



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ
БЕРЕСТИНСЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ КОМУНАЛЬНОГО
ЗАКЛАДУ «ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-
ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ» ХАРКІВСЬКОЇ
ОБЛАСНОЇ РАДИ

Голова
робочої групи
Вячеслав
Вячеслав
ІВАХНЕНКО

Циклова комісія природничих дисциплін, фізичного виховання
та предмета «Захист України»

СИЛАБУС ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

1. Загальна інформація	
Назва освітнього компонента	Адаптивна фізична культура
Викладач (-і)	Івахненко Вячеслав Олександрович
Контактний телефон викладача	0500465148
E-mail викладача	ivahnenkovaycheslav@gmail.com
Освітньо-професійний ступінь	фаховий молодший бакалавр
Освітньо-професійна програма	Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань	А Освіта
Спеціальність	А 4 Середня освіта
Предметна спеціальність	А 4.11 Середня освіта (Фізична культура)
Професійна кваліфікація	Вчитель-фаховий молодший бакалавр фізичної культури закладу загальної середньої освіти
Додаткова спеціалізація	Фахівець із організації фізкультурного дозвілля
Статус освітнього компонента	Вибірковий
Формат досвітнього компонента	Лекції, практичні заняття, самостійна робота
Обсяг освітнього компонента в кредитах ECTS	2,0
Посилання на освітній сайт викладача	
Консультації	Очні консультації:
2. Анотація до курсу Вибірковий компонент «Адаптивна фізична культура» складено з урахуванням можливості формування індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів фахової передвищої освіти. Світ сучасного фізичного виховання стрімко змінюється, виходячи далеко за межі стандартних нормативів, секундомірів та лінійок. Сьогодні вчитель фізичної культури в закладах середньої освіти – це не просто тренер, який навчає техніці гри у баскетбол чи легкоатлетичному бігу. Це передусім педагог-гуманіст, здатний залучити до активного руху абсолютно кожную дитину, незалежно від її фізичних можливостей, вроджених задатків чи стану здоров'я. Саме тому курс «Адаптивна фізична культура» є однією з ключових, фундаментальних компонентів для майбутніх фахівців зі спеціальності «Середня освіта (Фізична культура)» у педагогічних коледжах. Цей курс покликаний трансформувати традиційні підходи до уроку і дати майбутньому вчителю інструменти для створення по-справжньому безбар'єрного, безпечного та надихаючого спортивного простору. Головна філософія вибіркового компонента «Адаптивна фізична культура» полягає в тому, що фізична культура має бути доступною для всіх. Курс детально розкриває методику роботи в умовах інклюзивного навчання, коли в одному класі займаються діти з різним рівнем здоров'я –	

від основної медичної групи до учнів із порушеннями опорно-рухового апарату, зору, слуху, затримкою психічного розвитку. Майбутні вчителі навчатимуться тонкощам педагогічного інжинірингу: як адаптувати правила командної гри, щоб учень на кріслі колісному або дитина з порушенням координації стали повноцінними й ефективними учасниками матчу; як використовувати звукові та візуальні орієнтири; як правильно підібрати нестандартний та адаптивний спортивний інвентар, що зрівнює шанси та викликає ширший інтерес у підлітків.

3. Мета та цілі курсу

Метою вибіркового компонента «Адаптивна фізична культура» є формування у здобувачів фахової передвищої освіти необхідних знань, умінь і навичок для фізкультурно-оздоровчої роботи з особами, що мають стійкі порушення здоров'я.

Основними завдання вивчення вибіркового компонента є:

- створення уявлення про адаптивну фізичну культуру;
- ознайомлення з проблемами людей з інвалідністю; оволодіння принципами, методами і засобами фізичної культури осіб різних нозологічних груп;
- навчання адекватному вибору засобів фізичної культури і контролю досягнутих результатів при здійсненні фізкультурно-оздоровчої роботи з особами, що мають інвалідність;
- навчання основам складання програм з адаптивного фізичного виховання осіб з різними нозологічними формами;
- формування готовності і бажання працювати з особами, які мають стійкі порушення здоров'я.

Вивчення вибіркового компонента «Адаптивна фізична культура» допоможе здобувачам освіти:

1. Знати:

- теоретичні сучасні знання з адаптивного фізичного виховання;
- свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;
- знати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.

2. Уміти:

- використовувати термінологію під час професійної діяльності;
- практикувати дотримання етичних принципів ведення дискусій та оприлюднення результатів наукової праці.
- забезпечувати формування фізичної культури особистості;
- здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми;
- організовувати заходи оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення;
- визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують;
- зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя;
- застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;
- проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини;
- надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів;
- аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом;
- використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

4. Результати навчання (компетентності)

Здобувачі освіти у результаті вивчення вибіркового компонента «Адаптивна фізична культура» повинні сформувані необхідні загальні та спеціальні компетентності відповідно до вимог освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура).

