

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ДАНИЛА ГАЛИЦЬКОГО

Кафедра фізичного виховання і спортивної медицини



**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Перший проректор

з Наук про педагогічну роботу

доцент Ірина СОЛОНИНКО

2023 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«ТЕРАПІЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ**

**ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ»**

**«Адаптивна фізична культура»**

**ВБ 1.18**

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

галузі знань 22 Охорона здоров'я

спеціальність 227 Терапія та реабілітація

спеціалізація 227.01 Ерготерапія

Обговорено та ухвалено  
на методичному засіданні кафедри  
фізичного виховання і спортивної  
медицини

Протокол № 5  
від "16" вересня 2023 р  
Завідувач кафедри

доцент Ольга КУНИНЕЦЬ

Затверджено  
профільною методичною комісією  
з терапії та реабілітації

Протокол № 3  
від "16" вересня 2023 р  
Голова профільної методичної  
комісії з терапії та реабілітації  
професор Лук'ян АНДРІЮК

**РОЗРОБНИКИ ПРОГРАМИ:** д.біол.н., професор **А.В. Магльований**, завідувач кафедри к.біол.н., доцент **О.Б. Кунинець**, к.б.н., доцент **В.П. Хомишин**, к.н. з фізвиховання і спорту, доцент **О.Ю. Іваночко**, ст. викладач **О.О. Новицький**

**РЕЦЕНЗЕНТИ:**

завідувач кафедри фізичного виховання і спорту Національного університету “Львівська Політехніка” доктор педагогічних наук, професор **В.М. Корягін**;  
професор кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту Львівського державного університету фізичної культури к. пед. н., професор **М.М. Линець**.

## ВСТУП

Програма навчальної дисципліни  
ВБ 1.18 «Адаптивна фізична культура»  
відповідно до Стандарту вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
галузі знань 22 Охорона здоров'я  
спеціальність 227 Терапія та реабілітація  
спеціалізація 227.01 Фізична терапія  
кваліфікація освітня: Бакалавр терапії та реабілітації  
за спеціалізацією: Ерготерапія  
кваліфікація професійна: Асистент ерготерапевта

### ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (АНОТАЦІЯ).

Вибіркова навчальна дисципліна «Адаптивна фізична культура» належить до комплексних наук та є соціальним феноменом, головною метою якого є соціалізація людей з обмеженими фізичними можливостями, а не тільки їх лікування з допомогою фізичних вправ і фізіотерапевтичних процедур. Предметом адаптивної фізичної культури виступають принципи, методи та методичні прийоми навчання рухових дій при заняттях адаптивною фізичною культурою. «Адаптивна фізична культура» розглядається як частина загальної культури, підсистема фізичної культури, одна з сфер соціальної діяльності, що спрямована на задоволення потреби осіб з обмеженими можливостями в руховій активності, відновленні, зміцненні й підтримці здоров'я, особистісного розвитку, самореалізації фізичних і духовних сил з метою поліпшення якості життя, соціалізації та інтеграції в суспільство.

- базується на теоретичних знаннях, практичних уміннях і навиках фізичної культури, засвоєних при засадах суспільних (соціологія, психологія, культура), природничих та медичних (біологія, фізика, хімія, гігієна, основи анатомії і фізіології, фізична реабілітація, спортивна медицина, мануальна терапія та інш.) наук.
- закладає основи формування студентами умінь та навичок, які визначаються кінцевими цілями вивчення «Адаптивна фізична культура», як вибіркової навчальної дисципліни та можуть бути використані студентами при вивченні та у майбутній професійній діяльності.

Структура навчальної дисципліни	Кількість кредитів, годин, з них			Рік навчання семестр	Вид контролю	
	Всього (год.)	Аудиторних				СРС (год.)
		Лекцій (год.)	Практичних занять (год.)			
Назва дисципліни: «Адаптивна фізична культура»	3 кредит / 90 год.	0	30	60	I курс (1/2 семестри)  залік	

**Предметом вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Адаптивна фізична культура»** є встановлення загальних закономірностей впливу засобів фізичного виховання, фізичної терапії та реабілітації на організм людини з обмеженими можливостями, корекція та оптимізація їх застосування у процесі комплексної реабілітації соматичного та психічного здоров'я й соціальної адаптації.

**Міждисциплінарні зв'язки:** нормальна анатомія, нормальна фізіологія, патологічна фізіологія, біохімія, медична біологія, фізична реабілітація, спортивна медицина, мануальна терапія, неврологія, філософія, психологія, економіка.

