

Робоча програма дисципліни «Адаптивний спорт»

ОП ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ · ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

БАКАЛАВР

120

Годин

Загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЕКТС

Відповідно до стандарту

4

Модулі

Змістовних блоки курсу



Загальна інформація про дисципліну

Ідентифікація

Назва: Адаптивний спорт

ОП: Фізична терапія, ерготерапія; Фізична реабілітація

Ступінь: Бакалавр

Обсяг: 120 годин / 4 кредити ЄКТС

Модулів: 4 змістовних блоки

Призначення дисципліни

Дисципліна «Адаптивний спорт» формує у студентів системне розуміння теоретичних і методичних основ спорту осіб з інвалідністю, паралімпійського, дефлімпійського та спеціально-олімпійського рухів. Курс охоплює сутність адаптивного спорту як соціального явища, класифікацію нозологічних груп, специфіку організації змагальної діяльності та підготовки спортсменів з різними порушеннями здоров'я.

Дисципліна є обов'язковою для підготовки бакалаврів за освітньо-професійними програмами «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація» і забезпечує формування спеціальних компетентностей, передбачених освітньо-професійною програмою.

Загальні компетентності

Аналітичне мислення

Здатність до аналізу, синтезу та критичного оцінювання інформації у сфері адаптивного спорту: виявлення особливостей різних нозологічних груп, порівняння підходів до організації тренувального процесу, формування обґрунтованих висновків.

Комунікація

Здатність до усної та письмової комунікації: чітко пояснювати принципи адаптивного спорту, аргументовано відповідати на запитання, оформлювати реферати, есе та аналітичні записки з питань реабілітації засобами спорту.

Самоорганізація

Уміння самостійно навчатися, планувати роботу та організовувати виконання завдань у визначені строки, зокрема під час підготовки рефератів, презентацій і практичних проектів з адаптивного спорту.

Командна робота

Відповідальність, ініціативність та готовність працювати в команді під час групового аналізу кейсів, обговорення питань організації змагань і тренувального процесу для осіб з інвалідністю.

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

Фахові компетентності

Розуміння адаптивного спорту

Розуміння сутності та закономірностей розвитку адаптивного спорту, його місця в системі реабілітації осіб з інвалідністю. Знання класифікацій нозологічних груп, видів адаптивного спорту та міжнародних рухів — паралімпійського, дефлімпійського, спеціально-олімпійського.

Організація спортивної діяльності

Здатність організовувати та проводити заняття з адаптивного спорту; застосовувати методи відбору, орієнтації та класифікації спортсменів з інвалідністю; розробляти програми тренувань з урахуванням нозологічних особливостей.

Реабілітаційний потенціал спорту

Знання механізмів впливу адаптивного спорту на фізичний, психологічний та соціальний стан осіб з інвалідністю. Розуміння зв'язку між спортивною діяльністю та процесами фізичної терапії й ерготерапії.

Нормативно-правова база

Орієнтування в нормативно-правовій базі у сфері адаптивного спорту та реабілітації; використання наукових та інформаційних джерел для обґрунтованих висновків і суджень щодо організації роботи з особами з інвалідністю.

Результати навчання

01

Пояснення ключових понять

Пояснювати сутність ключових понять і явищ: адаптивний спорт, нозологія, класифікація, паралімпійський рух, дефлімпійський рух, Спеціальні Олімпіади, адаптивна фізична культура, реабілітація засобами спорту, інклюзія.

03

Аналіз програм підготовки

Аналізувати програми підготовки спортсменів з інвалідністю, оцінювати їх ефективність з позицій фізичної терапії та ерготерапії, визначати реабілітаційний потенціал різних видів адаптивного спорту.

02

Характеристика видів та форм

Характеризувати основні види адаптивного спорту та форми організації змагальної діяльності, застосовувати методи порівняльного аналізу нозологічних груп, визначати особливості підготовки спортсменів з різними порушеннями.

04

Робота з нормативною базою

Орієнтуватися в нормативно-правовій та науковій базі з адаптивного спорту; використовувати наукові та інформаційні ресурси для підготовки обґрунтованих аналітичних матеріалів і практичних рекомендацій.

Теоретичні основи адаптивного спорту

- 1 — Тема 1.1
Адаптивний спорт як наукова та навчальна дисципліна. Основні поняття, мета, завдання та функції.
- 2 — Тема 1.2
Класифікація осіб з інвалідністю за нозологічними групами. Медична та спортивна класифікація.
- 3 — Тема 1.3
Соціальне значення адаптивного спорту. Реабілітаційний потенціал змагальної діяльності.
- 4 — Тема 1.4
Нормативно-правова база адаптивного спорту в Україні та міжнародні стандарти.

Адаптивний спорт як наукова та навчальна дисципліна

Лекційний матеріал (2 год.)

Лекція 1: Визначення та зміст поняття «адаптивний спорт». Взаємозв'язок адаптивного спорту з адаптивною фізичною культурою, фізичною терапією та ерготерапією. Мета, завдання та принципи адаптивного спорту. Місце адаптивного спорту в системі комплексної реабілітації осіб з інвалідністю.

Функції адаптивного спорту: соціалізуюча, реабілітаційна, рекреаційна, виховна, спортивна. Зв'язок адаптивного спорту з паралімпійським, дефлімпійським та спеціально-олімпійським рухами. Специфіка професійної діяльності фахівця з адаптивного спорту.

