

Робоча програма дисципліни «Історія фізичної культури і спорту»

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 227 · ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

БАКАЛАВР

120

Годин

Загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЄКТС

Відповідно до стандарту

4

Модулі

Змістовних блоки курсу



Загальна інформація про дисципліну

Ідентифікація

Назва: Історія фізичної культури і спорту

Спеціальність: 227 Фізична терапія, ерготерапія

Освітня програма: Фізична терапія, ерготерапія / Фізична реабілітація

Ступінь: Бакалавр

Обсяг: 120 годин / 4 кредити ЄКТС

Модулів: 4 змістовних блоки

Призначення дисципліни

Дисципліна «Історія фізичної культури і спорту» формує у студентів системне розуміння закономірностей розвитку фізичної культури та спорту від найдавніших часів до сьогодення у світовому та вітчизняному контексті. Курс охоплює ключові події, педагогічні системи, олімпійський рух та розвиток реабілітаційної думки, виховує морально-етичні переконання фахівця та розуміння місця фізичної культури як суспільного явища.

Дисципліна є обов'язковою для підготовки бакалаврів зі спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» та забезпечує формування загальних і фахових компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою.

Загальні компетентності

Аналітичне мислення

Здатність до аналізу, синтезу та критичного оцінювання інформації з історії фізичної культури: виявлення причинно-наслідкових зв'язків, порівняння різних систем фізичного виховання, формування обґрунтованих висновків.

Комунікація

Здатність до усної та письмової комунікації: чітко пояснювати події та явища розвитку фізичної культури і спорту, аргументовано відповідати на запитання, оформлювати реферати, есе та аналітичні роботи.

Самоорганізація

Уміння самостійно навчатися, планувати роботу та організовувати виконання завдань у визначені строки, зокрема під час підготовки аналітичних матеріалів, презентацій і дослідницьких проектів.

Командна робота

Відповідальність, ініціативність та готовність працювати в команді під час групового аналізу кейсів, обговорення дискусійних питань розвитку спорту та реабілітаційних практик і спільного пошуку рішень.

Студент повинен вміти: аналізувати навчальну, статистичну та джерельну інформацію; виділяти головне та узагальнювати результати; планувати власну діяльність і дотримуватися дедлайнів; коректно спілкуватися з викладачами та одногрупниками; брати участь у командній роботі та розподіляти обов'язки.

Фахові компетентності

Розуміння історії ФКіС

Розуміння сутності та закономірностей розвитку фізичної культури і спорту у світовому та вітчизняному контексті. Знання ключових педагогічних систем, постатей і рухів від найдавніших часів до сьогодення, вміння аналізувати їх у контексті епохи.

Аналіз джерел та фактів

Здатність аналізувати джерела, документи та факти з галузі фізичної культури і спорту: виявляти причинно-наслідкові зв'язки, оцінювати достовірність інформації, порівнювати різні точки зору на дискусійні питання.

Олімпійський рух та реабілітація

Знання основ олімпійського руху, міжнародного спортивного руху та становлення фізичної реабілітації. Розуміння зв'язку між розвитком спорту, фізичного виховання та реабілітаційних практик у контексті підготовки фахівця.

Нормативно-правова база

Орієнтування в нормативно-правовій базі у сфері фізичної культури, спорту та реабілітації; використання наукових та інформаційних джерел для формування обґрунтованих висновків і суджень у майбутній фаховій діяльності.

Результати навчання

01

Пояснення категорій дисципліни

Пояснювати сутність ключових понять і явищ: фізична культура, фізичне виховання, спорт, олімпізм, реабілітація, рекреація, гімнастичні системи, аматорський та професійний спорт, адаптивний спорт.

03

Аналіз подій та постатей

Аналізувати ключові події та діяльність видатних постатей у сфері фізичної культури і спорту для виявлення їх значення та впливу на подальший розвиток галузі та реабілітаційної практики.

02

Характеристика епох та систем

Характеризувати основні епохи та системи фізичного виховання у світі та Україні, застосовувати методи порівняльного та хронологічного аналізу, визначати тенденції та робити висновки.

04

Робота з джерелами

Орієнтуватися в науковій та джерельній базі з історії фізичної культури і спорту; використовувати наукові та інформаційні ресурси для підготовки обґрунтованих аналітичних матеріалів.

Фізична культура стародавнього світу та середньовіччя

1

Тема 1.1

Предмет, зміст і завдання курсу. Фізична культура первісного суспільства та стародавнього Сходу.

2

Тема 1.2

Фізична культура античного світу: давня Греція, Олімпійські ігри стародавності, Стародавній Рим.

3

Тема 1.3

Фізична культура середньовіччя. Системи фізичного виховання лицарів, народна фізична культура.

4

Тема 1.4

Фізична культура епохи Відродження та Нового часу. Становлення наукової думки у фізичному вихованні.

Предмет курсу. Фізична культура первісного суспільства та Стародавнього Сходу

Лекційний матеріал (2 год.)

Лекція 1: Предмет, завдання та зміст курсу «Історія фізичної культури і спорту». Основні терміни й поняття. Методи та джерела вивчення дисципліни. Фізична культура в первісному суспільстві: зародження фізичних вправ та ігор, їх зв'язок із трудовою та оборонною діяльністю.

Стародавній Схід: фізична культура Єгипту, Індії, Китаю, Персії. Верховна їзда, стрільба з лука, плавання, ігри у стародавніх цивілізаціях. Зв'язок з оздоровчою та лікувальною практикою.