#### 1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

1.1. Метою викладання вибіркової навчальної дисципліни «Адаптивна фізична культура» є послідовне формування комплексу знань та вмінь, які органічно входять у загальну систему підготовки спеціалістів, що допомагають адаптувати людей з функціональними обмеженнями до фізичних та соціальних умов життя, а також підготовка майбутніх фахівців до високопродуктивної праці, виховання у

студентів потреби в систематичних заняттях фізичними вправами для підтримки належного фізичного та психічного стану в залежності від психофізичних навантажень та з урахуванням особливостей їх майбутньої професійної діяльності, зміцнення здоров'я, та формування у всіх верств населення престижності здоров'я. Формування здатності використовувати знання, уміння, навички та розуміння для вирішення типових задач діяльності ерготерапевта.

### **1.2. Основними завданнями вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Адаптивна фізична культура» (АФК) є:**

- формування системи знань і умінь з предмету адаптивної фізичної культури, історія виникнення та розвитку АФТ, основні положення, термінологія та види адаптивної фізичної культури, компоненти АФК їх мета та особливості, вивчення основних принципів і функцій, об'єкта та суб'єкта АФК;
- отримання студентами необхідних знань, вмінь та навичок у виборі та застосуванні засобів фізичної культури, фізичної терапії та реабілітації для профілактики та терапії захворювань, відновлення та зміцнення здоров'я, та соціальної адаптації людей з функціональними обмеженнями;
- оволодіння та вивчення особливостей методики проведення занять з АФК людей з різними нозологіями;
- оволодіння методиками тестування та оцінки фізичного розвитку, функціонального стану та самоконтролю людей з різними нозологіями під час занять адаптивною фізичною культурою;
- оволодіння методами контролю ефективності навчального та профілактично-лікувального процесу в АФК;
- оволодіння системою практичних умінь і навиків занять основними видами фізичних вправ і форм раціональної фізкультурної діяльності;
- забезпечення, зберігання і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей, якостей і властивостей особистості;
- набуття рухових умінь і навичок, забезпечення загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості;
- збереження і зміцнення здоров'я студентів, сприяння формуванню здорового способу життя, підтримання і підвищення рівня працездатності протягом навчання;

**1.3 Компетентності та результати навчання,** формуванню яких сприяє дисципліна (взаємозв'язок з нормативним змістом підготовки здобувачів вищої освіти, сформульованим у термінах результатів навчання у Стандарті).

Згідно з вимогами стандарту дисципліна забезпечує набуття студентами **компетентностей:**  
**- інтегральні:** Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психолого-педагогічних наук.

#### **Загальні компетентності спеціальності (ЗК):**

ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

#### **Фахові компетентності спеціальності (ФК):**

ФК02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

ФК03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.

ФК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.

ФК 09. Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.

Деталізація компетентностей відповідно до дескрипторів НРК у формі «Матриці компетентностей».

### Матриця компетентностей.

№	Компетентність	Знання	Уміння	Комунікація	Автономія та відповідальність
<b>Інтегральна компетентність</b>		Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психолого-педагогічних наук.			
<i>Загальні компетентності</i>					
ЗК 01.	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.	Знати законодавчі та системи мовт ворючі і документи, що регулюють професійну діяльність.	Дотримуватися законодавства, уміти враховувати чинники які впливають на професійну діяльність фізичного терапевта та ерготерапевта.	Здатність обмінюватися інформацією про законодавчі чинники що впливають на професійну діяльність фізичного терапевта та ерготерапевта.	Бути відповідальним за власні професійні рішення, дотримання рамок професійної діяльності.
ЗК 02.	Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).	Знати законодавчі документи, що стосуються охорони здоров'я, соціальної захисту, освіти, фізичного виховання.	Дотримуватися законодавства, моральних норм, професійної етики; уміти отримувати згоду пацієнта/клієнта. або опікунів на проведення заходів фізичної терапії, ерготерапії.	Проявляти повагу до пацієнта/клієнта; проявляти емпатію; дотримуватися ефективного спілкування; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні.	Бути відповідальним за власні професійні рішення, дотримання етичних та юридичних вимог.
ЗК 11.	Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.	Знати методи пошуку навчальних ресурсів та баз даних, принципів форм і методів навчання; мати спеціалізовані компетенції і знання, набуті у процесі навчання.	Уміти оцінювати себе критично; вибирати навчальні ресурси; критично аналізувати існуючу реабілітаційну практику, опираючись на сучасні наукові дані; застосовувати знання на практиці, розв'язувати складні задачі і проблеми, які виникають у професійній діяльності.	Користуватися засобами комунікації; зрозуміло і недвозначно доносити власні висновки. знання та пояснення, що їх обґрунтовують, до фахівців та нефахівців; вивчати досвід колег.	Самостійно вибирати оптимальні навчальні ресурси та впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність; відповідати за професійний розвиток, професійно навчатися з високим рівнем автономності.
ЗК 12.	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.	Знати свої соціальні та громадські права та обов'язки	Формували свою громадянську свідомість, уміти діяти відповідно до неї	Здатність донести свою громадську та соціальну позицію	Відповідати за свою громадянську позицію та діяльність
<i>Спеціальні фахові компетентності (ФК)</i>					
ФК 02.	Здатність аналізувати будову, нормальний та	Знати анатомію, біомеханіку, фізіологію та	Уміти пояснити анатомічну будову та функції	Здатність ефективно формувати	Нести відповідальність за своєчасне

	індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.	біохімію рухової активності, фізичний та психічний розвиток людини: процеси, які проходять в організмі під час навчання та контролю рухових <u>функцій</u>	людського організму; описати будову і функції органів та систем організму; пояснити зв'язок між будовою та функцією основних систем людського організму; аналізувати основні рухові функції людини; описати особливості фізичного та психічного розвитку людського організм	комунікаційну стратегію у професійній діяльності.	набуття сучасних наукових та практичних знань
ФК 05.	Здатність провадити безпечно для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших галузях медицини.	Знати Закони України про охорону здоров'я, етичний кодекс, нормативні документи, що регламентують професійну діяльність; принцип отримання згоди пацієнта/клієнта на лікування та заходів в фізичній, ерготерапії; особливості впливу стану пацієнта/клієнта та зовнішнього середовища на безпеку проведення заходів; особливості позиціонування та переміщення	Вміти виявляти фактичний і потенційний ризик, небезпеку для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця, відповідним чином реагувати на неї; узагальнювати усі результати обстеження і складати відповідний план професійних дій, враховуючи заходи безпеки та протипокази щодо кожної дії; затримувати неозвеш/ризик. мінімізувати їх під час фізичної терапії, ерготерапії; безпечно використовувати обладнання; надати первинну допомогу при невідкладних станах.	У разі невизначеності, звертатися по допомогу чи скерувати пацієнта/клієнта до іншого фахівця сфери охорони здоров'я: у тактовній та зрозумілій формі реагувати на небезпечні дії колег.	Бути відповідальним при дотриманні вимог безпеки.
ФК 08.	Здатність ефективно реалізувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.	Засоби методи та форми фізичної терапії, ерготерапії	Вміти безпечно та ефективно виконувати програму фізичної терапії, ерготерапії; діяти наполегливо та цілеспрямовано; модифікувати обсяг навантаження, зміст та спрямованість занять в залежності від функціонального, психологічного та когнітивного стану пацієнта; вибирати	У разі невизначеності, звертатися по допомогу чи скерувати пацієнта/клієнта до інших фахівців; надавати пацієнтові/клієнтові вербальні та невербальні підказки, коректуючи виконання вправ/дій. і. при	Бути відповідальним за ефективну реалізацію програми фізичної терапії, ерготерапії.

			необхідний рівень допомоги; визначати частоту занять і тривалість курсу фізичної терапії, ерготерапії; координувати реалізацію і н д и в і д у а л ь н ої програми реабілітації з усіма учасниками реабілітаційного процес}; за необхідності корегувати цілі: обговорити реабілітаційний процес з пацієнтом/клієнтом та/або родичами, опік} нами, близькими, іншими фахівцями; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійних занять.	погребі, перефразувати інструкції; взаємодіяти із членами м} л ь тидисци плі парної команди, пацієнтом чи опікунами.	
ФК 09.	Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.	Знати основи дидактики, теорії та методики фізичної культури, психології: критерії відповідності заходів фізичної терапії, ерготерапії актуальному стану здоров'я функціональним можливостям та потребам клієнта/пацієнта.	Вміти оцінити функціональні можливості та потреби націпл а/клієнта: обирати методи вплив} 'догляд}', враховуючи патологію, функціональні розлади, активність та участь особи, контексті та особпсіїси фак тори; організувати індивідуальні та групові заняття, обирати необхідне обладнання: моніторити стан пацієнта; передбачати та визначати реакцію пацієнта та клієнта на проведення реабілітаційних заходів.	Налагоджувати обмін досвідом; застосовувати вербальну та невербальну комунікацію з пацієнтом/клієнтом; надавати інформацію в оптимальний спосіб	Нести відповідальність за прийняття рішення щодо відповідності заходів фізичної терапії, ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.