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК2 Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, фінансової грамотності, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

ЗК5 Здатність до міжособистісної взаємодії.

ЗК6 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК7 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні компетентності (СК)

СК1 Здатність враховувати в освітньому процесі з фізичної культури вікові особливості учнів.

СК5 Здатність до використання відкритих ресурсів, інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій в освітньому процесі з фізичної культури.

СК8 Здатність до забезпечення сприятливих умов в освітньому середовищі для кожного учня відповідно до його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів.

СК9 Здатність до планування освітнього процесу з фізичного виховання в межах посадових обов'язків.

СК10 Здатність до організації процесу навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти у сфері фізичної культури і спорту.

СК11 Здатність до використання освітніх інновацій у сфері фізичної культури і спорту.

СК16 Здатність до оволодіння базовими і новими видами фізкультурної діяльності.

СК18 Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності здобувачів освіти.

Результати навчання:

РН3 Аналізувати можливості професійного розвитку з урахуванням умов педагогічної діяльності та індивідуальних запитів і потреб.

РН4 Враховувати вікові особливості учнів в освітньому процесі для забезпечення його ефективності.

РН7 Організовувати освітній процес з використанням технологій дистанційного навчання.

РН16 Аналізувати психічні процеси, стани людини під час занять фізичною культурою.

РН17 Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

РН18 Обґрунтовувати вибір заходів з фізичної реабілітації

РН20 Здійснювати навчання руховим діям та розвитку рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами, дотримуючись вимог техніки безпеки до спортивної бази, інвентаря та обладнання.

Після завершення вивчення цього курсу ви будете готові:

- здобувати, аналізувати інформацію, отриману з різних джерел, застосовувати її для індивідуального розвитку і самовдосконалення;
- вивчати, аналізувати та застосовувати у майбутній професійній діяльності літературу, подану в паперовій та електронній формах;
- самостійно засвоювати й використовувати нові методи дослідження, до освоєння нових сфер професійної діяльності;
- давати визначення основним поняттям вибіркового компонента;
- дотримуватися вимог нормативно-правових документів, що регламентують організацію освітнього процесу з фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти, здійснювати їх аналіз;
- формувати навички здорового способу життя та безпечної поведінки, інтегрувати у змісті всіх предметів інваріантної та варіативної складових навчальних планів закладів загальної середньої освіти;
- використовувати знання як інструмент для розв'язання життєвих проблем;
- генерувати нові ідеї, приймати нестандартні рішення й нести за них відповідальність;
- володіти комунікативною культурою, уміти працювати в команді;

- працювати над удосконаленням загальноосвітнього рівня, професійної майстерності, коригування власної педагогічної і організаторської діяльності, реалізувати завдання національного виховання в освітньому процесі.

5. Організація навчання курсу

Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна кількість годин
Лекції	18
семінарські заняття / <i>практичні</i> / лабораторні	20
самостійна робота	22

Ознаки курсу

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Обов'язковий / Вибірковий		
Четвертий	А 4 Середня освіта	Другий	Вибірковий		
Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Загальні поняття адаптивної фізичної культури.	Лекція	Основна 1-4; 8; 11 Допоміжна 2	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошуков ого та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 3	тиждень
Тема 2. Функції адаптивної фізичної культури.	Лекція	Основна 2-4; 12; 14 Допоміжна 1; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошуков ого та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 3	тиждень
Тема 3. Законодавчі основи адаптивної фізичної культури.	Практичне заняття	Основна 3-5; 10; 12 Допоміжна 1; 3; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошуков ого та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 5	тиждень
Тема 4. Принципи, методи та форми організації адаптивної фізичної культури.	Лекція	Основна 4; 5; 7; 8; 13 Допоміжна 1; 2; 3	завдань репродуктивного, частково-пошуков ого та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 3	тиждень
Тема 5. Структура сучасного адаптивного фізичного виховання в Україні.	Лекція, практичне заняття	Основна 1-5; 13 Допоміжна 1; 2; 3; 4	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошуков ого та творчого рівнів	Максимальна оцінка - 8	тиждень

