

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

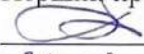
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

ЗАТВЕРДЖЕНО:

Перший проректор

 Ю.В. Котляр

«31» 08 2022 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ

Спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Розробник

Біла А. А.

Завідувач кафедри розробника

Гетманцев С.В

Завідувач кафедри спеціальності

Гетманцев С.В

Гарант освітньої програми

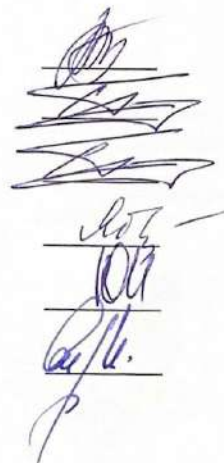
Яблонська Т.М.

Декан факультету

Тупесв Ю.В.

Начальник НМВ

Шкірчак С. І.



## Розділ 1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Адаптивна фізична культура та реабілітація	
Галузь знань	22 Охорона здоров'я	
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія	
Рівень вищої освіти	Бакалавр	
Статус дисципліни	Вибіркова	
Курс навчання	4	
Навчальний рік	2022-2023	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	8	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	5 кредитів / 150 годин	
Структура курсу: – лекції – семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	16	
	48	
	86	
Відсоток аудиторного навантаження	43 %	
Мова викладання	українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	
Форма підсумкового контролю	іспит	

## Розділ 2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Адаптивна фізична культура та реабілітація» є формування у здобувачів вищої освіти необхідних знань, умінь і навичок для фізкультурно-оздоровчої роботи з особами, що мають стійкі порушення здоров'я.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є такі:

- 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.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на **формування компетентностей**:

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК01	Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності
	ЗК09	Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій
	ЗК10	Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел
	ЗК11	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями
	ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
	ЗК13	Здатність діяти соціально відповідально та свідомо
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	СК02	Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.
	СК03	Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.
	СК04	Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії
	СК12	Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів

**Передумови вивчення дисципліни:** засвоєння дисциплін «Загальна анатомія, «Фізіологія людини», «Біохімія», «Основи фізичної реабілітації», «Фізична реабілітація при захворюваннях ендокринної системи», «Функціональна діагностика у фізичній реабілітації», «Фізична реабілітація при захворюваннях нервової системи» та «Основи психофізіології».

В результаті вивчення дисципліни студент

*має знати:*

- мету і завдання адаптивного фізичного виховання дітей шкільного віку;
- вікові, анатоמו-фізіологічні, психологічні особливості дітей-інвалідів шкільного віку;
- рухливі ігри з дітьми з різними вадами здоров'я;
- вербальні і невербальні методи навчання;

- способи активізації пізнавальної діяльності і комунікативної діяльності вихователя;
- структуру системи фізичного виховання дітей із особливими потребами;
- зміст та особливості завдань, засоби і методи адаптивного фізичного виховання з вадами слуху;
- зміст та особливості завдань, засоби і методи адаптивного фізичного виховання при порушеннях у дітей опорно-рухового апарату, ДЦП;
- зміст та особливості завдань, засоби і методи адаптивного фізичного виховання у відхиленні розумового розвитку.

*має вміння:*

- складати конспекти різних форм роботи з фізичного виховання, визначити основні завдання до них на основі індивідуально-диференційного підходу, врахування стану здоров'я (хвороби), рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості;
- регулювати фізичне навантаження, змінюючи кількість вправ, їх дозування, чергування вправ для різних груп м'язів, різної ступені інтенсивності, змінюючи умови їх виконання та варіюючи фізкультурне обладнання;
- аналізувати сучасну фахову літературу та передовий педагогічний досвід;
- реалізувати функції, принципи міждисциплінарних зв'язків;
- використовувати засоби і методи вирішення корекційних завдань.

Відповідно до освітньої програми очікувані **результати навчання** включають вміння:

ПРН 6	Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.
ПРН 12	Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.
ПРН 18	Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

### 3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

№ з/п	Назви розділів та тем	За формами занять, годин		
		Аудиторні		Самостійна робота
		Лекції	Практичні (семінарські)	
1.	<b>Тема 1.</b> Актуальність адаптивної фізичної культури	2	4	10
2.	<b>Тема 2.</b> Теорія адаптивної фізичної культури	2	4	10
3.	<b>Тема 3.</b> Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)	2	8	12
4.	<b>Тема 4.</b> Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)	2	8	12
5.	<b>Тема 5.</b> Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)	2	8	12
6.	<b>Тема 6.</b> Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем)	2	6	10
7.	<b>Тема 7.</b> Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю)	2	6	10
8.	<b>Тема 8.</b> Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі.	2	4	10
<b>Всього за курсом</b>		<b>16</b>	<b>48</b>	<b>86</b>