#### Розподіл результатів навчання за видами навчальної діяльності

Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач	Програмні результати навчання	Найменування навчальних дисциплін, практик
--	-------------------------------	--

ЗК 01, ЗК 02, ЗК 11, ЗК 12, ФК 02, ФК 05, ФК 08, ФК 09.	ПРН4, ПРН5, ПРН6, ПРН7, ПРН14, ПРН17	Адаптивна фізична культура
---	---	----------------------------

**Інтегративні кінцеві програмні результати навчання, формуванню яких сприяє навчальна дисципліна:**

ПРН 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПРН 05. Надавати долікарську допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі; вибрати оптимальні методи та засоби збереження життя.

ПРН 06. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі (додаток 3), трактувати отриману інформацію.

ПРН 07. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП).

ПРН 14. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

ПРН 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій (додаток 3), та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

**Результати навчання** – сукупність знань, умінь, навичок, інших компетентностей, набутих особою у процесі навчання, які можна ідентифікувати, кількісно оцінити та виміряти.

I. Оволодіти сучасними знаннями щодо:

- розуміння предметної області адаптивної фізичної культури та розуміння професійної діяльності;
- техніки виконання основних рухових навичок та умінь;
- впливу фізичних вправ на розвиток гнучкості, швидкості, загальної витривалості та сили людей з функціональними відхиленнями, втоми та відновлення працездатності ;
- навичок самоконтролю за реакціями організму на фізичне навантаження;
- основ здорового способу життя, поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності;
- основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм адаптивної фізичної культури;
- основ методики оздоровлення і фізичного удосконалювання традиційними і нетрадиційними засобами і методами адаптивної фізичної культури;
- основ методики адаптивної фізичної культури для різних нозологічних груп.

II. Вміти застосовувати знання у практичних ситуаціях:

1. основні рухові навички та уміння;
2. складанні комплексів фізичних вправ, що направлений на корекцію організму неповносправних;
3. складанні комплексів фізичних вправ, які сприяють розвитку гнучкості, швидкості; загальної витривалості та сили, комплекси фізичних вправ для відновлення працездатності розумової втоми;
4. навички самоконтролю за реакціями організму на фізичне навантаження;
5. основи здорового способу життя, поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності;
6. ефективні види і форми раціональної рухової діяльності;
7. основні методики оздоровлення та психо-фізіологічної корекції засобами та методами адаптивної фізичної культури.

## **2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

На вивчення навчальної програми вибіркової дисципліни відводиться 3 кредити - 90 год.

0 год. лекцій / 30 год. пр. / 60 год. СРС

## **3. СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**



Тема	Лекції	Практичні заняття	СРС	Інд. робота
<b>Тема 1.</b> Вступ в адаптивну фізичну культуру. Історія розвитку АФК. Предмет, мета, завдання адаптивної фізичної культури.	0	2	2	-
<b>Тема 2.</b> Основні поняття й терміни адаптивної фізичної культури. Об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності в адаптивній фізичній культурі.	0	2	2	-
<b>Тема 3.</b> Принципи і функції адаптивної фізичної культури. Компоненти адаптивної фізичної культури, їх мета та особливості.	0	2	2	-
<b>Тема 4.</b> Особливості розвитку фізичних здібностей та навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі.	0	2	2	-
<b>Тема 5.</b> Розвиток фізичних якостей у адаптивній фізичній культурі. Навчання руховим діям. Методичні принципи навчання руховим діям.	0	2	2	-
<b>Тема 6.</b> Особливості занять адаптивною фізичною культурою осіб з різною нозологією.	0	2	2	-
<b>Тема 7.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами слуху.	0	2	6	-
<b>Тема 8.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами зору.	0	2	6	-
<b>Тема 9.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату.	0	2	6	-
<b>Тема 10.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при дитячому церебральному паралічі.	0	2	6	-
<b>Тема 11.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при розумовій відсталості	0	2	6	-
<b>Тема 12.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з протезами верхніх та нижніх кінцівок.	0	2	6	-
<b>Тема 13.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з посттравматичним стресовим розладом.	0	2	6	-
<b>Тема 14.</b> Розробка програм адаптивної фізичної культури для різних нозологій.	0	2	4	-
<b>Тема 15.</b> Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні	0	2	2	-
<b>Разом: 3 кредити, 90 год. / підсумковий контроль</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>60</b>	<b>Залік</b>

#### 4. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ

Лекції не передбачені навчальним планом згідно наказу № 2983-з від 27.09.23 р.