			(2-4 години)		
Тема 6. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з інвалідністю, постраждалих внаслідок війни	практичні заняття	Основна 3-5; 8; 14 Допоміжна 1; 3; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 10	тиждень
Тема 7. Адаптивна фізична культура при вадах зору та слуху.	Лекція, практичні заняття	Основна 2-4; 6; 10 Допоміжна 1; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 13	тиждень
Тема 8. Адаптивна фізична культура при розумовій відсталості, аутизмі та затримці психічного розвитку.	Лекція, практичне заняття	Основна 2; 3; 4; 13 Допоміжна 1; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 8	тиждень
Тема 9. Адаптивна фізична культура дітей із затримкою мовного розвитку та розладами навчання.	Лекція, практичне заняття	Основна 1; 4; 5; 13 Допоміжна 1; 2; 3; 4	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 8	тиждень
Тема 10. Адаптивна фізична культура при ураженні спинного мозку.	Лекція, практичне заняття	Основна 2; 3; 4; 12 Допоміжна 1; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 8	тиждень
Тема 11. Адаптивна фізична культура при дитячому церебральному паралічу та інших розладах опорно-рухового апарату.	Лекція, практичне заняття	Основна 2; 3; 4; 9; 11 Допоміжна 1; 5	Виконання завдань репродуктивного, частково-пошукового та творчого рівнів (2-4 години)	Максимальна оцінка - 8	тиждень
6. Система оцінювання курсу					
Загальна система оцінювання курсу	максимальна оцінка – 100 балів за семестр Загальна система оцінювання включає оцінки за лекційні та практичні заняття (77 балів), за контрольні роботи (10) та самостійну роботу (10 балів), додаткові бали (3) за прослуховування курсів і у відповідності до теми компонента на платформах EdEra, Prometheus та інші.				

Зарахування відбувається за наявності сертифікату про успішне проходження курсу.

Критеріями ефективності запланованих результатів навчання є глибина та дієвість знань, системність та усвідомленість знань.

Методами і засобами оцінювання підготовки до занять та виконання практичних завдань виступають: усний контроль (індивідуальне і фронтальне опитування здобувачів освіти); засоби письмового контролю (тестові завдання, контрольні роботи, ситуаційні задачі), індивідуальні завдання – написання рефератів.

Рейтингова система оцінювання дозволяє врахувати рівень знань, поточну підготовку здобувачів до аудиторних занять та визначити рівень засвоєння навчального матеріалу окремої теми.

Оцінка «відмінно» (рівень досягнень А, бали 90-100). Здобувач освіти відповідно до програми виявив всебічні, системні й глибокі знання навчального матеріалу, володіє відомостями з основної і додаткової літератури, сформулював повні відповіді на всі поставлені запитання, виявив креативність та вміння творчого застосування набутих теоретичних знань для вирішення практичних завдань; має загальний високий рівень ерудиції та культури мови, здатний до самостійного поповнення надбаних знань і умінь у процесі подальшої освітньої роботи та професійної діяльності.

Оцінка «добре» (рівень досягнень В, бали 82-89). Здобувач освіти міцно засвоїв програмний матеріал, вміє логічно і послідовно його викласти, має повні та системні знання з дисципліни, точно формулює означення й правила, не допускає істотних помилок у відповідях на запитання, вільно оперує навчальним матеріалом компонента, знає наукову й довідкову літературу, має здатність до самостійного поповнення та оновлення знань.

Оцінка «добре» (рівень досягнень С, бали 75-81). Здобувач освіти виявив системні й глибокі знання навчального матеріалу, володіє відомостями з основної літератури, виявив вміння застосування набутих теоретичних знань для вирішення практичних завдань, глибоко розуміє матеріал. Знання здобувача освіти з окремих тем мають неповний характер, немає достатньої самостійності в аргументації відповідей, у відповідях він допускає недоліки, які може самостійно виправити.

Оцінка «задовільно» (рівень досягнень D, бали 64-74). Здобувач освіти виявив знання основного навчального матеріалу в необхідному для подальшого навчання і майбутньої фахової діяльності обсязі, вияв поверхову обізнаність з основною і додатковою літературою, давав неповні відповіді на поставлені запитання із застосуванням певних штампів, виявив вміння репродуктивного вирішення практичних завдань, у

	<p>процесі їхнього виконання допускав суттєві помилки, які міг усунути лише за допомогою викладача.</p> <p>Оцінка «незадовільно» (рівень досягнень E, бали 60-63). Здобувач освіти володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно.</p> <p>Оцінка «незадовільно» (рівень досягнень FX, бали 35-59). Здобувач освіти не засвоїв переважної частини програмного матеріалу, має поверхове, фрагментарне уявлення про компонент, допускав принципові помилки при виконанні передбачених програмою завдань, на більшість запитань не давав відповіді, не здатний використати наявні знання під час виконання простих практичних завдань, але спроможний самостійно доопрацювати програмний матеріал і підготуватися до повторного складання.</p> <p>Оцінка «незадовільно» (рівень досягнень F, бали 1-34). Здобувач освіти не опанував навчальним матеріалом, не має знань із більшої його частини, не дає відповіді на більшість поставлених завдань, не спроможний самостійно опанувати програмним матеріалом і потребує повторного вивчення компонент.</p>
Вимоги до письмової роботи	<p>Ви повинні виконати контрольну роботу, що складається з теоретичного питання, практичного та творчого завдань.</p> <p>Також враховуються виконання завдання частково-пошукового та творчого рівнів, що передбачають написання творів-міркувань, есе, власних роздумів над даною проблемою.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	Виконання 50 % завдань