Ключові питання лекції

- Визначення та сутність адаптивного спорту
- Мета і завдання адаптивного спорту у контексті реабілітації
- Принципи організації адаптивного спорту
- Соціальне значення адаптивного спорту для осіб з інвалідністю
- Зв'язок адаптивного спорту з фізичною терапією та ерготерапією

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання порівняльної таблиці «Адаптивний спорт у системі адаптивної фізичної культури»: визначення спільного і відмінного між адаптивним спортом, адаптивним фізичним вихованням, адаптивною руховою реабілітацією та адаптивною рекреацією.

Завдання 2. Кейс: аналіз значення адаптивного спорту для соціальної інтеграції та психологічної реабілітації особи з інвалідністю. Групове обговорення.

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

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Когут І. О. та ін. «Адаптивний спорт: навч.-наоч. посібник» — розділ «Теоретичні основи»
- Підготовка реферату: «Адаптивний спорт як засіб реабілітації та соціальної інтеграції осіб з інвалідністю»
- Складання схеми «Місце адаптивного спорту в системі реабілітації»



Очікуваний результат: студент вміє пояснювати сутність адаптивного спорту, його мету, завдання та зв'язок з фізичною терапією й ерготерапією.

Класифікація осіб з інвалідністю за нозологічними групами

1

Ураження ОРА

Ампутації, дитячий церебральний параліч, травми хребта, les autres (інші). Специфіка рухових можливостей.

2

Порушення зору

Тотальна сліпота (B1), слабкозорість (B2, B3). Вимоги до лідерів-поводирів. Паравелоспорт.

3

Порушення слуху

Глухота та приглухуватість. Дефлімпійський рух. Особливості комунікації та організації змагань.

4

Інтелектуальні порушення

Особи з вадами розумового розвитку. Рух Спеціальних Олімпіад. Принципи роботи та оцінювання.

Лекційний матеріал (2 год.)

Медична та спортивна класифікація осіб з інвалідністю. Основні нозологічні групи: ураження опорно-рухового апарату, порушення зору, порушення слуху, інтелектуальні порушення. Системи функціональної класифікації в паралімпійських видах спорту. Класифікатори та їх роль у забезпеченні рівності змагань.

Практичне заняття (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз систем функціональної класифікації у різних видах паралімпійського спорту (легка атлетика, плавання, важка атлетика); визначення класу для модельних випадків; дискусія «Чи забезпечує спортивна класифікація рівні умови змагань?».

СРС: Опрацювання: Ворона В., Лазоренко С., Петренко Н. «Аналіз планування спортивних заходів осіб з інвалідністю» (2024); підготовка аналітичної записки про функціональну класифікацію в обраному виді паралімпійського спорту.

Соціальне значення та нормативно-правова база адаптивного спорту

Тема 1.3 — Соціальне значення (Лекція 3, 2 год.)

Адаптивний спорт як засіб соціалізації та інтеграції осіб з інвалідністю. Психологічний вплив змагальної діяльності: самоактуалізація, самоствердження, мотивація до активного способу життя. Адаптивний спорт і якість життя. Роль волонтерів та супровідників. Сучасні тенденції інклюзії в спорті.

Практика (2 год.): Аналіз кейсів — успішні приклади реабілітації засобами адаптивного спорту; обговорення «Адаптивний спорт як фактор покращення якості життя»; складання схеми «Реабілітаційний потенціал адаптивного спорту».

СРС (7 год.): Опрацювання: Лазоренко С., Чхайло М., Ворона В. «Історичні аспекти становлення адаптивного спорту» (2023); підготовка есе «Соціальне значення адаптивного спорту для сучасного суспільства».

Тема 1.4 — Нормативно-правова база (Лекція 4, 2 год.)

Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Закон України «Про підтримку олімпійського, паралімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні». Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю». Міжнародні правові акти: Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю. Норми та правила Міжнародного паралімпійського комітету.

Практика (2 год.): Порівняльний аналіз українського та міжнародного законодавства у сфері адаптивного спорту; кейс «Правові гарантії участі осіб з інвалідністю у спортивних змаганнях».

СРС (7 год.): Опрацювання нормативно-правових актів: Закон «Про фізичну культуру і спорт», Закон «Про реабілітацію осіб з інвалідністю»; підготовка порівняльної таблиці «Правове забезпечення адаптивного спорту в Україні та за кордоном».

Міжнародні рухи в адаптивному спорті: паралімпійський, дефлімпійський, спеціально- олімпійський

Тема 2.1

Паралімпійський рух: зародження, розвиток, структура.
Міжнародний паралімпійський комітет (МПК). Паралімпійські ігри.

Тема 2.2

Паралімпійський спорт в Україні. Участь українських спортсменів у міжнародних змаганнях. Національний комітет спорту інвалідів України.

Тема 2.3

Рух Спеціальних Олімпіад: принципи, організація, програма змагань. Особливості роботи з особами з інтелектуальними порушеннями.

Тема 2.4

Дефлімпійський рух: організація, «Всесвітні ігри глухих».
Специфіка адаптивного спорту для осіб з порушеннями слуху.

Паралімпійський рух: зародження та розвиток

Лекційний матеріал (2 год.)

Зародження паралімпійського руху: Людвіг Гуттман і Стоук-Мандевільські ігри 1948 р. Перші Паралімпійські ігри 1960 р. у Римі. Еволюція Паралімпійських ігор до сучасності. Структура та функції Міжнародного паралімпійського комітету (МПК). Нормативні документи МПК. Принципи рівності, гідності та залучення у паралімпійському русі.