#### 5. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ.

№ п/п	Тема	Кількість годин
1.	<b>Тема 1.</b> Вступ в адаптивну фізичну культуру. Історія розвитку АФК. Предмет, мета, завдання адаптивної фізичної культури.	2
2.	<b>Тема 2.</b> Основні поняття й терміни адаптивної фізичної культури. Об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності в адаптивній фізичній культурі.	2
3.	<b>Тема 3.</b> Принципи і функції адаптивної фізичної культури. Компоненти адаптивної фізичної культури, їх мета та особливості.	2
4.	<b>Тема 4.</b> Особливості розвитку фізичних здібностей та навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі.	2
5.	<b>Тема 5.</b> Розвиток фізичних якостей у адаптивній фізичній культурі. Навчання руховим діям. Методичні принципи навчання руховим діям.	2
6.	<b>Тема 6.</b> Особливості занять адаптивною фізичною культурою осіб з різною нозологією.	2
7.	<b>Тема 7.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами слуху.	2
8.	<b>Тема 8.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами слуху.	2
9.	<b>Тема 9.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату.	2
10.	<b>Тема 10.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при дитячому церебральному паралічі.	2
11.	<b>Тема 11.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при розумовій Відсталості.	2
12.	<b>Тема 12.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з протезами верхніх та нижніх кінцівок.	2
13.	<b>Тема 13.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з посттравматичним стресовим розладом.	2
14.	<b>Тема 14.</b> Розробка програм адаптивної фізичної культури для різних нозологій.	2
15.	<b>Тема 15.</b> Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні.	2
	<b>Разом годин:</b>	<b>30</b>

## 6. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

№ п/п	Тема	Кількість годин	Види контролю
1.	<b>Тема 1.</b> Вступ в адаптивну фізичну культуру. Історія розвитку АФК. Предмет, мета, завдання адаптивної фізичної культури.	2	Поточний контроль
2.	<b>Тема 2.</b> Основні поняття й терміни адаптивної фізичної культури. Об'єкт і суб'єкт педагогічної діяльності в адаптивній фізичній культурі.	2	Поточний контроль
3.	<b>Тема 3.</b> Принципи і функції адаптивної фізичної культури. Компоненти адаптивної фізичної культури, їх мета та особливості.	2	Поточний контроль
4.	<b>Тема 4.</b> Особливості розвитку фізичних здібностей та навчання руховим діям у адаптивній фізичній культурі.	2	Поточний контроль

5.	<b>Тема 5.</b> Розвиток фізичних якостей у адаптивній фізичній культурі. Навчання руховим діям. Методичні принципи навчання руховим діям.	2	Поточний контроль
6.	<b>Тема 6.</b> Особливості занять адаптивною фізичною культурою осіб з різною нозологією.	2	Поточний контроль
7.	<b>Тема 7.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами слуху.	6	Поточний контроль
8.	<b>Тема 8.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з вадами слуху.	6	Поточний контроль
9.	<b>Тема 9.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату.	6	Поточний контроль
10.	<b>Тема 10.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при дитячому церебральному паралічі.	6	Поточний контроль
11.	<b>Тема 11.</b> Основи адаптивного фізичного виховання при розумовій Відсталості.	6	Поточний контроль
12.	<b>Тема 12.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з протезами верхніх та нижніх кінцівок.	6	Поточний контроль
13.	<b>Тема 13.</b> Основи адаптивного фізичного виховання осіб з посттравматичним стресовим розладом.	6	Поточний контроль
14.	<b>Тема 14.</b> Розробка програм адаптивної фізичної культури для різних нозологій.	4	Поточний контроль
15.	<b>Тема 15.</b> Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні.	2	Поточний та підсумковий контроль
	<b>Разом годин:</b>	<b>60</b>	

**7. Індивідуальні завдання** – не передбачено програмою. Не заплановане робочим навчальним планом на навчальний рік

## **8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ:**

**Методи використання слова.** Основними видами словесної передачі знань у процесі практичних занять є: пояснення, розповідь і бесіда (бесіди вступні; бесіди, спрямовані на повідомлення нових знань, і бесіди для перевірки засвоєних знань і ступеня усвідомленості учнями своїх дій).

**Методи забезпечення наочності.** До цієї групи методів навчання відносяться показ рухів у натурі або у виді зображень, сприйманих шляхом безпосереднього спостереження. Практично живий показ завжди супроводжується словесним поясненням. Причому слово в цьому випадку відіграє допоміжну роль. В основному в навчальній роботі застосовується показ фізичної вправи самим викладачем або кимось з учнів. Показ може передувати поясненню, супроводжуватися поясненням або виконуватися після пояснення. Показ досягає мети в тому випадку, якщо рух, який демонструється, гарно видно всім учням, якщо воно виконано технічно правильно, якщо попередньо організовано і правильно спрямована увага учнів.

