



Силабус дисципліни «Олімпійський спорт»

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 227 · ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ · ФІЗИЧНА
РЕАБІЛІТАЦІЯ · БАКАЛАВР

120

Годин загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЄКТС відповідно до
стандарту

4

Змістовних модулів курсу

Загальна інформація про дисципліну

Ідентифікація

Назва: Олімпійський спорт

Спеціальність: 227 Фізична терапія, ерготерапія

ОП: Фізична терапія, ерготерапія / Фізична реабілітація

Ступінь: Бакалавр

Обсяг: 120 годин / 4 кредити ЄКТС

Модулів: 4 змістовних блоки курсу

Мета дисципліни

Дисципліна «Олімпійський спорт» формує у студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» цілісне уявлення про олімпійський рух, його філософію, структуру та роль у світовому спорті. Курс спрямований на розвиток знань про сучасні Олімпійські ігри, підготовку спортсменів, медико-біологічне забезпечення та реабілітацію в олімпійському спорті. Особлива увага приділяється зв'язку між олімпійським спортом і фізичною терапією, ерготерапією, відновленням спортивних травм та функціональній реабілітації атлетів.

Форми навчання

- Лекції — 30 годин
- Практичні заняття — 30 годин
- Самостійна робота — 60 годин

Компетентності та результати навчання

Загальні компетентності

Здатність до аналізу, синтезу та критичного оцінювання інформації у сфері олімпійського спорту та фізичної реабілітації: виявлення суттєвих фактів, порівняння підходів до підготовки та відновлення спортсменів, формування обґрунтованих клінічних і педагогічних висновків. Уміння самостійно навчатися, планувати роботу та організовувати виконання завдань у визначені строки, зокрема під час підготовки рефератів, аналітичних записок і презентацій.

Здатність до усної та письмової фахової комунікації: чітко пояснювати принципи олімпійського руху, аргументовано обговорювати підходи до реабілітації спортсменів, оформлювати звіти та аналітичні матеріали.

Відповідальність, ініціативність і готовність до командної роботи при аналізі кейсів реабілітації в олімпійському спорті.

- Аналізувати навчальну та наукову інформацію у сфері спорту й реабілітації
- Виділяти головне та узагальнювати результати досліджень
- Планувати власну діяльність і дотримуватися дедлайнів
- Коректно спілкуватися з викладачами та одногруппниками
- Брати участь у командній роботі та розподіляти обов'язки

Фахові компетентності

Розуміння сутності олімпійського руху, його структури, принципів олімпізму та зв'язку з галуззю фізичної терапії й ерготерапії. Знання ключових етапів розвитку Олімпійських ігор, видів олімпійського спорту, принципів спортивної підготовки та медико-біологічного забезпечення атлетів.

Здатність застосовувати знання про олімпійський спорт для обґрунтування підходів до реабілітації спортсменів, профілактики спортивних травм, функціонального відновлення та підтримки фізичної форми у рамках фізичної терапії та ерготерапії.

- Характеризувати структуру міжнародного олімпійського руху
- Аналізувати принципи підготовки спортсменів в олімпійських дисциплінах
- Оцінювати медико-біологічне забезпечення в олімпійському спорті
- Обґрунтовувати підходи до реабілітації при спортивних травмах
- Орієнтуватися в сучасній науковій літературі з олімпійського спорту

Результати навчання

Після успішного завершення курсу студент повинен демонструвати такі результати навчання:

1

Знання та розуміння

Пояснювати сутність ключових категорій олімпійського спорту: олімпізм, олімпійський рух, Олімпійська хартія, МОК, НОК, спортивна підготовка, антидопінговий контроль, реабілітація спортсменів. Характеризувати основні етапи розвитку Олімпійських ігор від античності до сьогодення.

2

Аналіз та оцінювання

Аналізувати принципи та методи спортивної підготовки в олімпійських дисциплінах. Оцінювати значення медико-біологічного забезпечення та фізичної терапії для досягнення спортивних результатів і відновлення атлетів після травм.

3

Застосування знань

Застосовувати знання з олімпійського спорту для обґрунтування програм реабілітації спортсменів. Використовувати наукові джерела для підготовки обґрунтованих висновків щодо відновлення фізичних функцій атлетів.

4

Комунікація та рефлексія

Аргументовано викладати власну позицію щодо актуальних питань олімпійського спорту та реабілітації. Формувати фаховий світогляд, усвідомлення ролі фізичного терапевта та ерготерапевта в системі олімпійської підготовки.

Модуль 1. Олімпійський рух: історія та сучасність

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 1

Тема 1.1

Олімпійський спорт як наукова та навчальна дисципліна.