Ключові питання

- Соціально-історичні передумови виникнення паралімпійського руху
- Роль Людвіга Гуттмана у становленні адаптивного спорту
- Структура і функції МПК
- Еволюція програми Паралімпійських ігор
- Паралімпійські цінності та їх зв'язок з реабілітацією

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Складання хронологічної таблиці «Ключові події розвитку паралімпійського руху (1948 — до сьогодні)».

Завдання 2. Кейс: аналіз програми літніх Паралімпійських ігор — видів спорту, систем класифікації та вимог до учасників.

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

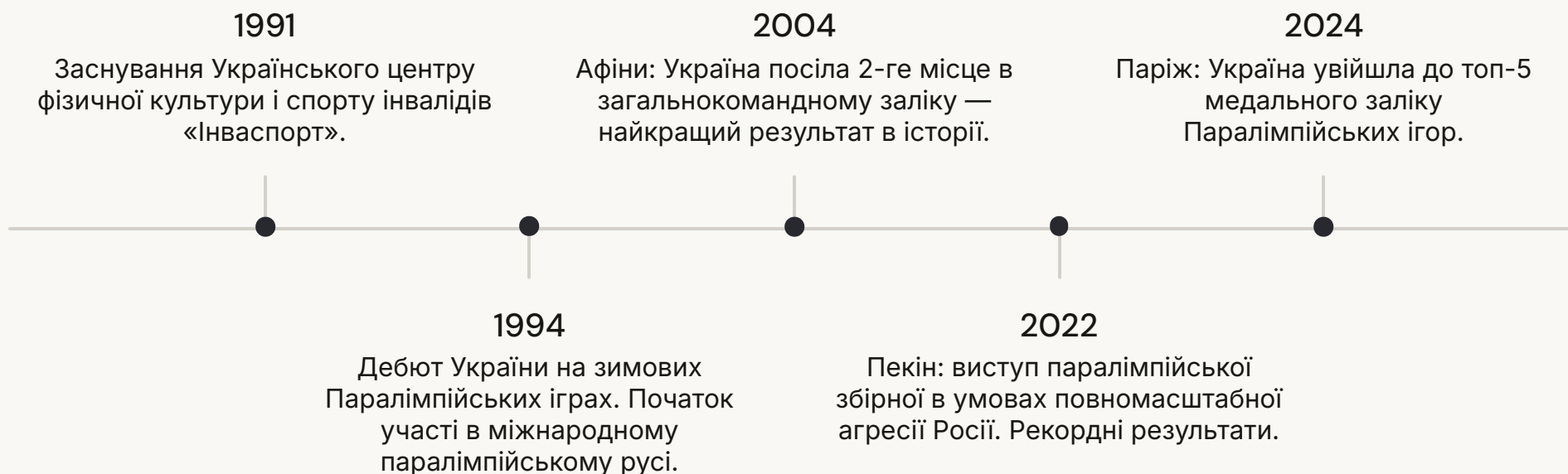
Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Когут І. О. та ін. «Адаптивний спорт: навч.-наоч. посібник» — розділ «Паралімпійський рух»
- Підготовка реферату: «Паралімпійські ігри: від Риму до сучасності»
- Складання схеми «Структура Міжнародного паралімпійського комітету»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати паралімпійський рух, описувати його структуру та оцінювати роль у розвитку адаптивного спорту.

Паралімпійський спорт в Україні



Лекційний матеріал (2 год.)

Розвиток паралімпійського спорту в незалежній Україні. Структура управління: Національний комітет спорту інвалідів України, центри «Інваспорт», спортивні федерації осіб з інвалідністю. Досягнення українських паралімпійців на міжнародній арені. Державна підтримка паралімпійського руху в Україні.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз результатів виступів збірної України на Паралімпійських іграх; кейс «Система підготовки українських паралімпійців»; дискусія «Паралімпійський спорт як засіб реабілітації ветеранів».

СРС: Опрацювання: Ворона В., Лазоренко С., Петренко Н. «Аналіз планування спортивних і фізкультурно-оздоровчих заходів осіб з інвалідністю в Україні за 2020–2024 рр.» (2024); підготовка аналітичної записки «Досягнення паралімпійців України».

Спеціальні Олімпіади та Дефлімпійський рух

Тема 2.3 — Рух Спеціальних Олімпіад (Лекція 7, 2 год.)

Зародження Руху Спеціальних Олімпіад: Юніс Кеннеді Шрайвер, 1968 рік. Принципи Спеціальних Олімпіад: участь, гідність, рівність можливостей. Програма змагань: літні та зимові Спеціальні Олімпіади. Особливості організації та суддівства. Спеціальні Олімпіади в Україні. Вимоги до тренерів і волонтерів при роботі з особами з інтелектуальними порушеннями.

Практика (2 год.): Аналіз програми Спеціальних Олімпіад; порівняння принципів Спеціальних Олімпіад і Паралімпійських ігор; кейс «Організація занять адаптивним спортом для осіб з інтелектуальними порушеннями».

СРС (7 год.): Опрацювання: Головка А. М. «Адаптивний спорт: методичні вказівки» (2023); підготовка реферату «Спеціальні Олімпіади в Україні: стан та перспективи».

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

Зародження спорту глухих: I Міжнародні ігри глухих 1924 р. Міжнародний спортивний комітет глухих (DEAFLYMPICS). «Всесвітні ігри глухих» — Дефлімпійські ігри. Специфіка адаптивного спорту для осіб з порушеннями слуху: особливості комунікації, правила змагань, заборона на слухові апарати. Дефлімпійський рух в Україні. Федерація спорту глухих України.