## Розділ 4. Зміст навчальної дисципліни

### 4.1 План лекцій

№ лекції	Кількість годин	Ключові питання, які розглядаються
Лекція № 1	2	<b>Тема 1. Актуальність адаптивної фізичної культури</b> 1. Мета, завдання, предмет адаптивної фізичної культури 2. Принципи, засоби й методи адаптивної фізичної культури 3. Функції адаптивної фізичної культури 4. Основні компоненти адаптивної фізичної культури
Лекція № 2	2	<b>Тема 2. Теорія адаптивної фізичної культури</b> 1. Матеріально-технічне забезпечення занять 2. Історія розвитку адаптивної фізичної культури 3. Лікарсько-педагогічний контроль в адаптивній фізичній культурі 4. Профілактика травматизму в адаптивній фізичній культурі
Лекція № 3	2	<b>Тема 3. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)</b> 1. Загальна характеристика порушення 2. Тестування при глухоті 3. Методика АФК глухих.
Лекція № 4	2	<b>Тема 4. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)</b> 1. Загальна характеристика порушення 2. Методи навчання спортивній техніці.
Лекція № 5	2	<b>Тема 5. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)</b> 1. Загальна характеристика порушення 2. Засоби АФВ 3. Завдання і засоби АФК за травм спинного мозку 4. Методичні вказівки.
Лекція № 6	2	<b>Тема 6. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем)</b> 1. Загальна характеристика порушення 2. Особливості методики при ДЦП. 3. АФК за ДЦП середньому і легкому ступенях
Лекція № 7	2	<b>Тема 7. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю)</b> 1. Загальна характеристика порушення 2. Ступені зниження інтелекту 3. Специфічні особливості процесу фізичного виховання дітей із відхиленнями розумового розвитку
Лекція № 8	2	<b>Тема 8. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі</b> 1. Тестування мотивацій учня 2. Обсяг рухів у нормі 3. Мануально-м'язове тестування
	<b>16</b>	

#### 4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових) занять

№ семінару	Кіль-кість годин	Ключові питання, які розглядаються
Семінар № 1	2	<b>Тема 1. Актуальність адаптивної фізичної культури</b> 1. Мета, завдання, предмет адаптивної фізичної культури 2. Принципи, засоби й методи адаптивної фізичної культури
Семінар № 2	2	<b>Тема 1. Актуальність адаптивної фізичної культури</b> 3. Функції адаптивної фізичної культури 4. Основні компоненти адаптивної фізичної культури
Семінар № 3	2	<b>Тема 2. Теорія адаптивної фізичної культури</b> 1. Матеріально-технічне забезпечення занять 2. Історія розвитку адаптивної фізичної культури
Семінар № 4	2	<b>Тема 2. Теорія адаптивної фізичної культури</b> 3. Лікарсько-педагогічний контроль в адаптивній фізичній культурі 4. Профілактика травматизму в адаптивній фізичній культурі
Семінар № 5	2	<b>Тема 3. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)</b> 1. Загальні відомості про глухоту та приглухуватість. 2. Характеристика дітей з порушенням слуху.
Семінар № 6	2	<b>Тема 3. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)</b> 1. Компенсаторні механізми в розвитку дітей з порушенням слуху. 2. Мета і завдання адаптивної фізичної культури при вадах слуху.
Семінар № 7	2	<b>Тема 3. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)</b> 1. Особливості методики адаптивного фізичного виховання при вадах слуху. 2. Дефлімпійський рух.
Семінар № 8	2	<b>Тема 3. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху)</b> 1. Засоби адаптивного фізичного виховання при вадах слуху: дихальна гімнастика, вестибулярне тренування, вправи швидко-силового характеру, вправи для корекції порушень постави, засоби адаптивних видів спорту.
Семінар № 9	2	<b>Тема 4. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)</b> 1. Загальні відомості про сліпоту та слабкозорість. 2. Характеристика дітей з вадами зору. 3. Протипоказання до фізичних навантажень при вадах зору. 4. Мета і завдання адаптивної фізичної культури при вадах зору.