Ключові питання лекції

- Предмет та завдання курсу «Історія фізичної культури і спорту»
- Зародження фізичних вправ у первісному суспільстві
- Оздоровчі традиції Стародавнього Сходу та їх актуальність
- Зв'язок фізичної культури з медичними та реабілітаційними практиками
- Основні терміни та поняття дисципліни

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання хронологічної таблиці «Розвиток фізичної культури від первісного суспільства до Стародавнього Сходу»: заповнення за критеріями (хронологія, регіон, види вправ, оздоровча функція).

Завдання 2. Кейс: аналіз оздоровчих практик Стародавньої Індії (йога) та Китаю (ушу, цигун) як прообразів сучасних реабілітаційних методик. Обговорення.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання підручника: Іщук О. А. та ін. «Історія фізичної культури» — розділ «Первісне суспільство та Стародавній Схід»
- Підготовка реферату: «Оздоровчі практики Стародавнього Сходу та їх зв'язок із сучасною фізичною терапією»
- Складання схеми «Фізична культура та її функції у первісному суспільстві»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати витоки фізичної культури, пояснювати зв'язок стародавніх оздоровчих практик із сучасною реабілітацією.

Фізична культура античного світу та Олімпійські ігри стародавності

1

Давня Греція

Системи фізичного виховання: спартанська та афінська. Гімнасії та палестри. Пентатлон.

2

Олімпійські ігри

776 р. до н.е. — перші ігри. Програма, правила, значення. Ідеал калокагатії.

3

Стародавній Рим

Військово-прикладне спрямування. Гладіаторські бої. Термальні купальні. Перші лікарі-гімнасти.

4

Медицина та тіло

Гіппократ та Гален про фізичні вправи. Витоки лікувальної гімнастики. Гігієна та здоров'я.

Лекційний матеріал (2 год.)

Фізична культура Стародавньої Греції: спартанська та афінська системи виховання, гімнасії та палестри. Давньогрецькі Олімпійські ігри: виникнення, програма, значення для суспільства. Ідеал калокагатії. Давньоримська фізична культура: військово-прикладний характер, гладіаторські ігри. Погляди Гіппократа та Галена на фізичні вправи та здоров'я — витоки лікувальної гімнастики.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Порівняльна характеристика спартанської та афінської систем фізичного виховання; аналіз програми давньогрецьких Олімпійських ігор; дискусія «Ідеал калокагатії та сучасне розуміння здорового тіла у фізичній терапії».

СРС: Опрацювання: Іщук О. А., Карабанова Н. С., Томащук О. Г., Іванюк О. А. «Історія фізичної культури» (Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2023); підготовка аналітичної записки «Погляди Гіппократа на фізичні вправи як передумова лікувальної фізкультури».

Середньовіччя та Новий час: від лицарства до наукових систем

Тема 1.3 — Середньовіччя (Лекція 3, 2 год.)

Фізична культура феодальної знаті: «сім лицарських чеснот», турніри. Народна фізична культура середньовіччя: ігри, акробатика, стрільба. Вплив християнської церкви на фізичне виховання. Університетська освіта та перші теоретичні погляди на тілесне виховання. Фізична культура народів Азії, Америки та Африки.

Практика (2 год.): Аналіз системи лицарського виховання; порівняння народних ігор різних культур; кейс «Роль фізичної культури в суспільстві середньовіччя».

СРС (7 год.): Опрацювання: Іщук О. А. та ін. «Історія фізичної культури» (2023) — розділ «Середньовіччя»; підготовка реферату «Народна фізична культура середньовіччя: традиції та їх відображення в сучасних оздоровчих практиках».

Тема 1.4 — Відродження та Новий час (Лекція 4, 2 год.)

Гуманізм епохи Відродження та нове ставлення до тіла. Педагоги-гуманісти про фізичне виховання (Вітторіно да Фельтре, Ж.-Ж. Руссо, Й. Г. Песталоцці). Становлення наукових систем фізичного виховання: турнерство Яна (Німеччина), система Лінга (Швеція), сокільський рух. Початки спортивних ігор та організованого спорту в Англії XIX ст.

Практика (2 год.): Порівняльна характеристика гімнастичних систем (турнерство, лінгянська, сокільська); аналіз педагогічних ідей Руссо; дискусія «Вплив гімнастичних систем XIX ст. на сучасне фізичне виховання».

СРС (7 год.): Опрацювання: Степанюк С. І., Ткачук В. П. «Історія фізичної культури» (2-е вид., 2023); підготовка порівняльної таблиці «Гімнастичні системи XIX ст.: порівняльна характеристика».

Сучасний олімпійський рух та міжнародний спорт (XIX–XX ст.)

Тема 2.1

Відродження Олімпійських ігор сучасності. П'єр де Кубертен.
Розвиток міжнародного спортивного руху.

Тема 2.2

Розвиток фізичної культури і спорту в першій половині XX ст.
Спорт та суспільство між двома світовими війнами.

Тема 2.3

Міжнародний спортивний рух у другій половині XX ст.
«Холодна війна» і спорт. Аматорство та професіоналізм.

Тема 2.4

Сучасний олімпійський рух. Паралімпійський спорт. Адаптивна фізична активність у міжнародному контексті.

Відродження Олімпійських ігор сучасності

Лекційний матеріал (2 год.)