Практика (2 год.): Аналіз правил змагань Дефлімпійських ігор; порівняння з паралімпійськими правилами; кейс «Специфіка роботи тренера з особами з порушеннями слуху».

СРС (7 год.): Підготовка аналітичної записки «Три міжнародні рухи в адаптивному спорті: порівняльний аналіз та значення для реабілітації».

Методика організації та проведення занять з адаптивного спорту

Тема 3.1

Методичні основи адаптивного спорту. Принципи, методи та засоби підготовки спортсменів з інвалідністю.

Тема 3.2

Організація змагальної діяльності в адаптивному спорті. Відбір та класифікація спортсменів.

Тема 3.3

Адаптивний спорт при ураженнях опорно-рухового апарату: ампутації, ДЦП, спінальні травми.

Тема 3.4

Адаптивний спорт при порушеннях зору та слуху. Спорт для осіб з ампутаціями та протезуванням.

Методичні основи адаптивного спорту

Лекційний матеріал (2 год.)

Загальні та специфічні принципи адаптивного спорту. Методи тренування осіб з інвалідністю: адаптація загально-педагогічних методів. Засоби адаптивного спорту: фізичні вправи, природні фактори, гігієнічні чинники. Особливості планування тренувального процесу. Навантаження та відновлення при різних нозологіях. Роль фізичного терапевта й ерготерапевта у тренувальному процесі.

Ключові питання

- Специфічні принципи адаптивного спорту
- Адаптація методів тренування до потреб осіб з різними нозологіями
- Засоби адаптивного спорту та їх класифікація
- Планування тренувального навантаження при інвалідності
- Міждисциплінарна взаємодія у підготовці спортсменів

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Розробка фрагменту плану тренування для спортсмена з певною нозологією (за вибором): структура, зміст, дозування навантаження.

Завдання 2. Кейс: «Роль фізичного терапевта у підготовці паралімпійського спортсмена». Групова робота та презентація висновків.

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

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Михеєнко О., Чхайло М., Жамардїй В. «Рухова активність і здоров'я серцево-судинної системи» (2024)
- Підготовка реферату: «Принципи адаптації тренувального процесу до потреб осіб з інвалідністю»
- Складання таблиці «Методи тренування в адаптивному спорті: загальні та специфічні»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати принципи, методи та засоби адаптивного спорту, розробляти базовий план тренування з урахуванням нозологічних особливостей.

Організація змагальної діяльності в адаптивному спорті

Лекційний матеріал (2 год.)

Специфіка організації змагань для осіб з інвалідністю. Функціональна класифікація спортсменів: роль класифікатора, процедура класифікації. Відбір та спортивна орієнтація осіб з інвалідністю. Медичне забезпечення змагань. Вимоги до спортивних споруд та безбар'єрного середовища. Роль волонтерів і фахівців. Антидопінгові вимоги у паралімпійському спорті (WADA, IPC Antidoping).

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз положення про змагання з адаптивного спорту; розробка проекту організації змагального заходу для осіб з певною нозологією; обговорення «Безбар'єрне середовище як умова розвитку адаптивного спорту».

СРС: Опрацювання: Лазоренко С., Чхайло М., Алієв М. «Інноваційні підходи щодо розвитку фізичних якостей» (2023); підготовка аналітичної записки «Функціональна класифікація спортсменів: значення для чесних змагань»; складання порівняльної таблиці «Системи класифікації в різних видах паралімпійського спорту».



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати організацію змагальної діяльності, характеризувати системи класифікації та оцінювати вимоги до безбар'єрного середовища.

Адаптивний спорт при ураженнях опорно-рухового апарату



Ампутації та протезування

Класи ампутантів (A1–A9). Використання протезів у спорті. Біговий протез, спортивні крісла-коляски. Легка атлетика, плавання, велоспорт.



Дитячий церебральний параліч

Класи CP1–CP8. Особливості рухових порушень. Воссе ball, легка атлетика, плавання, футбол. Специфіка тренування.



Спінальні ушкодження

Параплегія і тетраплегія. Класи SCI. Баскетбол на візках, регбі на візках, теніс на візках. Реабілітаційний потенціал.

Лекційний матеріал (2 год.)

Загальна характеристика уражень опорно-рухового апарату. Особливості організації тренувального процесу при ампутаціях, ДЦП, спінальних ушкодженнях та «les autres». Сучасні технічні засоби: протези, ортези, спортивні крісла-коляски. Фізична терапія як основа підготовки спортсменів з ураженнями ОРА.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз тренувальних програм для спортсменів різних класів ОРА; демонстрація вправ для різних нозологічних груп; кейс «Підбір виду адаптивного спорту для особи після ампутації».

СРС: Опрацювання: Chui K. K., Fulk G. D. «O'Sullivan and Schmitz's Physical Rehabilitation» (2024) — розділи з реабілітації при ОРА; підготовка реферату «Адаптивний спорт при спінальних ушкодженнях: можливості та обмеження».

Адаптивний спорт при порушеннях зору та слуху

Лекційний матеріал (2 год.)

Адаптивний спорт для осіб з порушеннями зору: класи В1–В3. Роль лідера-поводиря. Голбол як специфічний вид спорту для незрячих. Паравелоспорт (тандем). Плавання та легка атлетика для слабкозорих: технічні особливості та правила. Адаптивний спорт для осіб з порушеннями слуху: специфіка комунікації, жестова мова у спорті. Заборона використання слухових апаратів на змаганнях. Дефлімпійські ігри та їх програма.