Семінар № 10	2	<p><b>Тема 4. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особливості методики адаптивного фізичного виховання при вадах зору.</li> <li>2. Тіфлотехніка фізичної культури.</li> <li>3. Методи навчання руховим діям при вадах зору.</li> <li>4. Профілактика травматизму під час занять фізичною культурою осіб з вадами зору.</li> </ol>
Семінар № 11	2	<p><b>Тема 4. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Засоби адаптивного фізичного виховання при вадах зору: вправи для розвитку рівноваги, вправи для розвитку спритності, вправи для розвитку просторового сприйняття, вправи для розвитку слухового сприйняття, гімнастика для очей, вправи для формування правильної постави, рухливі ігри, засоби адаптивних видів спорту.</li> </ol>
Семінар № 12	2	<p><b>Тема 4. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Можливості для занять спортом осіб з ураженням зору</li> </ol>
Семінар № 13	2	<p><b>Тема 5. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальні відомості про патологію опорно-рухового апарату.</li> <li>2. Характеристика стану людини при ураженнях спинного мозку.</li> <li>3. Мета, завдання і засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.</li> <li>4. Особливості методики занять адаптивною фізичною культурою при ураженнях спинного мозку.</li> </ol>
Семінар № 14	2	<p><b>Тема 5. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку: ідеомоторні вправи, гімнастичні вправи, вправи на тренажерах, плавання, адаптивні спортивні і рухливі ігри, елементи важкої атлетики і атлетичної гімнастики, вправи в умовах усунення сили тяжіння.</li> <li>2. Специфічні фактори ризику при заняттях фізичними вправами осіб з ураженням спинного мозку. Інклюзивне навчання дітей з ураженням спинного мозку.</li> </ol>
Семінар № 15	2	<p><b>Тема 5. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальні відомості про стани після ампутацій.</li> <li>2. Мета і завдання адаптивного фізичного виховання при станах після ампутацій.</li> </ol>
Семінар № 16	2	<p><b>Тема 5. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особливості адаптивного фізичного виховання при</li> </ol>



		інших розладах опорно-рухового апарату. 2. Паралімпійський рух.
Семінар № 17	2	<b>Тема 6. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем)</b> 1. Загальні відомості про дитячий церебральний параліч. 2. Класифікації дитячого церебрального паралічу.
Семінар № 18	2	<b>Тема 6. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем)</b> 1. Завдання і особливості методики адаптивного фізичного виховання при дитячому церебральному паралічу.
Семінар № 19	2	<b>Тема 6. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем)</b> 1. Можливості для занять спортом осіб з дитячим церебральним паралічем.
Семінар № 20	2	<b>Тема 7. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю)</b> 1. Адаптивна фізична культура при зниженні інтелекту, мовних порушеннях та специфічних розладах навчання.
Семінар № 21	2	<b>Тема 7. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю)</b> 1. Адаптивна фізична культура при розумовій відсталості, аутизмі та затримці психічного розвитку.
Семінар № 22	2	<b>Тема 7. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією (Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю)</b> 1. Адаптивна фізична культура дітей із затримкою мовного розвитку та розладами навчання.
Семінар № 23	2	<b>Тема 8. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі</b> 1. Медико-педагогічний контроль в адаптивному фізичному вихованні 2. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні
Семінар № 24	2	<b>Тема 8. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі</b> 1. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.

#### 4.3. Завдання для самостійної роботи.

Написати індивідуальну роботу на одну із тем зі списку згідно зазначених вимог.

*Перелік тем для підготовки індивідуальної роботи*

1. Принципи та види класифікації осіб в адаптивному спорті
2. Система організації і проведення медичної класифікації
3. Система організації і проведення спортивно функціональної класифікації
4. Основні групи осіб, які займаються адаптивним спортом (класифікація спортсменів)

