



Міністерство освіти та науки України Чорноморський національний університет імені
Петра Могили

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Адаптивний спорт та спорт ветеранів»

Ступінь освіти	другий магістерський	
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт	
Предметна спеціальність		
Кількість кредитів	4,5 (135год), 16 год – лекції, 32 год – практичні заняття	
Заняття	лекції, практичні заняття, самостійна робота	
Мова викладання:	українська	
Кафедра	кафедра олімпійського та професійного спорту	
Викладач	Бондаренко Ірина Григорівна кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри олімпійського та професійного спорту, майстер спорту СРСР з академічного веслування E-mail: bondarenko.i@chmnu.edu.ua	

1. Анотація до курсу

Навчальна дисципліна «Адаптивний спорт та спорт ветеранів» спрямована на формування у здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти системного розуміння сучасних теоретичних, організаційних та практичних засад адаптивного спорту і спорту ветеранів. У межах дисципліни розглядаються концептуальні засади адаптивного спорту, історія та сучасні тенденції його розвитку, міжнародна система паралімпійського, дефлімпійського та інших напрямів спорту для осіб з інвалідністю, принципи спортивної класифікації, адаптації фізичних вправ, тренувального процесу, спортивного обладнання та умов проведення занять і змагань. Окремий змістовий блок присвячено спорту ветеранів як сучасному напрямку фізкультурно-спортивної діяльності, його ролі у фізичному відновленні, соціальній інтеграції, самореалізації та формуванні активного способу життя ветеранів. Особлива увага приділяється організації спортивних програм і заходів для ветеранів, створенню безбар'єрного спортивного середовища, індивідуалізації фізичних навантажень, забезпеченню безпеки та професійній взаємодії фахівців.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни є формування у здобувачів системи теоретичних знань і практичних компетентностей щодо організації, планування та реалізації адаптивної фізкультурно-спортивної діяльності, адаптивного спорту та спорту ветеранів з урахуванням індивідуальних фізичних, функціональних, психологічних і соціальних потреб учасників.

Основними завданнями дисципліни є:

- формування розуміння сутності, мети та завдань адаптивного спорту;
- ознайомлення з історією становлення та сучасними тенденціями розвитку адаптивного спорту;
- вивчення міжнародних та національних моделей організації адаптивного спорту;
- ознайомлення з особливостями паралімпійського, дефлімпійського та інших напрямів адаптивного спорту;
- вивчення основ спортивної класифікації;
- формування знань про принципи адаптації фізичних вправ, спортивної техніки та обладнання;
- вивчення особливостей планування тренувального процесу спортсменів з інвалідністю;
- формування знань про сутність, завдання та напрями розвитку спорту ветеранів;

- визначення ролі фізичної активності та спорту у фізичному відновленні й соціальній інтеграції ветеранів;
- ознайомлення із сучасними моделями організації спорту ветеранів;
- формування навичок планування та проведення спортивних заходів для ветеранів;
- формування умінь створення безбар'єрного та інклюзивного спортивного середовища;
- розвиток здатності оцінювати ризики та забезпечувати безпеку учасників спортивної діяльності;
- розвиток професійної комунікації та міждисциплінарної взаємодії;
- формування здатності приймати професійно обґрунтовані рішення у сфері адаптивного спорту та спорту ветеранів.

3. Результати навчання

У результаті вивчення дисципліни здобувачі освіти повинні:

знати:

- сутність понять «адаптивний спорт», «адаптивна фізична культура», «інклюзивний спорт», «спорт ветеранів»;
- мету, завдання та принципи адаптивного спорту;
- історію становлення та сучасні тенденції розвитку адаптивного спорту;
- основні напрями міжнародного адаптивного спорту;
- особливості паралімпійського та дефлімпійського спорту;
- принципи спортивної класифікації;
- принципи планування тренувального процесу спортсменів з інвалідністю;
- особливості використання адаптивного спортивного обладнання;
- сутність та завдання спорту ветеранів;
- роль фізичної активності та спорту у фізичній і соціальній реінтеграції ветеранів;
- сучасні напрями розвитку спорту ветеранів в Україні та світі;
- принципи організації спортивних заходів для ветеранів;
- психолого-педагогічні особливості роботи з ветеранами;
- вимоги до безпеки під час занять адаптивним спортом і спортом ветеранів;
- принципи формування безбар'єрного спортивного середовища;
- роль тренера, спортивного менеджера, викладача та інших фахівців у забезпеченні доступності спортивної діяльності;

вміти:

- аналізувати сучасні тенденції та проблеми розвитку адаптивного спорту;
- визначати можливості адаптації фізичних вправ відповідно до функціональних можливостей учасників;
- добирати засоби та методи фізкультурно-спортивної діяльності з урахуванням індивідуальних потреб;
- розробляти структуру адаптованого спортивного заняття;
- планувати тренувальну діяльність спортсменів з інвалідністю;
- визначати цілі та завдання спортивних програм для ветеранів;
- розробляти програми фізичної активності та спортивної діяльності для ветеранів;
- планувати та організовувати спортивно-масові заходи для ветеранів;
- аналізувати практичні ситуації та приймати професійно обґрунтовані рішення;
- оцінювати доступність спортивних споруд, обладнання та інформаційного середовища;
- розробляти пропозиції щодо створення безбар'єрного спортивного середовища;
- визначати ризики під час організації занять та спортивних заходів;
- забезпечувати безпечні умови фізкультурно-спортивної діяльності;

4. Зміст дисципліни

Тема 1. Теоретичні основи адаптивного спорту

Поняття адаптивного спорту, адаптивної фізичної культури та інклюзивного спорту. Мета і завдання адаптивного спорту. Принципи адаптації рухової діяльності. Категорії учасників адаптивного спорту. Фізичні, психологічні та соціальні аспекти адаптивної спортивної діяльності.

Тема 2. Міжнародна система адаптивного та паралімпійського спорту

Історія розвитку міжнародного адаптивного спорту. Паралімпійський рух. Дефлімпійський спорт. Міжнародні спортивні організації. Система проведення міжнародних змагань. Сучасні тенденції розвитку адаптивного спорту.

Тема 3. Спортивна класифікація та адаптація спортивної діяльності

Поняття спортивної класифікації та її значення. Функціональна класифікація спортсменів. Принципи класифікації в адаптивному спорті. Адаптація правил, техніки, обладнання та умов проведення занять. Індивідуалізація спортивної діяльності.

Тема 4. Організація тренувального процесу в адаптивному спорті

Принципи планування тренувального процесу. Структура тренувального заняття. Дозування фізичного навантаження. Контроль функціонального стану. Мотивація спортсменів. Безпека. Особливості професійної діяльності тренера.

Тема 5. Спорт ветеранів: сутність, завдання та сучасні напрями

Поняття та сутність спорту ветеранів. Місце спорту ветеранів у сучасній системі фізичної культури і спорту. Мета та завдання. Основні види фізкультурно-спортивної активності ветеранів. Ветеранські спортивні клуби, команди та змагання.

Тема 6. Фізична активність і спорт у фізичній та соціальній реінтеграції ветеранів

Роль фізичної активності у відновленні фізичної працездатності. Спорт як засіб соціальної інтеграції, комунікації та самореалізації. Мотивація ветеранів до фізичної активності. Командна взаємодія. Індивідуалізація спортивних програм.

Тема 7. Організація спортивних програм і заходів для ветеранів

Планування спортивної програми. Визначення цільової аудиторії. Вибір видів спорту. Організація тренувального процесу. Підготовка та проведення спортивно-масових заходів. Логістика, безпека, інформаційне забезпечення. Залучення партнерів і ресурсів. Оцінювання результативності.

Тема 8. Безбар'єрне спортивне середовище та перспективи розвитку адаптивного і ветеранського спорту

Поняття доступності та безбар'єрності. Адаптація спортивних споруд та обладнання. Організаційні, фізичні та інформаційні бар'єри. Інклюзивне спортивне середовище. Інноваційні технології. Підготовка фахівців. Перспективи розвитку адаптивного спорту і спорту ветеранів в Україні.

5. Методи навчання

- словесні методи (лекція, пояснення, бесіда, навчальна дискусія);
- наочні методи (презентації, відеоматеріали, демонстрація спортивного та адаптивного обладнання);
- практичні методи (аналіз ситуацій, дискусії, виконання індивідуальних завдань);
- ситуаційне моделювання професійної діяльності;
- робота з нормативними та інформаційними матеріалами;
- аналіз сучасних практик адаптивного спорту та спорту ветеранів;
- самостійна робота студентів.

6. Форми контролю

Поточний контроль: усне опитування; тестування; виконання завдань на практичних заняттях; виконання індивідуальних завдань; оцінювання самостійної роботи;

Підсумковий контроль: залік.

7. Критерії оцінювання

Виконання завдань на практичних заняттях: 48 балів

Контрольна робота: 10 балів

Самостійна робота: 12 балів

Залік: 30 балів

8. Забезпечення освітнього процесу

Навчально-методичні матеріали: конспекти лекцій; навчальні посібники; методичні рекомендації; презентаційні матеріали; нормативно-правові документи; міжнародні документи у сфері адаптивного спорту; матеріали міжнародних та національних спортивних організацій; наукові публікації з питань адаптивного спорту, інклюзивної фізичної активності та спорту ветеранів.

Мережа Інтернет: доступ до офіційних сайтів міжнародних та національних спортивних організацій, Паралімпійського та Дефлімпійського руху, організацій, що реалізують програми адаптивного спорту та спорту ветеранів, електронних наукових баз даних та освітніх ресурсів.

Обладнання:

- комп'ютерна техніка; презентаційні матеріали; спортивний інвентар; адаптивне спортивне обладнання; засоби відеодемонстрації; доступ до мережі Інтернет.