Ключові питання

- Класифікація осіб з порушеннями зору у спорті
- Роль лідера-поводиря у паразаняттях
- Голбол: правила та методика навчання
- Специфіка роботи тренера з особами з порушеннями слуху
- Особливості організації тренувань та змагань

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Практичне ознайомлення з голболом: правила, тактика, методика початкового навчання; симуляція гри із зав'язаними очима.

Завдання 2. Дискусія: «Специфіка взаємодії тренера та спортсмена при різних порушеннях сенсорних систем».

Завдання 3. Підготовка та презентація міні-проекту: «Організація тренувального заняття для групи осіб з порушеннями зору».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання матеріалів Міжнародної федерації спорту сліпих (IBSA)
- Підготовка аналітичної записки «Голбол: специфіка виду спорту та методика навчання»
- Складання таблиці «Адаптивні види спорту для осіб з порушеннями зору та слуху»



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати адаптивний спорт для осіб з сенсорними порушеннями, застосовувати специфічні методи організації тренувань.

Адаптивний спорт у практиці фізичної терапії та ерготерапії

Тема 4.1

Адаптивний спорт у системі комплексної реабілітації.
Взаємодія фахівців: фізичний терапевт, ерготерапевт, тренер.

Тема 4.2

Адаптивний спорт для ветеранів. Реабілітація учасників бойових дій засобами спорту в умовах сьогодення.

Тема 4.3

Сучасні технології та інновації в адаптивному спорті. Технічні засоби та допоміжне обладнання.

Тема 4.4

Перспективи розвитку адаптивного спорту в Україні. Інклюзія та безбар'єрний простір у спорті.

Адаптивний спорт у системі комплексної реабілітації

Лекційний матеріал (2 год.)

Місце адаптивного спорту в системі медичної, психологічної, соціальної та фізичної реабілітації. Міждисциплінарна команда: фізичний терапевт, ерготерапевт, психолог, тренер, соціальний працівник. Розподіл ролей і взаємодія фахівців. Вибір виду адаптивного спорту відповідно до реабілітаційних цілей та нозологічних особливостей. МКФ (Міжнародна класифікація функціонування) як основа для планування реабілітації засобами спорту.

Ключові питання

- Структура комплексної реабілітації та місце адаптивного спорту
- МКФ як інструмент планування реабілітації засобами спорту
- Взаємодія фізичного терапевта й ерготерапевта з тренером
- Критерії вибору виду адаптивного спорту для пацієнта
- Оцінка ефективності реабілітації засобами спорту

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз клінічних кейсів: розробка індивідуального плану залучення пацієнта до адаптивного спорту на основі МКФ-оцінки.

Завдання 2. Рольова гра: симуляція роботи міждисциплінарної команди — постановка цілей реабілітації, вибір виду адаптивного спорту.

Завдання 3. Складання алгоритму «Залучення пацієнта до адаптивного спорту: від первинної оцінки до змагань».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Chui K. K., Fulk G. D. «O'Sullivan and Schmitz's Physical Rehabilitation» (2024)
- Підготовка аналітичної записки «МКФ як основа планування реабілітації засобами адаптивного спорту»
- Складання таблиці «Розподіл функцій фахівців міждисциплінарної команди»



Очікуваний результат: студент вміє визначати місце адаптивного спорту в комплексній реабілітації, обґрунтовувати вибір виду спорту для конкретного пацієнта.

Адаптивний спорт для ветеранів: реабілітація засобами спорту

Лекційний матеріал (2 год.)

Бойові травми та їх класифікація: ампутації, черепно-мозкові травми, ПТСР, комбіновані ушкодження. Особливості реабілітації ветеранів: психологічний аспект, мотивація до занять спортом. Програми адаптивного спорту для ветеранів в Україні та світі («Ігри нескорених» — Invictus Games). Роль фізичного терапевта й ерготерапевта у роботі з ветеранами. Сучасний контекст: досвід реабілітації учасників бойових дій в умовах повномасштабної агресії.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Аналіз програм реабілітації ветеранів засобами адаптивного спорту; кейс «Розробка програми реабілітації ветерана з ампутацією нижньої кінцівки»; дискусія «Ігри нескорених як модель реабілітаційного спорту».

СРС: Опрацювання: Chui K. K., Fulk G. D. «O'Sullivan and Schmitz's Physical Rehabilitation» (2024) — розділ «Реабілітація при ампутаціях»; підготовка аналітичної записки «Програми адаптивного спорту для ветеранів: вітчизняний та зарубіжний досвід»; аналіз програми «Ігри нескорених» як моделі реабілітаційного спорту.



Очікуваний результат: студент вміє характеризувати особливості реабілітації ветеранів засобами адаптивного спорту та розробляти відповідні програми.

Сучасні технології та інновації в адаптивному спорті



Лекційний матеріал (2 год.)

Технічні засоби адаптивного спорту: протези, ортези, спортивні крісла-коляски, допоміжне обладнання. Нові матеріали та технології у виготовленні спортивного обладнання. Цифровізація тренувального процесу в адаптивному спорті. Телереабілітація та її можливості. Правові та етичні питання використання технологій у змаганнях.

Практика (2 год.) та СРС (7 год.)