**Методи практичних вправ.** У теорії і практиці фізичного виховання термін «вправа» вбирає в себе два різних поняття: а) засіб фізичного виховання, тоб то спеціально організована рухова дія; б) метод застосування засобів, суть якого полягає в навмисному, найчастіше багаторазовому повторенні визначених рухових дій з метою або вироблення рухових умінь і навичок, або розвитку рухових якостей.

## **9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ**

Засвоєння програми фізичного виховання забезпечується цілісною системою контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль.

Формами і методами поточного контролю є написання доповідей та рефератів, складання комплексів фізичних вправ для різних нозологій; опитування студентів, виконання фізичних вправ, тестів й інші.

Самостійна робота студентів, яка передбачена робочою навчальною програмою поряд з практичними заняттями контролюється під час поточного контролю. Форма підсумкового контролю – **залік**.

**Критерії оцінювання.** Залік отримують студенти після завершення викладання навчальної дисципліни на I році навчання, які повністю виконали вимоги передбачені навчальною програмою. Успішність студентів I курсу оцінюється за традиційною 4-ри бальною шкалою. Студент має право обирати тести поточного та підсумкового контролю фізичної підготовленості. Мінімальна кількість тестів – 5

Навчання студентів здійснюється на практичних заняттях та у вигляді самостійної роботи студентів (СРС). Практичні заняття проводяться викладачем фізичного виховання згідно навчального плану та програми.

## 10. ВИДИ КОНТРОЛЮ

**Поточний контроль** здійснюється під час проведення навчальних занять і має на меті перевірку засвоєння студентами навчального матеріалу.

*Оцінювання поточної навчальної діяльності.* Під час оцінювання засвоєння кожної теми за поточну навчальну діяльність студенту виставляються оцінки за 4-ри бальною (національною), при цьому враховуються усі види робіт, передбачені програмою дисципліни. Студент має отримати оцінку з кожної теми для подальшої конвертації оцінок у бали за багатобальною (200-бальною) шкалою.

## 11. ФОРМА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ (залік).

**Залік** — це форма підсумкового контролю, що полягає в оцінці засвоєння студентом навчального матеріалу виключно на підставі результатів виконання ним певних видів робіт на практичних заняттях за національною шкалою і шкалою ЄКТС. Підсумковий контроль включає семестровий контроль та атестацію здобувача вищої освіти на відповідність його компетентностей вимогам стандартів вищої освіти. Залік з дисциплін проводиться після закінчення її вивчення, до початку екзаменаційної сесії.

У випадку, коли студент навчається за індивідуальним навчальним планом, йому, наказом ректора, визначається окремий графік проведення контрольних заходів.

До семестрового підсумкового контролю (заліку) допускаються студенти, які виконали усі види робіт, завдань, передбачених навчальним планом на семестр з відповідної навчальної дисципліни, відвідали усі, передбачені програмою навчальної дисципліни практичні навчальні заняття та набрали за поточну успішність кількість балів, не меншу за мінімальну. Для студентів, які пропустили аудиторні навчальні заняття дозволяється, з дозволу декана, відпрацювати академічну заборгованість до певного визначеного терміну в межах семестру.

Заліки виставляють викладачі, які проводили практичні, семінарські та інші заняття в навчальній групі. Залік студенти отримують, якщо середній бал з оцінок за поточну успішність впродовж семестру становить не менше «3» (120 балів за 200- бальною шкалою). Запис вноситься у залікову книжку студента та у заліково-екзаменаційну відомість.

**Критерії оцінювання.** Сукупність знань, умінь, навичок, інших компетентностей, набутих здобувачем вищої освіти у процесі навчання з кожної теми навчальної дисципліни орієнтовно оцінюється за такими критеріями:

– **5/"відмінно"** – студент бездоганно засвоїв теоретичний матеріал теми заняття, демонструє глибокі і всебічні знання відповідної теми, основні положення наукових першоджерел та рекомендованої літератури, логічно мислить і будує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;

– **4/"добре"** – студент добре засвоїв теоретичний матеріал заняття, володіє основними аспектами з першоджерел та рекомендованої літератури, аргументовано викладає його; володіє практичними навичками, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при виконанні практичних навичок;

– **3/"задовільно"** – студент в основному опанував теоретичними знаннями навчальної теми, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають у студента невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у 7 знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, пов'язувати їх із майбутньою діяльністю, припускається помилок при виконанні практичних навичок;

– **2/"незадовільно"** – студент не опанував навчальний матеріал теми, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, відсутнє наукове мислення,

практичні навички не сформовані.

Результати поточного контролю (поточна успішність) є показником рівня засвоєння студентами навчальної програми та виконання вимог самостійної роботи студентів. Результати поточного контролю є основною інформацією для визначення оцінки при проведенні заліку.