Передумови відродження Олімпійських ігор. П'єр де Кубертен: особистість, ідеологія, діяльність. Перші сучасні Олімпійські ігри 1896 р. в Афінах. Утворення МОК. Розвиток міжнародного спортивного руху: перші федерації, чемпіонати світу, стандартизація правил. Жіночий спорт та його становлення на олімпійській арені.

Ключові питання

- Ідеологія олімпізму та її гуманістичний зміст
- Організаційні засади МОК та олімпійського руху
- Розвиток міжнародних спортивних федерацій
- Жіночий спорт та боротьба за рівність
- Олімпійські ігри як відображення суспільних процесів

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз програми перших сучасних Олімпійських ігор 1896 р.: склад видів спорту, кількість учасників, порівняння з сучасною програмою Ігор.

Завдання 2. Кейс: «П'єр де Кубертен — ідеолог олімпізму та його педагогічна концепція». Групова робота та презентація висновків.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Степанюк С. І., Ткачук В. П. «Історія фізичної культури» (2-е вид., 2023) — розділ «Олімпійський рух»
- Підготовка реферату: «Олімпійські ігри сучасності: від Афін 1896 до сьогодні»
- Складання хронологічної таблиці «Олімпійські ігри 1896–2024 рр.»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати олімпійський рух, пояснювати ідеологію олімпізму та оцінювати його значення для розвитку фізичної культури.

Фізична культура і спорт у першій половині ХХ ст.



Лекційний матеріал (2 год.)

Розвиток фізичної культури і спорту в першій половині ХХ ст. Масовий спорт та його соціальні функції. Фізична культура в тоталітарних суспільствах (СРСР, нацистська Німеччина, фашистська Італія). Олімпіада 1936 р. в Берліні. Вплив Другої світової війни на розвиток спорту. Початок реабілітаційного руху в контексті воєнних поранень.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз пропагандистської функції Олімпіади 1936 р.; порівняльна характеристика радянської та нацистської систем фізичного виховання; дискусія «Спорт і політика: межі взаємодії».

СРС: Опрацювання: Іщук О. А. та ін. «Історія фізичної культури» (2023) — розділ «ХХ ст.»; підготовка аналітичної записки «Виникнення лікувальної фізичної культури у ХХ ст. та її зв'язок із реабілітацією поранених».

Міжнародний спорт у другій половині ХХ ст. та Паралімпійський рух

Тема 2.3 — «Холодна війна» і спорт (Лекція 7, 2 год.)

Вступ СРСР до МОК 1952 р. та початок протистояння США–СРСР на Олімпійських іграх. Бойкоти Олімпіад 1980 та 1984 рр.

Боротьба із застосуванням допінгу: заснування WADA.

Аматорство та професіоналізація спорту. Комерціалізація олімпійського руху. Розвиток масового та рекреаційного спорту в другій половині ХХ ст.

Практика (2 год.): Аналіз протистояння «холодної війни» в спорті; дискусія «Допінг у спорті: причини, наслідки, боротьба»; порівняльна характеристика аматорського та професійного спорту.

СРС (7 год.): Опрацювання: Степанюк С. І., Ткачук В. П. «Історія фізичної культури» (2-е вид., 2023); підготовка есе «Комерціалізація спорту: здобутки та виклики для фізичної культури».

Тема 2.4 — Паралімпійський рух (Лекція 8, 2 год.)

Виникнення Паралімпійського руху: Людвіг Гуттман і лікарняний спорт у Сток-Мандевіллі (1948). Перші Паралімпійські ігри 1960 р. у Римі. Розвиток МПК та системи класифікацій. Адаптивна фізична активність як наукова дисципліна. Спеціальна Олімпіада та Дефлімпіада. Значення паралімпійського спорту для розвитку фізичної терапії та реабілітаційних практик.

Практика (2 год.): Аналіз програми Паралімпійських ігор; складання порівняльної таблиці «Паралімпійський спорт: від Стоук-Мандевілля до Парижу 2024».

СРС (7 год.): Підготовка аналітичної записки «Паралімпійський рух як відображення реабілітаційних досягнень ХХ–ХХІ ст.».

Розвиток фізичної культури і спорту в Україні (від витоків до XX ст.)

Тема 3.1

Витоки фізичної культури на українських землях. Козацька фізична підготовка. Народна фізична культура.

Тема 3.2

Фізична культура в Україні у XIX — на початку XX ст. Сокільський та пластовий рухи. Спортивні товариства.

Тема 3.3

Розвиток фізичної культури і спорту в радянській Україні (1920–1991 рр.). Система ГТО. УРСР на міжнародній арені.

Тема 3.4

Становлення фізичної реабілітації в Україні: передумови, перші школи, розвиток у XX ст.

Витоки фізичної культури на українських землях

Лекційний матеріал (2 год.)

Зародження фізичної культури на українських землях у первіснообщинний період. Скіфо-сарматська доба: кінний спорт, стрільба, боротьба. Фізичне виховання в Київській Русі: дружинна підготовка, народні ігри та забави. Козацька фізична культура: Запорізька Січ як осередок бойово-фізичної підготовки. Народні ігри та традиції: городки, боротьба, плавання, верхова їзда.

Ключові питання

- Зародження фізичних вправ на українських землях
- Козацька система фізичної підготовки
- Народні ігри та фізичні вправи як елемент культури
- Вплив козацьких традицій на сучасну фізичну культуру
- Зв'язок народних оздоровчих традицій із сучасною реабілітацією

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання схеми «Козацька система фізичної підготовки на Запорізькій Січі»: елементи, методи, принципи.