Практика: Ознайомлення зі спортивним обладнанням для різних нозологій; аналіз відеозаписів технік виконання вправ спортсменами з інвалідністю; кейс «Вибір спортивного обладнання для конкретного спортсмена».

СРС: Опрацювання: Mihailescu M. et al. «Adaptive Sports Medicine: A Clinical Guide» (2024); підготовка аналітичної записки «Сучасні технічні засоби в адаптивному спорті: можливості та обмеження»; складання таблиці «Технічні засоби для різних видів адаптивного спорту».

Перспективи розвитку адаптивного спорту в Україні

Лекційний матеріал (2 год.)

Сучасний стан розвитку адаптивного спорту в Україні. Законодавчі зміни 2024 р. — визнання адаптивного спорту окремим напрямом фізичної культури. Безбар'єрний простір: вимоги та стандарти доступності спортивних об'єктів. Інклюзія у спорті: від адаптивного до інтегрованого спорту. Виклики і можливості: фінансування, кадрове забезпечення, розвиток інфраструктури. Роль фізичного терапевта й ерготерапевта у розвитку адаптивного спорту.

Ключові питання

- Стан та перспективи розвитку адаптивного спорту в Україні
- Безбар'єрний простір як умова інклюзії в спорті
- Роль ФТ та ерготерапевтів у розвитку адаптивного спорту
- Міжнародний досвід розвитку адаптивного спорту
- Перспективи інтеграції України у міжнародний паралімпійський рух

Практичне заняття (2 год.)

Завдання 1. Аналіз сучасного стану розвитку адаптивного спорту в Україні за офіційними даними Міністерства молоді та спорту.

Завдання 2. Дискусія: «Роль фізичного терапевта та ерготерапевта у розвитку адаптивного спорту в Україні».

Завдання 3. Підготовка та презентація міні-проекту: «Проект розвитку адаптивного спорту в регіоні: можливості та виклики».

Самостійна робота (7 год.)

- Опрацювання: Ворона В., Лазоренко С., Петренко Н. «Аналіз планування спортивних і фізкультурно-оздоровчих заходів осіб з інвалідністю в Україні» (2024)
- Підготовка аналітичної записки «Безбар'єрний простір у спорті: вимоги та стандарти»
- Аналіз законодавчих змін 2024 р. щодо адаптивного спорту в Україні



Очікуваний результат: студент вміє аналізувати сучасний стан адаптивного спорту в Україні, визначати перспективи розвитку та роль фахівців із фізичної терапії й ерготерапії.

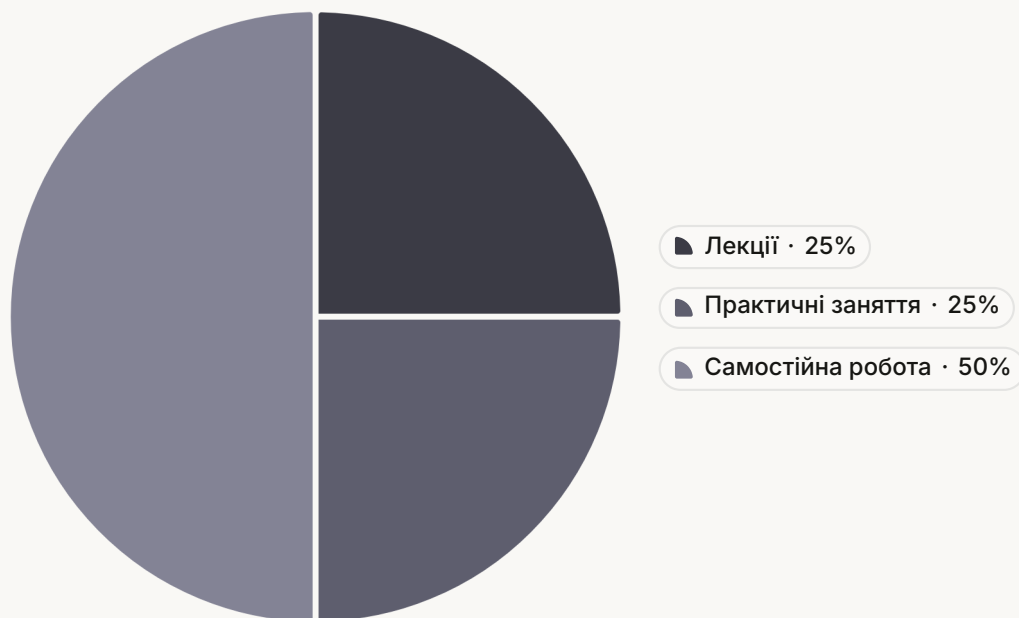
Розподіл навчального часу — 120 годин

Модуль	Тема	Лекції (год.)	Практичні (год.)	СРС (год.)
Модуль 1	Тема 1.1 — Адаптивний спорт як дисципліна	2	2	7
	Тема 1.2 — Класифікація нозологічних груп	2	2	7
	Тема 1.3 — Соціальне значення адаптивного спорту	2	2	7
	Тема 1.4 — Нормативно-правова база	2	2	7
Модуль 2	Тема 2.1 — Паралімпійський рух	2	2	7
	Тема 2.2 — Паралімпійський спорт в Україні	2	2	7
	Тема 2.3 — Спеціальні Олімпіади	2	2	7
	Тема 2.4 — Дефлімпійський рух	2	2	7
Модуль 3	Тема 3.1 — Методичні основи адаптивного спорту	2	2	7
	Тема 3.2 — Організація змагальної діяльності	2	2	7
	Тема 3.3 — Адаптивний спорт при ураженнях ОРА	2	2	7
	Тема 3.4 — Адаптивний спорт при порушеннях зору та слуху	2	2	7
Модуль 4	Тема 4.1 — Адаптивний спорт у системі реабілітації	2	4	7
	Тема 4.2 — Адаптивний спорт для ветеранів	2	2	7
	Тема 4.3 — Технології та інновації	2	2	7
	Тема 4.4 — Перспективи розвитку в Україні	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 теоретичного матеріалу з адаптивного спорту з використанням наочних схем, таблиць і прикладів з вітчизняної та зарубіжної практики паралімпійського руху.