Поняття олімпійського спорту. Олімпізм як філософія.

Олімпійська хартія: структура, принципи, основні положення.

Місце олімпійського спорту серед суміжних дисциплін фізичного виховання, спорту та реабілітації.

Тема 1.2

Олімпійські ігри Давньої Греції та відродження сучасного олімпійського руху.

Олімпійські ігри в античності. П'єр де Кубертен і відродження Олімпійських ігор. Перші Олімпіади сучасності (1896–1936). Роль Олімпійських ігор у розвитку міжнародних відносин і фізичної культури.

Тема 1.3

Структура та організація міжнародного олімпійського руху.

Міжнародний олімпійський комітет (МОК): структура, повноваження, діяльність. Національні олімпійські комітети.

Міжнародні спортивні федерації. Олімпійська солідарність.

НОК України та участь українських спортсменів в Олімпійських іграх.

Тема 1.4

Олімпійські ігри XX–XXI ст. Сучасний олімпійський рух.

Ключові етапи розвитку Олімпійських ігор у XX ст. Зимові Олімпійські ігри. Паралімпійський рух. Олімпійські ігри XXI ст.: Сідней, Афіни, Пекін, Лондон, Ріо, Токіо, Париж. Реформи МОК. Олімпійська Агенда 2020+.

Модуль 2. Спортивна підготовка в олімпійських дисциплінах

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 2

Тема 2.1

Теорія та методика підготовки спортсменів в олімпійських видах спорту. Загальні основи спортивного тренування. Принципи побудови тренувального процесу. Структура багаторічної підготовки. Спортивна орієнтація та відбір. Моделювання й управління підготовкою атлетів вищої кваліфікації.

Тема 2.2

Фізична підготовка в олімпійському спорті. Основні компоненти фізичної підготовленості: сила, витривалість, швидкість, гнучкість, координація. Методи розвитку фізичних якостей. Функціональна підготовка спортсменів. Тестування та контроль фізичної підготовленості.

Тема 2.3

Характеристика олімпійських видів спорту. Класифікація олімпійських дисциплін: циклічні, ациклічні, ситуаційні, складнокоординаційні. Специфіка тренувального процесу у різних групах олімпійських видів спорту. Нові олімпійські дисципліни. Вимоги до фізичних та функціональних якостей атлетів.

Модуль 3. Медико-біологічне забезпечення та реабілітація в олімпійському спорті

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 3

Тема 3.1

Медико-біологічне забезпечення олімпійців. Лікарський контроль у спорті. Спортивна медицина в системі підготовки олімпійських атлетів. Функціональна діагностика. Харчування спортсменів. Відновлювальні засоби. Антидопінговий контроль: ВАДА, правила та процедури, заборонені речовини та методи.

Тема 3.2

Спортивні травми та їх профілактика в олімпійських дисциплінах. Класифікація спортивних травм. Найбільш поширені травми у різних видах олімпійського спорту. Профілактика травматизму. Принципи першої допомоги при спортивних травмах. Роль фізичного терапевта в системі спортивної медицини.

Тема 3.3

Фізична терапія та ерготерапія в реабілітації спортсменів. Принципи реабілітації в олімпійському спорті. Програми відновлення після типових спортивних травм (травми колінного, плечового суглобів, хребта). Ерготерапевтичні підходи у спортивній реабілітації. Повернення до спортивної діяльності: критерії та протоколи.

Модуль 4. Олімпійський спорт та суспільство. Паралімпійський рух

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 4

Тема 4.1

Соціальна роль олімпійського спорту. Олімпійська освіта як напрям виховної роботи. Спорт та здоров'я населення. Олімпійський спорт і засоби масової інформації. Комерціалізація олімпійського спорту. Гендерна рівність в олімпійському русі. Фейр-плей та етичні засади олімпізму.

Тема 4.2

Паралімпійський і дефлімпійський рух. Історія та розвиток Паралімпійських ігор. Структура паралімпійського руху. МПК та НПК України. Класифікація нозологічних груп. Адаптивний спорт і фізична реабілітація осіб з інвалідністю. Ерготерапія у паралімпійській підготовці.