Завдання 2. Кейс: «Народні ігри та фізичні традиції України як прообраз сучасних оздоровчих практик». Групова дискусія.

Завдання 3. Тестування за ключовими термінами теми (10 питань).

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Іщук О. А., Карабанова Н. С., Томащук О. Г., Іванюк О. А. «Історія фізичної культури» (2023) — розділ «Витоки фізичної культури в Україні»
- Підготовка реферату: «Козацька фізична підготовка та її значення для формування традицій фізичного виховання в Україні»
- Аналіз народних ігор як елементів рухової активності



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати витоки фізичної культури на українських землях, оцінювати роль козацтва у формуванні традицій фізичного виховання.

Фізична культура України у XIX — на початку XX ст.

Лекційний матеріал (2 год.)

Фізична культура в підросійській та підавстрійській Україні. Сокільський рух у Галичині: засади, програма, значення. «Сокіл», «Січ», «Пласт» — спортивно-гімнастичні та патріотичні організації. Іван Боберський — піонер фізичного виховання в Галичині. Становлення спортивних клубів та федерацій. Участь українських спортсменів у перших Олімпійських іграх. Перша світова війна та фізична підготовка Легіону УСС.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Порівняльна характеристика сокільського та пластового рухів за програмними документами; аналіз діяльності Івана Боберського; дискусія «Спортивно-гімнастичні товариства Галичини — осередки національного та фізичного виховання».

СРС: Опрацювання: Степанюк С. І., Ткачук В. П. «Історія фізичної культури» (2-е вид., 2023) — розділ «Фізична культура в Україні»; підготовка аналітичної записки «Іван Боберський — засновник сучасного фізичного виховання в Україні»; складання порівняльної таблиці «Спортивні організації України кінця XIX — початку XX ст.».

 **Очікуваний результат:** студент вміє характеризувати розвиток фізичної культури в Україні на межі XIX–XX ст., аналізувати роль громадських організацій.

Фізична культура і спорт у радянській Україні (1920–1991 рр.)



1920–1930–ті рр.

Радянська система фізичного виховання. Комплекс ГТО (1931). Пролеткульт та «пролетарська фізична культура». Спартакіади.



1950–1970–ті рр.

Вступ СРСР до МОК (1952). Тріумфальні виступи українських спортсменів. Розвиток спортивної науки та методики.



1980–ті рр.

Олімпіада 1980 р. у Москві. Бойкот. Розвиток масового спорту, ЛФК і реабілітації у УРСР.

Лекційний матеріал (2 год.)

Встановлення радянської системи фізичної культури в Україні. Комплекс ГТО та БГПО. Добровільні спортивні товариства (ДСТ). Досягнення українських спортсменів на Олімпійських іграх. Розвиток спортивної медицини та ЛФК у УРСР. Становлення системи фізичної реабілітації в радянській Україні.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз системи ГТО як моделі масового фізичного виховання; аналіз досягнень українських спортсменів на Олімпійських іграх радянського часу; дискусія «Радянська система фізичного виховання: здобутки та недоліки».

СРС: Опрацювання: Іщук О. А. та ін. «Історія фізичної культури» (2023) — розділ «Радянська Україна»; підготовка аналітичної записки «Розвиток ЛФК та фізичної реабілітації у радянській Україні: здобутки та спадщина для сучасності»; складання хронологічної таблиці «Українські спортсмени на Олімпійських іграх 1952–1988 рр.».

Становлення фізичної реабілітації в Україні

Лекційний матеріал (2 год.)

Передумови виникнення фізичної реабілітації як науки та практики. Лікувальна фізична культура (ЛФК) у системі радянської медицини. Перші кафедри фізичної реабілітації в Україні. Міжнародні стандарти фізичної терапії та їх упровадження. Всесвітня фізіотерапевтична федерація (WCPT). Становлення спеціальності «Фізична реабілітація» в Україні (1996 р.). Перехід до міжнародних стандартів: спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія».

Ключові питання

- Передумови виокремлення фізичної реабілітації як фахової галузі
- Внесок радянської ЛФК у формування вітчизняної школи
- Міжнародні стандарти фізичної терапії та адаптація в Україні
- Становлення підготовки фахівців з фізичної реабілітації
- Сучасний стан та перспективи розвитку фізичної терапії в Україні

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз нормативно-правової бази становлення спеціальності «Фізична реабілітація» / «Фізична терапія, ерготерапія» в Україні.

Завдання 2. Кейс: «Шлях від ЛФК до фізичної терапії: еволюція підходів та термінології».

Завдання 3. Дискусія: «Міжнародний досвід фізичної терапії: що запозичила Україна і що ще потрібно зробити».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Мухін В. М. «Фізична реабілітація» (3-тє вид., 2022) — розділ «Становлення фізичної реабілітації»
- Підготовка аналітичної записки «Вклад ЛДУФК у становлення підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні»
- Складання таблиці «Основні етапи розвитку фізичної терапії в Україні»



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати передумови та етапи становлення фізичної реабілітації в Україні, розуміти зв'язок між розвитком фізичної культури та реабілітаційних практик.

Фізична культура, спорт і реабілітація в незалежній Україні та сучасний світ

Тема 4.1

Фізична культура та спорт незалежної України (1991–2013): державотворення, законодавча база, успіхи на олімпійській арені.