Поточний контроль результатів виконання завдань *самостійної роботи* здійснюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті.

Про порядок проведення, зміст і критерії поточного контролю кафедра інформує студентів на першому занятті з дисципліни.

Результати оцінювання роботи студента впродовж семестру є задокументовані у Журналі обліку відвідувань та успішності студентів, а також занесені до заліково-екзаменаційної відомості, навчальної картки студента, залікової книжки студента. Виконані студентами впродовж семестру контрольні, індивідуальні завдання зберігаються на кафедрі 1 рік.

## 12. СХЕМА НАРАХУВАННЯ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Для дисциплін формою підсумкового контролю яких є залік:

**Максимальна кількість балів**, яку може набрати студент за поточну навчальну діяльність при вивченні дисципліни становить 200 балів.

**Мінімальна кількість балів**, яку повинен набрати студент за поточну навчальну діяльність для зарахування дисципліни становить 120 балів.

**Розрахунок кількості балів** проводиться на підставі отриманих студентом оцінок за 4-ри бальною (національною) шкалою під час вивчення дисципліни, шляхом обчислення середнього арифметичного (СА), округленого до двох знаків після коми. Отримана величина конвертується у бали за багатобальною шкалою таким чином:

$$x = \frac{CA \times 200}{5}$$

Для зручності наведено таблицю перерахунку за 200-бальною шкалою

### Перерахунок середньої оцінки за поточну діяльність у багатобальну шкалу для дисциплін, що завершуються заліком.

4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала	4-бальна шкала	200-бальна шкала
5	200	4.45	178	3.92	157	3.37	135
4.97	199	4.42	177	3.89	156	3.35	134
4.95	198	4.4	176	3.87	155	3.32	133
4.92	197	4.37	175	3.84	154	3.3	132
4.9	196	4.35	174	3.82	153	3.27	131
4.87	195	4.32	173	3.79	152	3.25	130
4.85	194	4.3	172	3.77	151	3.22	129
4.82	193	4.27	171	3.74	150	3.2	128
4.8	192	4.24	170	3.72	149	3.17	127
4.77	191	4.22	169	3.7	148	3.15	126
4.75	190	4.19	168	3.67	147	3.12	125
4.72	189	4.17	167	3.65	146	3.1	124
4.7	188	4.14	166	3.62	145	3.07	123
4.67	187	4.12	165	3.57	143	3.02	121
4.65	186	4.09	164	3.55	142	3	120
4.62	185	4.07	163	3.52	141		
4.6	184	4.04	162	3.5	140		
4.57	183	4.02	161	3.47	139	Менше	Недостатньо
4.52	181	3.99	160	3.45	138	3	
4.5	180	3.97	159	3.42	137		
4.47	179	3.94	158	3.4	136		

Ранжування з присвоєнням оцінок „А”, „В”, „С”, „D”, „Е” проводиться для студентів даного курсу, які навчаються за однією спеціальністю і успішно завершили вивчення дисципліни. Студенти, які

одержали оцінки FX, F («2») не вносяться до списку студентів, що ранжуються. Студенти з оцінкою FX після перекладання автоматично отримують бал „E”.

Оцінка ECTS	Статистичний показник
A	Найкращі 10 % студентів
B	Наступні 25 % студентів
C	Наступні 30 % студентів
D	Наступні 25 % студентів
E	Останні 10 % студентів

**13. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ:** плани практичних занять, завдання для самостійної роботи, тести поточного та підсумкового контролю фізичної підготовленості студентів, підручники, навчальні посібники, методичні рекомендації, методичні вказівки і та ін.

Методичне забезпечення мають всі види навчальної діяльності: практичні заняття, самостійна робота студентів.

*Методичне забезпечення практичних занять:*

1. Методичні розробки практичних занять для викладачів.
2. Методичні вказівки до практичних занять для студентів.
3. Варіанти тестових завдань для перевірки вихідного рівня знань, умінь практичних навичок.
4. Варіанти тестових завдань поточного контролю фізичної підготовленості студентів для перевірки засвоєння тем.

*Методичне забезпечення самостійної роботи студентів:*

1. Методичні вказівки для передаудиторної підготовки до практичних занять.
2. Робочий зошит для передаудиторної підготовки.
3. Методичні інструкції з виконання практичних навичок.
4. Варіанти тестових завдань для перевірки самостійної роботи студентів.