7. Політика курсу

Політика курсу спрямована на створення доброзичливої атмосфери на занятті, активної комунікації у групі з дотриманням правил академічної доброчесності. Не допускається однакове виконання домашніх завдань різними здобувачами. А також не допускається більше 20% елементів запозичених із відео-матеріалів мережі інтернет включати у ці завдання. Очікується, що здобувачі освіти відвідуватимуть всі лекційні та практичні заняття, оскільки систематичність є запорукою інтелектуального, функціонального та фізичного розвитку.

На практичних заняттях викладається практичний матеріал та формуються важливі навички та уміння, засвоюються спеціальні знання необхідні для майбутнього фахівця галузі фізична культура та спорт. Письмові завдання здобувачі повинні виконувати повністю та вчасно.

Під час лекційного заняття здобувачам рекомендовано вести конспект. Система оцінювання орієнтована на отримання балів за активність здобувача, а також виконання завдань, які здатні розвинути творчий потенціал.

8. Рекомендована література

Основна:

1. Гета А. В. Курс лекцій з дисципліни «Теорія і методика адаптивної фізичної культури та спорту». Полтава: Поліграфічний центр НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. 230 с.
2. Гета А. В. Навчально-методичний посібник до самостійної роботи студентів з дисципліни «Теорія і методика адаптивної фізичної культури та спорту»: навч.-метод. посіб. Полтава: Поліграфічний центр НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2021. 247 с.
3. Гета А. В. Теорія та організація адаптивної фізичної культури (методичний посібник для самостійної роботи студентів): метод. посіб. Полтава, ШЕП, 2018. 153 с.
4. Грибан Г. П. Фізичне виховання: проблеми та перспективи. Житомир. Рута. 2020. 384 с.

5. Дубинська О. Я., Н. В. Петренко Сучасні фітнес технології у фізичному вихованні учнівської і студентської молоді: проектування, розробка, специфічні особливості. Суми. Вид-во Сум ДПУ імені А. С. Макаренка. 2016. 566 с.
 6. Кузнєцова О. Т. Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів. Київ, 2018. 613 с.
 7. Соколенко О.І. Адаптивна фізична культура. Старобільськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». 2015. С. 14-76
 8. Товт В. А. Адаптивне фізичне виховання в системі підготовки бакалаврів за спеціальністю середня освіта (фізична культура). Ужгород: «ТОВ «РіК-У». 2020. 154 с.
 9. Трояновська М. М. Адаптивна фізична культура. Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2018. 104 с.
 10. Хома Т. В. Педагогіка фізичного виховання і спорту: теоретико-практичний супровід до самостійної роботи студентів. Ужгород. Видавництво УжНУ «Говерла». 2020. 104 с.
 11. Христова Т.Є. Основи лікувальної фізичної культури. Мелітополь: ТОВ «Колор Принт». 2015. С. 44-47.
 12. Федик О. В. Психологія фізичної культури та здорового способу життя. Івано-Франківськ. 2019. 110 с
 13. Шаповалова І. В. Теорія і методика адаптивного фізичного виховання. Запоріжжя. ЗДМУ. 2020. 97 с.
 14. Шаповалова І. В. Теорія і методика адаптивного фізичного виховання : навчальний посібник для практичної роботи студентів III курсів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія». Запоріжжя : ЗДМУ. 2020. 97 с.
- Додаткова:**
1. Беляк Ю. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу. Львів. ЛДУФК. 2018. 208 с.
 2. Закопайло С. А. Формування мотивації та інтересу в учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Випуск 8, 2015. С. 140-146.
 3. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні (на матеріалі адаптивного спорту). Дисертація кандидата наук. Київ, 2021. 473 с.
 4. Луковська О. Сучасні напрями фізичної реабілітації спортсменів-інвалідів з порушеннями опорно-рухового апарату. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 2. С. 202-209.
 5. Христова Т. Є., Карабанов Є. О. Методичні рекомендації до семінарських занять з дисципліни «Адаптивна фізична культура» для студентів магістратури спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура). Мелітополь: ФОП Силаєва О. В., 2018. 46 с.
 6. Федик О.В. Адаптивна фізична культура у психологічній реабілітації інвалідів. Журнал «Scientific discussion» (Praha, Czech Republic) VOL 1, No 45, (2020). - P.30-33.