Тема 4.2

Сучасний стан фізичної культури і спорту в Україні (2014 — сьогодні). Спорт в умовах війни та відновлення.

Тема 4.3

Глобальні тенденції розвитку фізичної культури і спорту у XXI ст. Фітнес-індустрія. Технологічний прогрес і спорт.

Тема 4.4

Адаптивний спорт і фізична терапія у XXI ст. Реабілітація учасників бойових дій. Сучасні виклики та перспективи.

Фізична культура та спорт незалежної України (1991–2013)

Лекційний матеріал (2 год.)

Розбудова системи фізичної культури і спорту незалежної України. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (1993). Національний олімпійський комітет України. Перша участь України як самостійної держави на Олімпійських іграх — Барселона 1992. Видатні досягнення українських спортсменів. Розвиток мережі спортивних шкіл, клубів, федерацій. Становлення системи підготовки фахівців із фізичної терапії та реабілітації.

Ключові питання

- Формування законодавчої бази фізичної культури і спорту в Україні
- НОК України: утворення та діяльність
- Видатні досягнення українських спортсменів 1992–2012 рр.
- Розвиток масового спорту та фізичного виховання

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз виступів України на Олімпійських іграх 1992–2012 рр.: медальний залік, ключові досягнення.

Завдання 2. Дискусія: «Закон України «Про фізичну культуру і спорт»: відповідність сучасним реаліям».

Завдання 3. Складання хронологічної таблиці «Ключові події розвитку ФКіС в незалежній Україні 1991–2013».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Долгова Н. О. «Конспект лекцій: Історія фізичного виховання та спорту України» (2022) — розділ «Незалежна Україна»
- Підготовка реферату «НОК України: утворення, розвиток, досягнення»
- Аналіз системи фізкультурно-спортивних досягнень України за статистичними даними



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати розвиток фізичної культури і спорту в незалежній Україні, оцінювати досягнення та проблеми галузі.

Спорт і фізична культура в Україні (2014 — сьогодні)

Лекційний матеріал (2 год.)

Фізична культура і спорт України після Революції Гідності. Реформи у сфері фізичного виховання. Нова редакція Закону «Про фізичну культуру і спорт» (2023). Бойкот російських та білоруських спортсменів після 2022 р. Спортивні досягнення України в умовах повномасштабного вторгнення. Реабілітація поранених воїнів як нова сторінка вітчизняної фізичної терапії. Участь у міжнародних змаганнях та євроінтеграція у сфері спорту.

Ключові питання

- Реформування системи фізичної культури та спорту після 2014 р.
- Фізична культура і спорт в умовах воєнного стану
- Реабілітація учасників бойових дій як виклик для фахівців
- Міжнародна підтримка українського спорту
- Перспективи розвитку ФКіС в Україні

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз виступів України на Паралімпійських іграх 2022–2024 рр. та ролі реабілітації поранених.

Завдання 2. Дискусія: «Фізична терапія в умовах воєнного стану: нові виклики та можливості для майбутніх фахівців».

Завдання 3. Підготовка та презентація міні-проекту: «Реабілітація учасників бойових дій в Україні: сучасний стан та перспективи».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Долгова Н. О. «Конспект лекцій: Історія фізичного виховання та спорту України» (2022) — розділ «Сучасна Україна»
- Підготовка аналітичної записки «Євроінтеграція у сфері фізичної терапії та реабілітації: здобутки та виклики»
- Аналіз міжнародно-правових засад адаптивного спорту та реабілітації



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати сучасний стан фізичної культури і спорту в Україні, оцінювати роль фізичної терапії в реабілітації поранених та розвитку адаптивного спорту.

Глобальні тенденції розвитку ФКІС у ХХІ ст.

Лекційний матеріал (2 год.)

Сучасний олімпійський рух: реформи МОК, нові дисципліни, цифровізація. Фітнес-індустрія та масова оздоровча рухова активність. Технологічний прогрес і спорт: наукові основи тренувань, біомеханічний аналіз, носимі технології. Спортивна медицина та наукові основи фізичної терапії у спорті. Глобальні тенденції: здоровий спосіб життя, рекреація, оздоровчий туризм.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Порівняльний аналіз реформ МОК (Програма «Олімпійський порядок денний 2020+5»); кейс «Технологічний прогрес і фізична терапія: нові можливості для реабілітації»; дискусія «Фітнес-індустрія та здоровий спосіб життя».

СРС: Опрацювання: Штейнерт В., Грохова Г. «Історичні аспекти розвитку фізичної культури» (UNIVERSUM, 2024); підготовка аналітичної записки «Інноваційні технології у спортивній реабілітації: світовий досвід та перспективи для України»; аналіз програми Олімпійських ігор Париж 2024.

Адаптивний спорт і фізична терапія у XXI ст.

Лекційний матеріал (2 год.)

Адаптивна фізична активність (АФА) як наукова галузь. Класифікація у паролімпійському спорті та її зв'язок із реабілітаційними потребами. Міжнародна організація Спеціальних Олімпіад. Дефлімпійський рух. Фізична терапія у спорті: роль фахівця, міждисциплінарна команда. Інклюзивний фізичний розвиток. Перспективи розвитку адаптивного спорту та фізичної терапії в Україні після 2022 р.

Ключові питання

- Принципи адаптивної фізичної активності
- Паралімпійська класифікація та її медичні засади
- Роль фізичного терапевта в адаптивному спорті
- Інклюзія у фізичному вихованні та спорті
- Реабілітація учасників бойових дій: завдання фізичного терапевта

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз класифікаційних систем паролімпійського спорту: зв'язок з медичними та функціональними показниками.

