертації**. Робота викладена на 150 сторінках друкованого тексту, складається зі вступу, шести глав і списку літературних джерел. У першому розділі розглядається стан проблеми, визначаються теоретичні передумови дослідження. У другому розділі формулюються завдання, описуються методи й організація дослідження. У третій, четвертій та п'ятій главах викладаються результати власних даних та їх обговорення. У шостій главі показане значення результатів дослідження для практики. У заключній частині формулюються висновки. У роботі використано 333 літературних джерела, з них 300 вітчизняних і 33 закордонних. Матеріал документовано 29 рисунками й 32 таблицями.
* На підставі вище вказаних припущень, а також дослідження формується **структура дисертаційної роботи**. Робота складається зі вступу, п'яти глав, висновків, практичних рекомендацій, списку використаної літератури й додатка (I глава – стан питання; П глава – завдання, методи, організація й обробка результатів власних досліджень і їх обговорення). Робота викладена на 137 сторінках друкованого тексту, ілюстрована 15 рисунками й 25 таблицями. У бібліографії наведено 229 джерел вітчизняних і 33 закордонних авторів, додатки містять 57 таблиць.
* **Обсяг і структура дисертації.** Робота викладена на 128 сторінках друкованого тексту, складається зі вступу, чотирьох глав, висновків та списку літературних джерел. У першому розділі розглядається стан проблеми, визначаються теоретичні передумови дослідження. У другому розділі визначаються предмет, завдання й організація дослідження. У третій та четвертій главах викладаються результати власних досліджень, дається їхній аналіз і обговорення. У заключній частині узагальнюється теоретичний зміст роботи, формулюються висновки та практичні рекомендації, що випливають зі змісту роботи. Додається перелік впровадження результатів дослідження у практику. У роботі використано 321 літературне джерело, з них 287 вітчизняних і 34 закордонних. Матеріал документовано 25 таблицями й 16 рисунками.
* **Структура дисертації**. Дисертаційна робота викладена на 185 сторінках друкованого тексту, містить 67 малюнків і 41 таблицю, складається зі вступу, п'яти глав, списку літератури з 383 найменувань, двох додатків, чотирьох актів про впровадження. У вступі дається обґрунтування актуальності обраної тими, новизни роботи, її основні результати й можливості їх практичного використання.

Розділ 1. Літературний огляд

У літературному огляді у першій частині дається короткий аналіз історичного розвитку техніки штовхання ядра. Далі розглядаються основні питання біомеханіки штовхання ядра...

* **Структура й обсяг роботи**. Дисертація складається зі вступу, п'яти глав, висновків, практичних рекомендацій, списку літератури й додатків. Дисертація складається з 169 сторінок, 28 рисунків, містить акти про впровадження.

Розділ 1. Теоретичні передумови й проблема дослідження (огляд літератури).

В огляді наведені дані, присвячені розглянутій проблемі за основними напрямками дослідження.

Зроблений висновок про те, що мало досліджені питання об'єктивної оцінки якості виконання гімнастичних вправ. Залишається не дослідженим питання біомеханічної доцільності побудови гімнастичної техніки з урахуванням індивідуальних особливостей окремих спортсменів. Недостатньо також вивчене питання про науково обґрунтоване компонування з'єднання елементів у біомеханічно раціональні зв'язки та комбінації.

Вирішення цих питань можливе лише на підставі точних і об'єктивних даних біомеханічного аналізу техніки гімнастичних вправ, що базуються на застосуванні нових, більш досконалих засобів і методів збору й обробки даних.

* **Обсяг роботи.** Дисертація викладена на 145 сторінках друкованого тексту; складається зі вступу, чотирьох глав, висновків і рекомендацій; містить 10 рисунків і 13 таблиць, 7 додатків. Бібліографічний покажчик включає 164 найменування, з них 35 іноземними мовами.

У вступі дається коротке обґрунтування теми дисертації, де викладаються нові положення і досліджені проблеми, що виносяться на захист ...

* **Структура дисертації.** Дисертаційна робота складається зі вступу, аналітичного огляду, глави з характеристикою досліджуваних хворих і методів досліджень, трьох глав матеріалів медико-педагогічного експерименту (включаючи методику тренувальної програми), висновків, списку літератури. Робота викладена на 169 сторінках друкованого тексту, ілюстрована 13 таблицями й 15 рисунками. Список літератури містить 240 джерел літератури, з них - 41 іноземне.
* **Структура дисертації.** Дисертаційна робота складається зі вступу, чотирьох глав, висновків, списку літератури й додатків. Обсяг основної частини роботи – 132 сторінки друкованого тексту. У дисертації є 10 таблиць, 35 рисунків. Додаток містить 38 таблиць, схем та інших матеріалів, що доповнюють дані, які наводяться у тексті. У списку літератури вказуються 282 джерела українською мовою й 42 – іноземними мовами.
* **Структура дисертації.** Дисертація викладена на 152 сторінках друкованого тексту і складається зі вступу, 4 глав, висновків, практичних рекомендацій, списку використаної літератури з 188 найменувань, 4-х актів про впровадження результатів дослідження у практику. Робота ілюстрована 4 світлинами, 2 рисунками й 24 таблицями.