Тема 4.3

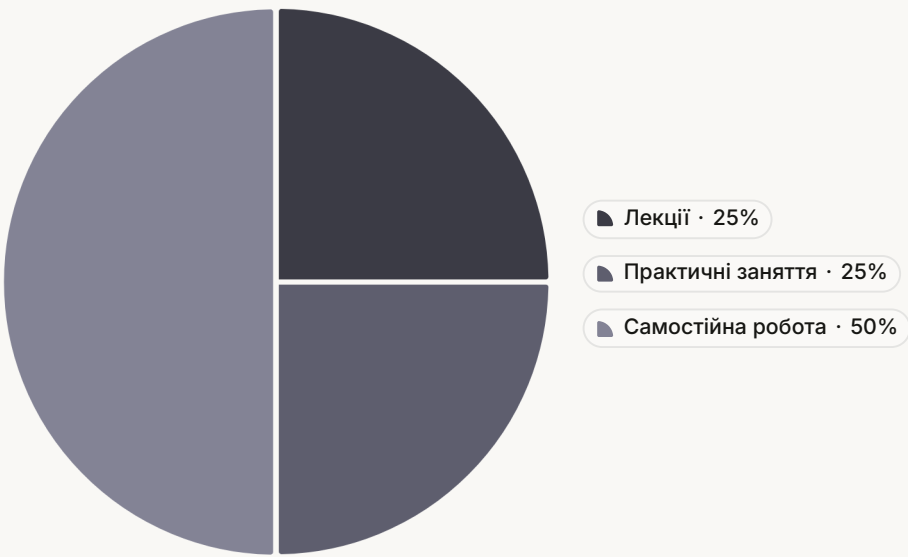
Українські спортсмени в олімпійському та паралімпійському русі. Участь України в Олімпійських іграх з 1952 року. Незалежна Україна на Олімпійських іграх (1996–2024). Визначні українські олімпійці. Паралімпійська збірна України. Спорт в умовах повномасштабної агресії Росії: виклики та збереження олімпійського руху.

Тема 4.4

Сучасні тенденції та інновації в олімпійському спорті. Інноваційні технології в підготовці та реабілітації спортсменів. Спортивна наука та цифрові технології. Телереабілітація та дистанційний моніторинг спортсменів. Перспективи розвитку олімпійського руху та спортивної медицини.

Розподіл навчального часу — 120 годин

Модуль	Тема	Лекції (год.)	Практичні (год.)	Самостійна робота (год.)
Модуль 1	Тема 1.1 — Олімпійський спорт як дисципліна	2	2	4
	Тема 1.2 — Давньогрецькі ігри та відродження олімпізму	2	2	4
	Тема 1.3 — Структура міжнародного олімпійського руху	2	2	4
	Тема 1.4 — Олімпійські ігри XX–XXI ст.	2	2	4
Модуль 2	Тема 2.1 — Теорія та методика підготовки спортсменів	2	2	4
	Тема 2.2 — Фізична підготовка в олімпійському спорті	2	2	4
	Тема 2.3 — Характеристика олімпійських дисциплін	4	4	8
Модуль 3	Тема 3.1 — Медико-біологічне забезпечення	4	4	8
	Тема 3.2 — Спортивні травми та їх профілактика	4	4	8
	Тема 3.3 — Фізична терапія та ерготерапія в спорті	2	2	4
Модуль 4	Тема 4.1 — Соціальна роль олімпійського спорту	2	2	4
	Тема 4.2 — Паралімпійський і дефлімпійський рух	2	2	4
	Тема 4.3 — Українські спортсмени в олімпійському русі	2	2	4
	Тема 4.4 — Сучасні тенденції та інновації	2	2	4
Разом		30	30	60



Структура навчального часу

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

- **Лекції (30 год. — 25%):** подача ключового теоретичного матеріалу
- **Практичні (30 год. — 25%):** відпрацювання навичок, аналіз кейсів, дискусії
- **Самостійна робота (60 год. — 50%):** поглиблене вивчення, підготовка завдань

❏ Самостійна робота становить **50% обсягу дисципліни** — студенти навчаються працювати з джерелами самостійно.

Самостійна робота студентів та методи викладання

Форми самостійної роботи

Опрацювання літератури

Поглиблене вивчення теоретичного матеріалу за підручниками з олімпійського спорту, науковими статтями у фахових виданнях, матеріалами МОК та НОК. Конспектування ключових положень, порівняння підходів різних авторів до реабілітації спортсменів та медико-біологічного забезпечення.

Індивідуальні завдання

Виконання аналітичних завдань щодо порівняльного аналізу програм реабілітації спортсменів у різних олімпійських дисциплінах, підготовка есе, аналітичних записок, міні-досліджень з актуальних питань олімпійського спорту та фізичної терапії.

Робота з інформаційними ресурсами

Опрацювання офіційних сайтів: МОК (olympics.com), НОК України (noc-ukr.org), Міністерства молоді та спорту (mms.gov.ua), ВАДА (wada-ama.org). Аналіз документів, статистичних даних, пошук актуальних наукових матеріалів.