Завдання 2. Кейс: «Роль фізичного терапевта у роботі з паролімпійськими спортсменами: функції, методи, відповідальність».

Завдання 3. Дискусія: «Адаптивний спорт як засіб реабілітації та соціальної інтеграції учасників бойових дій».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Мухін В. М. «Фізична реабілітація» (3-тє вид., 2022) — розділ «Адаптивний спорт та реабілітація»
- Підготовка аналітичної записки «Паралімпійський рух України: шлях від перших кроків до сучасних здобутків»
- Складання таблиці «Класифікація у паролімпійському спорті та її медичне обґрунтування»



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати засади адаптивного спорту та фізичної терапії, оцінювати роль фахівця з фізичної терапії у реабілітаційному процесі та адаптивному спорті.

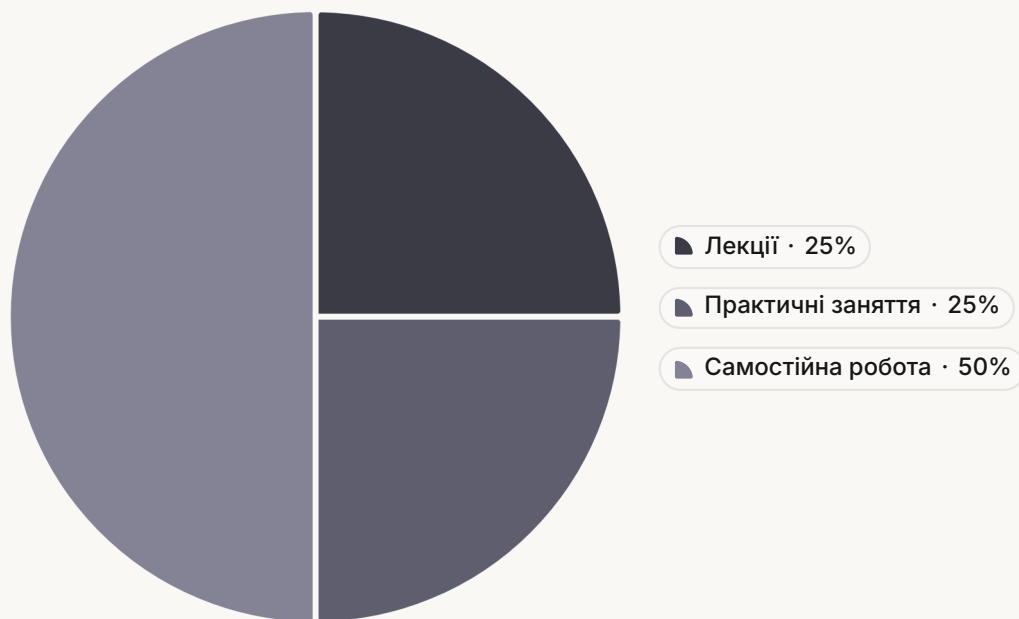
Розподіл навчального часу — 120 годин

Модуль	Тема	Лекції (год.)	Практичні (год.)	СРС (год.)
Модуль 1	Тема 1.1 — Предмет курсу. Первісне суспільство та Стародавній Схід	2	2	7
	Тема 1.2 — Антична фізична культура та Олімпійські ігри	2	2	7
	Тема 1.3 — Фізична культура середньовіччя	2	2	7
	Тема 1.4 — Відродження та наукові системи фізичного виховання	2	2	7
Модуль 2	Тема 2.1 — Відродження сучасних Олімпійських ігор	2	2	7
	Тема 2.2 — ФКіС у першій половині XX ст.	2	2	7
	Тема 2.3 — «Холодна війна» і спорт	2	2	7
	Тема 2.4 — Паралімпійський рух та адаптивна ФА	2	2	7
Модуль 3	Тема 3.1 — Витоки ФКіС на українських землях	2	2	7
	Тема 3.2 — ФКіС України XIX — початку XX ст.	2	2	7
	Тема 3.3 — ФКіС у радянській Україні	2	2	7
	Тема 3.4 — Становлення фізичної реабілітації в Україні	2	2	7
Модуль 4	Тема 4.1 — ФКіС незалежної України 1991–2013	2	2	7
	Тема 4.2 — ФКіС України 2014 — сьогодні	2	2	7
	Тема 4.3 — Глобальні тенденції ФКіС у XXI ст.	2	2	7
	Тема 4.4 — Адаптивний спорт і фізична терапія	2	2	7
Разом	16 тем	30	30	60



Загальний обсяг: 120 годин = 4 кредити ЄКТС. Розподіл є орієнтовним і може коригуватися відповідно до специфіки навчального процесу.

Структура навчального часу



Коментар до розподілу

Загальний обсяг — **120 годин (4 кредити ЄКТС)** — розподілено між трьома формами роботи для забезпечення балансу між теорією та практикою.

Лекції — 30 год. (25%)

Системне подання ключового теоретичного матеріалу з використанням наочних схем, таблиць і прикладів із вітчизняної та світової практики фізичної культури і спорту.

Практичні — 30 год. (25%)

Відпрацювання навичок, аналіз джерел, розгляд кейсів, дискусії та захист міні-проектів. Рівна частка з лекціями підкреслює практичну спрямованість курсу.