Для діагностики успішності навчання застосовуються наступні засоби:

1. Тестові завдання поточного та підсумкового контролю фізичної підготовленості студентів формату А
2. Практичні завдання для перевірки опанування практичними навичками

#### **14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

##### **Основна (базова)**

1. Вакуленко Л. О. Клапчук В. В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. – Тернопіль: ТДМУ. 2019. 372 с.
2. Influence of physical culture and sports on the formation of an individual healthy lifestyle / Grygus Ihor Mykhailovych, Kashuba Vitalii Oleksandrovyeh, Mahlovanyi Anatolii Vasylovych, Skalski Dariusz Vladyslav : Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2023. 396 p. <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/book/296>
3. Мальвованій А., Григус І., Кунинець О., Дуліба С., Стрельбицький Л., Іваночко О., & Хомишин В. (2023). Характеристика впливу засобів фізичної реабілітації та спеціальних фізичних вправ стрільби з лука на спортивний результат паралімпійців. *Rehabilitation and Recreation*, (15), 17–26. вилучено із <https://health.nuwm.edu.ua/index.php/rehabilitation/article/view/333>
4. Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation / Grygus Ihor Mykhailovych, Kashuba Vitalii Oleksandrovyeh, Mahlovanyi Anatolii Vasylovych, Skalski Dariusz Vladyslav : Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2022. 466 p.
5. Руденко Р.Є., Магльований А.В., Григус І.М., Кунинець О.Б. Фізіологічні зміни систем організму спортсменів з інвалідністю в рамках програми фізичної реабілітації / Р.Є. Руденко, А.В. Магльований, І.М. Григус, О.Б. Кунинець // Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation : Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2022. 466 p. - С. 429-458. DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-201-2-15>

##### **Допоміжна**

1. Указ президента України №42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в

- Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя — здорова нація"
2. Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Лист МОН № 1/9-454 від 25.09.15 року.
  3. Магльований А.В., Кунинець О.Б., Хомишин В.П. Методи та засоби розвитку фізичних якостей / А. Магльований, О. Кунинець Б., В. Хомишин [і. ін.] // Методичні вказівки для студентів I курсу підготовки фахівців другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я, спеціальності 226 «Фармація». Львів, 2022.- 21 с.
  4. [Mahlovanyy Anatoliy, et al. "Physical Therapy for Athletes Suffered from Vestibular Disturbances". \*EC Emergency Medicine and Critical Care\* 5.12 \(2021\): pp 28-32.](#)
  5. Guzii O. V., Romanchuk A. P., Maglyovanyi, AV, Trach, VM. Dynamics of HRV Indices in Highly Qualified Athletes in the Formation of Overstrain by Sympathetic and Parasympathetic Types under Physical Training. *5th International Eurasian Conference On Sport Education, Society, Lviv, Ukraine, 9-11 July 2021*, 83-84.
  6. Characteristics of the strategy of development and formation of personal health Anatoly Maglovanyy, Olha Kunynets, Volodymyr Hrynovets, Olha Ripetska, Assoc. Professor of the Department of Therapeutic Dentistry / XIV MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA NAUKOWO-DYDAKTYCZNA „Środowisko a stan zdrowia jamy ustnej”, LUBLIN 11.05.2022r. - 12.05.2022r. - С.
  7. Руденко Р.Є., Магльований А.В., Григус І.М., Кунинець О.Б. Фізіологічні зміни систем організму спортсменів з інвалідністю в рамках програми фізичної реабілітації / Р.Є. Руденко, А.В. Магльований, І.М. Григус, О.Б. Кунинець // Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation : Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2022. 466 p. - С. 429-458. DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-201-2-15>
  8. Romanchuk O.P., Guziy O.V., Mahlovanyy A.V. Changes in volumetric variability of spontaneous respiration under the influence of training load / O.P. Romanchuk, O.V. Guziy , A.V. Mahlovanyy // BASEM CONFERENCE 2022 - POSITIVE HEALTH AND PERFORMANCE. THE ASSOCIATION AND INSTITUTE PRIZE POSTERS - 26-27 May 2022. - С. 90 DOI: [10.13140/RG.2.2.10261.40165](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10261.40165)

#### Інформаційні ресурси

- [zakon.rada.gov.ua/go/1556-18](http://zakon.rada.gov.ua/go/1556-18)
- <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719473>
- <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719427>
- [dsmsu.gov.ua/index/ua/material/16894](http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/16894)
- [sportbuk.com/.../proekt-novoho-zakonu-ukraji...](http://sportbuk.com/.../proekt-novoho-zakonu-ukraji...)
- [tennis.biggame.dp.ua/news/2419.html](http://tennis.biggame.dp.ua/news/2419.html)
- <http://www.stationline.org.ua/pedagog/104/18466-innovacijnij-pidxid-shhodo-organizaci%D1%97-fizichnogo-vixovannya-studentiv-texnichnix-vnz.html>
- <http://uareferat.com>
- <http://www.lnu.edu.ua/faculty/sport/img>