Практичні — 30 год. (25%)

Відпрацювання навичок, аналіз кейсів, розробка тренувальних програм, 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 адаптивного спорту, фізичної реабілітації, ерготерапії (Когут, Ворона, Лазоренко, Chui, Mihailescu 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 нозологій, характеристика видів адаптивного спорту, аналіз класифікаційних систем); творчих завдань — есе, аналітичні записки, міні-дослідження з актуальних питань адаптивного спорту та реабілітації.



Робота з інформаційними ресурсами

Опрацювання офіційних сайтів: Міністерства молоді та спорту України (mms.gov.ua), Національного комітету спорту інвалідів (paralympic.org.ua), Міжнародного паралімпійського комітету (paralympic.org), Верховної Ради (zakon.rada.gov.ua). Аналіз наукових статей з фахових видань.



Підготовка до занять

Підготовка до практичних занять (опрацювання джерел, повторення теорії); підготовка до тестувань (ключові терміни, класифікації, нозологічні особливості); підготовка до модульних контрольних робіт (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, що охоплює теми змістовних модулів (теоретичні питання, аналіз класифікаційних систем, характеристика нозологічних груп та організації змагань). Оцінюються повнота відповіді, аргументованість і практична спрямованість 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 «Адаптивний спорт» поєднує класичні академічні та інтерактивні методи, що забезпечує формування не лише міцної теоретичної бази, а й практичних навичок, необхідних для майбутньої професійної діяльності у сфері фізичної терапії, ерготерапії та фізичної реабілітації.



Лекції

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



Аналіз класифікацій

Опрацювання систем функціональної класифікації, нормативних документів МПК, законодавчих актів; формування навичок критичного аналізу та оцінки інформації у сфері адаптивного спорту.



Кейс-стаді

Аналіз реальних клінічних та спортивних ситуацій; студенти виявляють проблему, пропонують рішення та обґрунтовують вибір виду адаптивного спорту для конкретного пацієнта.



Дискусії

Обговорення дискусійних питань адаптивного спорту; розвиток критичного мислення, аргументації та поваги до різних точок зору в контексті реабілітації та інклюзії.



Самостійне дослідження

Підготовка аналітичних записок, рефератів і презентацій з адаптивного спорту; розвиток навичок самостійного пошуку та систематизації наукової та нормативної інформації.



Практичні вправи

Безпосереднє виконання вправ і рухових дій адаптивного спорту; ознайомлення з технічними засобами; формування практичних навичок тренера та реабілітолога.



Усі методи спрямовані на формування компетентностей, передбачених освітньо-професійними програмами «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація».

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

1. Ворона В., Лазоренко С., Петренко Н.

Аналіз планування спортивних і фізкультурно-оздоровчих заходів осіб з інвалідністю в Україні за період 2020–2024 років. Олімпійський та паралімпійський спорт. — 2024. — Вип. 2. — С. 16–22.

2. Chui K. K., Fulk G. D.

O'Sullivan and Schmitz's Physical Rehabilitation. — 8th ed. — Philadelphia : F.A. Davis Company, 2024. — 1584 p. *Рекомендується для тем 4.1–4.2.*

3. Лазоренко С., Чхайло М., Ворона В.

Історичні аспекти становлення адаптивного спорту через призму його загальних принципів. Освіта. Інноватика. Практика. — 2023. — Т. 11, № 8.

4. Михеєнко О., Чхайло М., Жамардїй В., Літвінов П.

Рухова активність і здоров'я серцево-судинної системи. Освіта. Інноватика. Практика. — 2024. — Т. 12, № 8. *Рекомендується для тем 3.1–3.2.*

5. Mihailescu M. et al.

Adaptive Sports Medicine: A Clinical Guide. — Cham : Springer Nature, 2024. — 420 p. *Рекомендується для тем 4.2–4.3 (технології та реабілітація ветеранів).*

6. Лазоренко С., Чхайло М., Алєв М.

Інноваційні підходи щодо розвитку фізичних якостей борців вільного стилю. Освіта. Інноватика. Практика. — 2023. — Т. 11, № 8. *Рекомендується для теми 3.1.*

7. Головка А. М.

Адаптивний спорт: методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». — Київ : КНУБА, Талком, 2023. — 18 с. *Рекомендується для тем 2.3–2.4.*

8. Конгут І. О. та ін.

Адаптивний спорт: навчально-наочний посібник / С. Ф. Матвєєв, І. О. Когут, О. В. Борисова та ін. — Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2022 (перевидання). — 116 с.