Самостійна робота — 60 год. (50%)

Поглиблене вивчення, підготовка завдань, робота з джерелами та науковою літературою. Самостійна робота становить **50% обсягу дисципліни**.

Самостійна робота студентів — Детальний опис



Опрацювання літератури

Поглиблене вивчення теоретичного матеріалу за підручниками та посібниками з історії фізичної культури (Іщук, Степанюк, Долгова, Мухін та ін.), нормативно-правовими актами, науковими статтями у фахових виданнях. Студент конспектує ключові положення, виділяє головні поняття та порівнює підходи різних авторів.



Індивідуальні завдання

Виконання аналітичних завдань (порівняльний аналіз систем фізичного виховання, характеристика постатей, аналіз джерел); творчих завдань — есе, аналітичні записки, міні-дослідження з актуальних питань розвитку фізичної культури, спорту та реабілітаційних практик.



Робота з інформаційними ресурсами

Опрацювання офіційних сайтів: Міністерства молоді та спорту (mms.gov.ua), НОК України (noc-ukr.org), Паралімпійського комітету України (paralympic.org.ua), Верховної Ради (zakon.rada.gov.ua). Аналіз наукових статей, пошук актуальної інформації для навчальних завдань.



Підготовка до занять

Підготовка до практичних занять (опрацювання джерел, повторення теорії); підготовка до тестувань (ключові терміни, дати, постаті); підготовка до контрольних робіт за кожним модулем (систематизація знань, типові питання).

Форми контролю знань

1

Поточний контроль

Завдання: аналітичні та тестові вправи за темами змістовного модуля.

Оцінюються регулярність виконання завдань, якість відповідей і рівень засвоєння матеріалу. Поточний контроль формує накопичувальну оцінку протягом семестру.

Проводиться після кожної теми у формі тестування (10–15 питань) або усного опитування.

2

Проміжний контроль

Самостійна робота — комплексне ситуаційне завдання або реферат, які охоплюють теми змістовних модулів (теоретичні питання, аналіз джерел, характеристика систем, постатей та рухів). Оцінюються повнота відповіді, аргументованість та обґрунтованість висновків. Проводиться після завершення кожного змістовного модуля.

3

Підсумковий контроль

Іспит відповідно до навчального плану. Форма проведення — тестування та письмові відповіді на питання.

Підсумкова оцінка враховує результати поточного, проміжного та підсумкового контролю відповідно до встановленої шкали: **100-бальна система** з переведенням у національну шкалу та ЄКТС (A, B, C, D, E, FX, F).

Методи викладання

Викладання дисципліни «Історія фізичної культури і спорту» поєднує класичні академічні та інтерактивні методи, що забезпечує формування не лише міцної теоретичної бази, а й практичних навичок критичного мислення, необхідних для майбутньої професійної діяльності у сфері фізичної терапії, ерготерапії та фізичної реабілітації.



Лекції

Системне подання теоретичного матеріалу з використанням наочних схем, хронологічних таблиць, карт і прикладів; студенти ведуть конспекти та задають уточнювальні запитання.



Робота з джерелами

Опрацювання першоджерел (правил змагань, статутів організацій, програм фізичного виховання); формування навичок критичного аналізу та оцінки достовірності інформації.



Кейс-стаді

Аналіз реальних ситуацій з історії фізичної культури та реабілітаційних практик; студенти виявляють проблему, пропонують інтерпретації та обґрунтовують висновки.



Дискусії

Обговорення дискусійних питань розвитку фізичної культури, спорту та реабілітації; розвиток критичного мислення, аргументації та поваги до різних точок зору.



Самостійне дослідження

Підготовка аналітичних записок, рефератів і презентацій за обраною темою; розвиток навичок самостійного пошуку та систематизації інформації.



Хронологічний та порівняльний аналіз

Побудова хронологічних таблиць, порівняльних характеристик систем фізичного виховання та реабілітаційних підходів; формування аналітичного мислення.



Усі методи спрямовані на формування компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія».

Рекомендована література — Підручники та посібники (2022–2024 рр.)

1. Іщук О. А., Карабанова Н. С., Томащук О. Г., Іванюк О. А.

Історія фізичної культури : методична розробка для студентів факультету фізичної культури, спорту та здоров'я. — Луцьк : Волинський національний університет ім. Лесі Українки, 2023. — 128 с.

2. Степанюк С. І., Ткачук В. П.

Історія фізичної культури : навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня «бакалавр» денної та заочної форм навчання. — 2-е вид., перероб. і доп. — 2023.

3. Мухін В. М.

Фізична реабілітація : підручник. — 3-тє вид., перероб. і доп. — Львів : ЛДУФК, 2022. — 486 с.

4. Долгова Н. О.

Конспект лекцій: Історія фізичного виховання та спорту України від стародавніх часів до сьогодення. — Суми : СумДУ, 2022. — 134 с.

5. Кошева Л. В.

Історія фізичної культури : курс лекцій для студентів спеціальності 017 – Фізична культура і спорт. — Краматорськ : ДДМА, 2022. — 216 с. ISBN 978-966-379-979-7.

6. Штейнерт В., Грохова Г.

Історичні аспекти розвитку фізичної культури // UNIVERSUM. — 2024. — № 12. — С. 117–123.
Рекомендується для модулів 3–4 (сучасні тенденції).

7. Жданова О. М., Чеховська Л.