Підготовка до занять

Підготовка до практичних занять шляхом опрацювання першоджерел та навчальної літератури; повторення теоретичного матеріалу; підготовка до тестувань через вивчення ключових термінів, понять і визначень; систематизація знань перед контрольними роботами.

Методи викладання

→ Лекції

Системне подання теоретичного матеріалу з використанням наочних схем, відеоматеріалів, таблиць та прикладів з олімпійської практики; студенти ведуть конспекти та задають уточнювальні запитання.

→ Кейс-стаді

Аналіз реальних клінічних ситуацій: відновлення спортсменів-олімпійців після травм; студенти виявляють проблему, пропонують програми реабілітації та обґрунтовують висновки на основі доказової медицини.

→ Дискусії

Обговорення актуальних питань олімпійського спорту, антидопінгової політики, паралімпійського руху; розвиток критичного мислення та вміння відстоювати фахову позицію.

→ Робота з джерелами

Опрацювання наукових статей, протоколів реабілітації, нормативних документів МОК та ВАДА; формування навичок критичного аналізу науково-методичних матеріалів.

→ Самостійне дослідження

Підготовка аналітичних записок, рефератів і презентацій за обраною темою у сфері олімпійського спорту та реабілітації; розвиток навичок самостійного пошуку та систематизації інформації.

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. Включає усні опитування, письмові відповіді на запитання, аналіз клінічних кейсів та участь у дискусіях.

2

Проміжний контроль

Самостійна робота — комплексне ситуаційне завдання або реферат, які охоплюють теми змістовних модулів (теоретичні питання, аналіз програм реабілітації, порівняльна характеристика підходів у різних олімпійських дисциплінах). Оцінюються повнота відповіді, правильність аналізу та обґрунтованість висновків.

Проводиться після 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 оцінювання: 100-бальна система з переведенням у національну шкалу та ЄКТС (A, B, C, D, E, FX, F).

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

Рекомендована література та ресурси

Навчальна та наукова література (2022–2024)

1. Сергієнко В. М., Король С. А. Олімпійський спорт : конспект лекцій : у 2 ч. — Суми : Сумський державний університет, 2024. — Ч. 1. — 196 с.; Ч. 2. — 129 с.
2. Булатова М. М., Бубка С. Н., Платонов В. М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти : навчальне видання. — Київ : Перша друкарня, 2022. — 912 с.
3. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. — Київ : Перша друкарня, 2022. — 864 с.
4. Молодь та олімпійський рух : збірник тез доповідей XVII Міжнародної конференції молодих учених. — Київ : НУФВСУ, 2024. — 287 с.
5. Борисова О. В., Когут І. О. Паралімпійський і дефлімпійський спорт : навч. посіб. — Київ : НУФВСУ, 2023. — 248 с.
6. Биканов С. Р. Основи спортивної реабілітації : навч. посіб. — Київ : Олімпійська література, 2023. — 312 с.
7. Приступа Є. Н., Брискін Ю. А. Спортивна медицина та реабілітація в олімпійському спорті : підручник. — Львів : ЛДУФК, 2022. — 420 с.
8. Вакуленко Л. О., Клапчук В. В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підручник. — Тернопіль : Укрмедкнига, 2022. — 544 с.
9. Шинкарук О. А. Система відбору та орієнтації спортсменів у процесі багаторічної підготовки : монографія. — Київ : НУФВСУ, 2023. — 352 с.
10. Журнал «Наука в олімпійському спорті». — Київ : НУФВСУ, 2022–2024. — Електронне видання. — URL: <https://sportscience.org.ua/>

Офіційні інтернет-ресурси

1. Міжнародний олімпійський комітет. — URL: <https://olympics.com/>
2. Національний олімпійський комітет України. — URL: <https://noc-ukr.org/>
3. Міністерство молоді та спорту України. — URL: <https://mms.gov.ua/>
4. Всесвітнє антидопінгове агентство (ВАДА). — URL: <https://www.wada-ama.org/>
5. Національний університет фізичного виховання і спорту України. — URL: <https://uni-sport.edu.ua/>
6. Журнал «Олімпійський та паралімпійський спорт» (СумДУ). — URL: <https://journals.spu.sumy.ua/>
7. Національна паралімпійська збірна України / НПК України. — URL: <https://paralympic.org.ua/>
8. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. — URL: <https://nbuv.gov.ua/>



Рекомендована література охоплює видання **2022–2024 років** відповідно до вимог актуальності навчально-методичного забезпечення для спеціальності 227.