Додаткова література та наукові статті

9. Kendall's Muscles

Conroy V. M., Murray B., Alexopoulos Q., McCreary J. Kendall's Muscles: Testing and Function with Posture and Pain. — 6th ed. — Philadelphia : Wolters Kluwer, 2023. — 576 p. *Рекомендується для тем 3.3–3.4 (оцінка м'язової функції при нозологіях ОРА).*

11. Журнал «Олімпійський та паралімпійський спорт»

Фахове видання Національного університету фізичного виховання і спорту України. — Київ : НУФВСУ, 2022–2024. *Рекомендується для модулів 1–2 (теоретичні та організаційні основи адаптивного спорту).*

10. Журнал «Health, Sport, Rehabilitation»

Спеціалізоване наукове видання з проблем фізичного виховання, спорту, формування здорового способу життя та фізичної терапії. Включене до категорії А фахових видань МОН України (наказ № 530 від 06.06.2022). hsr-journal.com
Рекомендується для всіх модулів.

12. Pharmacology in Rehabilitation

Ciccone C. D. Pharmacology in Rehabilitation. — 5th ed. — Philadelphia : F.A. Davis, 2022. — 672 p. *Рекомендується для тем 4.1–4.2 (фармакологічні аспекти реабілітації спортсменів).*

Нормативно-правова база

→ Закон України «Про фізичну культуру і спорт»

Визначає засади державної політики у сфері фізичної культури та спорту, у т. ч. спорту осіб з інвалідністю. zakon.rada.gov.ua

→ Закон України «Про підтримку олімпійського, паралімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні»

Правова основа підтримки паралімпійського та дефлімпійського руху, діяльності збірних команд. zakon.rada.gov.ua

→ Закон України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні»

Визначає систему медичної, психологічної, фізичної та соціальної реабілітації. Правова основа фізкультурно-спортивної реабілітації. zakon.rada.gov.ua

→ Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю (2006)

Ратифікована Україною у 2009 р. Визначає право осіб з інвалідністю на участь у спортивній діяльності на рівних засадах. zakon.rada.gov.ua

→ Наказ ММС України «Про затвердження Кваліфікаційних норм Єдиної спортивної класифікації» від 11.05.2021 № 1505

Кваліфікаційні вимоги для видів спорту осіб з інвалідністю різних нозологічних груп. mms.gov.ua

Офіційні ресурси та фахові видання

Міністерство молоді та спорту України

mms.gov.ua — офіційні матеріали, нормативна база, розділ «Інваспорт», статистика розвитку адаптивного спорту.

Національний комітет спорту інвалідів України

paralympic.org.ua — паралімпійський рух в Україні, збірні команди, результати змагань, нормативні документи.

Міжнародний паралімпійський комітет

paralympic.org — міжнародні правила, класифікаційні системи, результати Паралімпійських ігор, антидопінгові вимоги.

Верховна Рада України

zakon.rada.gov.ua — нормативно-правова база у сфері фізичної культури, спорту та реабілітації осіб з інвалідністю.

Журнал «Health, Sport, Rehabilitation»

hsr-journal.com — провідне фахове видання з проблем фізичної терапії, спорту та реабілітації, категорія А МОН України.

Журнал «Олімпійський та паралімпійський спорт»

Фахове видання НУФВСУ — наукові публікації з адаптивного спорту, паралімпійського руху, методики підготовки спортсменів.

Спеціальні Олімпіади України

so.org.ua — Рух Спеціальних Олімпіад в Україні, програми змагань, методичні матеріали для тренерів і волонтерів.

Міністерство охорони здоров'я України

moz.gov.ua — нормативна база у сфері реабілітації, стандарти медичної та фізичної реабілітації, протоколи надання допомоги.

Зв'язок дисципліни з ОП «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація»

Чому «Адаптивний спорт» для фізичних терапевтів та ерготерапевтів?

Дисципліна «Адаптивний спорт» є невід'ємною складовою підготовки бакалаврів за ОП «Фізична терапія, ерготерапія» та «Фізична реабілітація». Розуміння адаптивного спорту формує у майбутніх фахівців розуміння можливостей осіб з інвалідністю, реабілітаційного потенціалу змагальної діяльності та інтегративного підходу до роботи з пацієнтами.

Сучасний фізичний терапевт і ерготерапевт працює в умовах, де адаптивний спорт є частиною комплексної реабілітації, а знання його принципів і видів є конкурентною перевагою у клінічній практиці.

Практичне значення для майбутньої кар'єри

- Розуміння можливостей різних нозологічних груп для добору виду адаптивного спорту
- Знання систем функціональної класифікації для оцінки спортивного потенціалу пацієнта
- Навички розробки реабілітаційних програм із залученням засобів адаптивного спорту
- Розуміння міждисциплінарного підходу: взаємодія з тренерами паралімпійських команд
- Формування інклюзивного мислення та поваги до осіб з інвалідністю
- Компетентність у роботі з ветеранами та особами з набутою інвалідністю

Ключові компетентності курсу — Підсумок

Курс охоплює теоретичні основи та практику адаптивного спорту — від класифікації нозологій до організації реабілітаційних програм — і формує у студентів цілісне розуміння ролі адаптивного спорту в системі фізичної терапії та ерготерапії.

Бажаємо успіхів у вивченні Адаптивного спорту!

120

Годин

Загальний обсяг дисципліни

4

Кредити ЄКТС

Відповідно до стандарту

16

Тем

У 4 змістовних модулях

12

Джерел

Рекомендованої літератури 2022–2024 рр.

«Адаптивний спорт — це не про обмеження, це про безмежні можливості людського духу.»

ОП Фізична терапія, ерготерапія · Фізична реабілітація · Бакалавр · 4 кредити ЄКТС