Основи управління сферою фізичної культури і спорту : навчальний посібник. — Львів : ЛДУФК, 2022. — 190 с.
Рекомендується для тем 4.1–4.2.

8. Колектив авторів НУФВСУ

Освітньо-професійна програма «Фізична терапія, ерготерапія» (2024 р.). — Київ : НУФВСУ, 2024.
Рекомендується для тем 3.4 та 4.4.

Додаткова література та наукові статті

9. Іщук О. А. та ін.

Методична розробка: Історія фізичної культури — весь курс освітнього компонента відповідно до чинного силабусу. — Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2023. — 128 с. *Рекомендується для всіх модулів як основний практичний посібник.*

11. Долгова Н. О.

Конспект лекцій: Історія фізичного виховання та спорту України. — Суми : СумДУ, 2022. — 134 с. *Рекомендується для модуля 3 (вітчизняна ФКіС).*

10. Вакуленко Л. О., Клапчук В. В., Вакуленко Д. В. та ін.

Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підручник. — Тернопіль : ТДМУ: Укрмедкнига, 2022. — 372 с. *Рекомендується для тем 3.4 та 4.4.*

12. Матеріали НУФВСУ, ЛДУФК та профільних кафедр

Силабуси, навчальні програми та методичні матеріали з дисципліни «Історія фізичної культури і спорту» провідних університетів фізичної культури України (2022–2024 рр.). *Рекомендується для всіх модулів.*

Нормативно-правова база

→ Конституція України

Прийнята 28 червня 1996 р. Основний Закон держави. zakon.rada.gov.ua

→ Закон «Про фізичну культуру і спорт» від 24.12.1993 № 3808–XII (зі змінами)

Визначає державну політику у сфері фізичної культури і спорту в Україні. zakon.rada.gov.ua

→ Закон «Про освіту» від 05.09.2017 № 2145–VIII

Визначає засади освітньої діяльності в Україні, у т. ч. фізичне виховання та реабілітацію. zakon.rada.gov.ua

→ Стандарт вищої освіти зі спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Затверджений МОН України. Визначає компетентності та результати навчання бакалаврів. mon.gov.ua

→ Олімпійська хартія МОК (чинна редакція)

Основний документ, що регулює олімпійський рух у світі. olympics.com

Офіційні ресурси та фахові видання

Міністерство молоді та спорту України

mms.gov.ua — офіційні матеріали, нормативні документи, звіти у сфері фізичної культури та спорту.

НОК України

noc-ukr.org — офіційний сайт Національного олімпійського комітету України: новини, архіви, результати.

Паралімпійський комітет України

paralympic.org.ua — матеріали про паралімпійський рух, спортсменів, класифікацію, реабілітаційні практики.

НУФВСУ — Національний університет фізичного виховання і спорту України

uni-sport.edu.ua — наукові публікації, освітні програми, методичні матеріали з ФКіС та фізичної терапії.

Журнал «Теорія і методика фізичного виховання і спорту»

tmfvs.nuph.edu.ua — провідне фахове видання з фізичного виховання, спорту та реабілітації.

ЛДУФК — Львівський державний університет фізичної культури

ldufk.edu.ua — кафедра фізичної терапії та ерготерапії, наукові публікації, навчальні матеріали.

Верховна Рада України

zakon.rada.gov.ua — нормативно-правова база, законодавчі акти у сфері фізичної культури, спорту та охорони здоров'я.

Міністерство освіти і науки України

mon.gov.ua — освітні стандарти, навчальні програми, методичні матеріали зі спеціальності 227.

Зв'язок дисципліни зі спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Чому «Історія ФКіС» для фізичних терапевтів?

Дисципліна «Історія фізичної культури і спорту» є невід'ємною складовою підготовки бакалаврів зі спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія». Розуміння еволюції фізичної культури, реабілітаційних підходів та олімпійського руху формує у майбутніх фахівців широкий фаховий кругозір, критичне мислення та здатність приймати обґрунтовані клінічні рішення.

Сучасний фізичний терапевт працює в міждисциплінарному середовищі, де розуміння витоків оздоровчих практик, адаптивного спорту та реабілітаційної думки є важливою конкурентною перевагою та основою для доказової практики.

Практичне значення для майбутньої кар'єри

- Розуміння витоків та еволюції лікувальної фізкультури і фізичної терапії
- Знання міжнародних стандартів і організацій у сфері фізичної терапії та реабілітації
- Критичне осмислення сучасних реабілітаційних практик через призму їх історичного розвитку
- Розуміння ролі адаптивного спорту у фізичній реабілітації та соціальній інтеграції
- Формування фахової ідентичності та відповідальності перед пацієнтом і суспільством
- Навички роботи з великими масивами інформації, систематизації та аналізу даних у фаховій діяльності

Ключові компетентності курсу — Підсумок

Курс охоплює всі ключові епохи розвитку фізичної культури і спорту — від найдавніших часів до сьогодення — і формує у студентів цілісне розуміння шляху до сучасної фізичної терапії та реабілітаційної практики.

Бажаємо успіхів у вивченні Історії фізичної культури і спорту!

120

Годин

Загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЄКТС

Відповідно до стандарту

16

Тем

У 4 змістовних модулях

8

Джерел

Рекомендованої літератури 2022–2024 рр.

«Той, хто не знає минулого свого народу, не може будувати його майбутнього.» — Народна мудрість

Спеціальність 227 · Фізична терапія, ерготерапія · Фізична реабілітація · Бакалавр · 4 кредити ЄКТС