5. Відмінні риси методики навчання руховим діям
6. Відмінні риси методики розвитку фізичних якостей і здібностей
7. Міжпредметна команда фахівців для роботи з дітьми, які мають відхилення в розвитку
8. Спрямованість змісту занять (уроків) адаптивного фізичного виховання
9. Характеристика змісту занять (уроків) адаптивного фізичного виховання
10. Заняття з дітьми першого року життя
11. Заняття по адаптивному фізичному вихованню дошкільнят та школярів
12. Заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих навчальних закладах
13. Розвиток силових здібностей в адаптивному фізичному вихованні
14. Розвиток швидкісних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
15. Розвиток витривалості в адаптивному фізичному вихованні
16. Розвиток гнучкості в адаптивному фізичному вихованні
17. Принципи розвитку фізичних здібностей адаптивного фізичного виховання
18. Принцип зв'язаного розвитку координаційних і кондиційних фізичних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
19. Принцип вікової адекватності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
20. Принцип оптимальності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
21. Принцип варіативності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
22. Принцип діагностики рівня розвитку фізичних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
23. Основні закономірності розвитку фізичних здібностей адаптивного фізичного виховання
24. Методи та форми організації адаптивного фізичного виховання
25. Методи формування знань в адаптивному фізичному вихованні
26. Методи навчання руховим діям в адаптивному фізичному вихованні
27. Методи розвитку фізичних якостей і здібностей в адаптивному фізичному вихованні
28. Методи виховання особистості в адаптивному фізичному вихованні
29. Форми організації адаптивної фізичної культури
30. Принципи, функції, засоби, методи та форми адаптивного фізичного виховання

#### **Вимоги до індивідуальної роботи:**

Обсяг роботи має складати – 10-15 сторінок. До загального обсягу роботи не входять додатки, глосарій, список використаних джерел, таблиці та рисунки, які повністю займають площу сторінки. Але всі сторінки зазначених елементів підлягають суцільній нумерації. Робота має бути акуратно написана від руки або надрукована з дотриманням стилістичних і граматичних норм. У тексті обов'язково повинні бути посилання на літературу та інші джерела, що використовувалися при підготовці роботи.

Текст індивідуальної роботи викладається державною мовою на стандартних аркушах формату А-4(210 x 297).

Робота друкується шрифтом Times New Roman, 14 кеглем; вирівнювання - “За шириною”; міжрядковий інтервал “Полуторний” (1,5 Lines); абзацний відступ – п’ять знаків (1,25 см); верхнє і нижнє поле – 2 см., лівє – 3 см, правє – 1 см. Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (1,25 см).

Скорочення слів та словосполучень мають відповідати чинним стандартам з бібліотечної та видавничої справи (наприклад: Міністерство внутрішніх справ України (далі – МВС)).

Розділи та підрозділи мають містити заголовки, які належить точно відтворювати у змісті. Заголовки розділів, як правило, розміщують посередині рядка. Назви розділів друкують великими літерами без розділових знаків у кінці, без підкреслень. Заголовки розділів слід починати з належного відступу.

Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (стандартний відступ, визначений текстовими редакторами на ПК).

Якщо заголовок складається з двох і більше речень, їх розділяють крапкою. Переніс слів у заголовках розділів слід уникати. Відстань між заголовком і подальшим чи попереднім текстом, при друкованому виготовленні письмової роботи, повинна становити не менше двох рядків.

Нумерація сторінок має бути наскрізною. Порядковий номер сторінки позначають арабською цифрою і проставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки чи рисок. Титульний аркуш(додається) включається до загальної нумерації сторінок письмової роботи, але номер сторінки на титульному аркуші, як правило, не проставляють. Розділи слід нумерувати також арабськими цифрами.

При використанні літературних джерел в тексті письмової роботи можуть бути два варіанти посилань на них. Перший – це посторінкові посилання (виноски): коли на сторінці цитується джерело, то внизу цієї сторінки під основним текстом наводиться бібліографічний опис літературного джерела і вказується сторінка. Другий – коли в разі посилання на літературне джерело у квадратних дужках вказується його порядковий номер у списку літератури та конкретна сторінка, наводиться цитата, точні цифри, дані, наприклад [3, с. 17] або [3].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після першого посилання на нього в тексті. Якщо графік, схема, таблиця не поміщається на сторінці, де є посилання, їх подають на наступній сторінці. На кожний ілюстративний матеріал мають бути посилання в тексті.

#### **4.4. Забезпечення освітнього процесу**

*Навчально-методичний матеріал:* конспекти лекцій та практичних занять.

*Мережа Інтернет:* доступ до сайтів університетів та інших сайтів, що необхідні для навчального процесу