**ІІ**

**Завдання 1.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом: вступна глава

оглядова глава

заключна глава

короткий вступ

загальний зміст

докладний зміст

чіткий виклад

**Завдання 2.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Слова у словосполученнях вимовляйте разом:

зміст дисертації

глава дисертації

логіка викладу

композиція викладу

виклад проспекту дисертації

виклад змісту дисертації

виклад основних положень дисертації

виклад за планом

**Завдання 3.** Слухайте, повторюйте. Стежите за місцем основного наголосу у складних та складених словах:

біомеханіка

автореферат

доцільність

друкований

вище вказаний

біомеханічний

медико-педагогічний

**Завдання 4.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на злиту вимову прийменників з наступним словом:

висновки по третьому розділу

розподіл матеріалу по главах

бібліографія до всієї дисертації

примітки до першого розділу дисертації

коментар до другого розділу дисертації

список літератури до основної глави дисертації

**Завдання 5.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на вживання дієслів і віддієслівних іменників:

обґрунтувати тему – обґрунтування теми

узагальнити матеріал – узагальнення матеріалу впроваджувати результати – впровадження результатів обговорювати дисертацію – обговорення дисертації

обробити дані – обробка даних

організувати дослідження – організація дослідження

збирати матеріал – збір матеріалу

аналізувати літературу – аналіз літератури

**Завдання 6.** Слухайте, повторюйте. Зверніть увагу, що пасивні дієслова на -**ся** завжди недоконаного виду:

проблема – розглядається, розглядалася

матеріал – узагальнюється, узагальнювався

задачі – визначаються, визначалися

висновки – формулюються, формулювалися

методи – описуються, описувалися

результати – викладаються, викладалися

дані – наводяться, наводилися

**Завдання 7.** Слухайте, повторюйте. Стежите за інтонаційним центром. Зверніть увагу на порядок слів у словосполученнях. Запам'ятаєте, що короткі пасивні дієприкметники минулого часу утворюються від дієслів доконаного виду й виконують у реченні функцію присудка:

написати вступ – вступ написаний

розкрити питання – питання розкрите

переробити главу – глава перероблена

викласти роботу – робота викладена

скласти зміст – зміст складений

ілюструвати роботу – робота ілюстрована

**Завдання 8.** Слухайте речення та в інтервалах повторюйте їх.Зверніть увагу, що у реченнях реферативного типу, що починаються словом або словосполученням із просторовим значенням, порушується порядок слів: присудок стоїть перед підметом. Стежите за інтонацією, членуванням фраз на синтагми.

* У вступі / дається обґрунтування актуальності обраної теми, / новизни роботи.
* У першому розділі / розглядається стан проблеми, / визначаються теоретичні передумови дослідження.
* У другій главі / формулюються завдання, / описуються методи дослідження.
* У третій, / четвертій / і п'ятій главах / викладаються результати власних даних / і їх обговорення.
* У шостому розділі / показане значення результатів дослідження для практики.

У заключній частині / формулюються висновки.

**Завдання 9.** Слухайте речення та в інтервалах повторюйте їх. Стежите за інтонацією, членуванням їх на синтагми:

Робота викладена / на 150 сторінках друкованого тексту.

Дисертація складається зі вступу, / шести глав / і списку літературних джерел.

Робота містить 67 рисунків / і 41 таблицю.

У дисертації є 10 таблиць, / 35 рисунків.

Робота ілюстрована 4 світлинами, / 2 рисунками / і 24 таблицями.

Матеріал документовано 25 рисунками / і 16 таблицями.

У роботі використано 333 літературних джерела, / з них / 300 вітчизняних / і 33 закордонних.

Бібліографічний покажчик включає 164 найменування, / з них - / 35 іноземними мовами.

Список літератури містить 240 джерел, / з них - / 40 іноземних.

**У списку літератури вказуються 282 джерела українською мовою / і 42 / іноземними мовами.**

**Завдання 10.** Підготуйте повідомлення про передбачувану структуру вашої дисертаційної роботи, використовуючи вивчені з теми слова, словосполучення та конструкції.