*Обладнання:* ноутбук, мультимедійний проектор

### **Розділ 5. Підсумковий контроль**

#### *5.1. Питання для підготовки до іспиту*

1. Актуальність адаптивної фізичної культури
2. Мета, завдання, предмет адаптивної фізичної культури
3. Принципи, засоби й методи адаптивної фізичної культури
4. Функції адаптивної фізичної культури
5. Основні компоненти адаптивної фізичної культури
6. Теорія адаптивної фізичної культури
7. Матеріально-технічне забезпечення занять адаптивної фізичної культури
8. Історія розвитку адаптивної фізичної культури
9. Лікарсько-педагогічний контроль в адаптивній фізичній культурі
10. Профілактика травматизму в адаптивній фізичній культурі
11. Методика адаптивної фізичної культури осіб із різною нозологією
12. Адаптивна фізична культура осіб із вадами слуху
13. Адаптивна фізична культура осіб із вадами зору
14. Адаптивна фізична культура осіб із порушенням опорно-рухового апарату
15. Адаптивна фізична культура осіб із дитячим церебральним паралічем
16. Адаптивна фізична культура осіб із розумовою відсталістю
17. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі
18. Загальні відомості про глухоту та приглухуватість.
19. Характеристика дітей з порушенням слуху.
20. Компенсаторні механізми в розвитку дітей з порушенням слуху.
21. Мета і завдання адаптивної фізичної культури при вадах слуху.
22. Особливості методики адаптивного фізичного виховання при вадах слуху.
23. Дефлімпійський рух.

24. Засоби адаптивного фізичного виховання при вадах слуху: дихальна гімнастика, вестибулярне тренування, вправи швидко-силового характеру, вправи для корекції порушень постави, засоби адаптивних видів спорту.
25. Загальні відомості про сліпоту та слабкозорість.
26. Характеристика дітей з вадами зору.
27. Протипоказання до фізичних навантажень при вадах зору.
28. Мета і завдання адаптивної фізичної культури при вадах зору.
29. Особливості методики адаптивного фізичного виховання при вадах зору.
30. Тіфлотехніка фізичної культури.
31. Методи навчання руховим діям при вадах зору.
32. Профілактика травматизму під час занять фізичною культурою осіб з вадами зору.
33. Засоби адаптивного фізичного виховання при вадах зору: вправи для розвитку рівноваги, вправи для розвитку спритності, вправи для розвитку просторового сприйняття.
34. Засоби адаптивного фізичного виховання при вадах зору: вправи для розвитку слухового сприйняття, гімнастика для очей, вправи для формування правильної постави, рухливі ігри, засоби адаптивних видів спорту.
35. Можливості для занять спортом осіб з ураженням зору
36. Загальні відомості про патологію опорно-рухового апарату.
37. Характеристика стану людини при ураженнях спинного мозку.
38. Мета, завдання і засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.
39. Особливості методики занять адаптивною фізичною культурою при ураженнях спинного мозку.
40. Засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку: ідеомоторні вправи, гімнастичні вправи, вправи на тренажерах, плавання.
41. Засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку: адаптивні спортивні і рухливі ігри, елементи важкої атлетики і атлетичної гімнастики, вправи в умовах усунення сили тяжіння.
42. Інклюзивне навчання дітей з ураженням спинного мозку.
43. Загальні відомості про станах після ампутацій.
44. Мета і завдання адаптивного фізичного виховання при станах після ампутацій.
45. Особливості адаптивного фізичного виховання при інших розладах опорно-рухового апарату.
46. Паралімпійський рух.
47. Загальні відомості про дитячий церебральний параліч.
48. Класифікації дитячого церебрального паралічу.
49. Завдання і особливості методики адаптивного фізичного виховання при дитячому церебральному паралічу.
50. Можливості для занять спортом осіб з дитячим церебральним паралічем.
51. Адаптивна фізична культура при зниженні інтелекту, мовних порушеннях та специфічних розладах навчання.
52. Адаптивна фізична культура при розумовій відсталості, аутизмі та затримці психічного розвитку.
53. Адаптивна фізична культура дітей із затримкою мовного розвитку та розладами навчання.
54. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивній фізичній культурі
55. Медико-педагогічний контроль в адаптивному фізичному вихованні
56. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні
57. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.
58. Принципи та види класифікації осіб в адаптивному спорті
59. Система організації і проведення медичної класифікації
60. Система організації і проведення спортивно функціональної класифікації
61. Основні групи осіб, які займаються адаптивним спортом (класифікація спортсменів)

62. Відмінні риси методики навчання руховим діям
63. Відмінні риси методики розвитку фізичних якостей і здібностей
64. Міжпредметна команда фахівців для роботи з дітьми, які мають відхилення в розвитку
65. Спрямованість змісту занять (уроків) адаптивного фізичного виховання
66. Характеристика змісту занять (уроків) адаптивного фізичного виховання
67. Заняття з дітьми першого року життя
68. Заняття по адаптивному фізичному вихованню дошкільнят та школярів
69. Заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих навчальних закладах
70. Розвиток силових здібностей в адаптивному фізичному вихованні
71. Розвиток швидкісних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
72. Розвиток витривалості в адаптивному фізичному вихованні
73. Розвиток гнучкості в адаптивному фізичному вихованні
74. Принципи розвитку фізичних здібностей адаптивного фізичного виховання
75. Принцип зв'язаного розвитку координаційних і кондиційних фізичних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
76. Принцип вікової адекватності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
77. Принцип оптимальності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
78. Принцип варіативності педагогічних впливів в адаптивному фізичному вихованні
79. Принцип діагностики рівня розвитку фізичних здібностей в адаптивному фізичному вихованні
80. Основні закономірності розвитку фізичних здібностей адаптивного фізичного виховання
81. Методи та форми організації адаптивного фізичного виховання
82. Методи формування знань в адаптивному фізичному вихованні
83. Методи навчання руховим діям в адаптивному фізичному вихованні
84. Методи розвитку фізичних якостей і здібностей в адаптивному фізичному вихованні
85. Методи виховання особистості в адаптивному фізичному вихованні
86. Форми організації адаптивної фізичної культури
87. Засоби АФВ при порушеннях ОРА
88. Завдання і засоби АФК за травм спинного мозку
89. Методичні вказівки при порушеннях ОРА
90. Специфічні особливості процесу фізичного виховання дітей із відхиленнями розумового розвитку

### **5.3. Зразок «нульового» варіанту іспитового білету**

#### **ІСПИТОВИЙ БІЛЕТ № 0**

Чорноморський національний університет ім. П.Могили

Рівень вищої освіти – бакалавр

Галузь знань: 22 Охорона здоров'я

Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія

Навчальна дисципліна

**Адаптивна фізична культура та реабілітація**

**Варіант №0**

1. Методи розвитку фізичних якостей і здібностей в адаптивному фізичному вихованні
2. Методи виховання особистості в адаптивному фізичному вихованні
3. Форми організації адаптивної фізичної культури

Схвалено на засідання кафедри медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

Протокол № \_\_\_ від « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

За повну розгорнуту відповідь на іспиті за 1 питання студент отримує 10 балів, за 2 та 3 питання по 15 балів:

8-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

5-7 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3-4 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

11-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

7-10 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

4-6 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-3 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за іспит становить 40 балів.

## Розділ 6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

### 6.1. Система оцінювання роботи студентів

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань студентів на заліку і іспиті згідно розкладу сесії.

У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань студентів при вивченні дисципліни «Адаптивна фізична культура та реабілітація» застосовується наступна система оцінювання роботи студентів.

#### VIII семестр

№	Вид контролю	Максимальна кількість балів	Термін виконання
1.	Опитування на групових заняттях 8 занять по 5 бали	8 x 5 = 40	Протягом семестру
2.	Індивідуальна робота	10	Протягом семестру
3.	Контрольна робота	10	Кінець семестру
4.	Екзамен	40	Заліково-екзаменаційна сесія
	Всього	100	

### 6.2. Критерії оцінювання

**6.2.1. Опитування на групових заняттях** – форма контролю, яка дозволяє оцінити вміння студентів самостійно опрацювати матеріал та викладати його, відповідати на запитання викладача та колег. Максимальна оцінка роботу на семінарському занятті – 5 балів. Критеріями для оцінювання виступають:

**Оцінка 5 балів ставиться у випадку:**

- студент вільно володіє, визначеними програмою, знаннями й уміннями;
- правильно і в достатній кількості добирає необхідні для відповіді факти;

- висловлює власне ставлення до навчального матеріалу;
- виконує тестові завдання без помилок;
- відповідь чітка і завершена;
- мова добра.

**Оцінка 4 бали ставиться у відповідності з попередніми вимогами, але:**

- студент має незначні ускладнення при використанні визначених програмою знань і умінь;
- при доборі фактів припускається незначних помилок;
- при виконанні тестових завдань припускається декілька помилок;
- власне ставлення студентом висловлюється, але в аргументації зустрічаються окремі неточності;
- мова добра.

**Оцінка 2-3 бали ставиться в такому випадку:**

- студент користується лише окремими знаннями й уміннями;
- порушує логіку викладу;
- відповідь недостатньо самостійна;
- при виконанні тестових завдань припускається помилок до 50%.
- аргументація слабка;
- є суттєві помилки в знанні фактичного матеріалу та висновках;
- мова спрощена.

**Оцінка 0-1 бали ставиться в разі незнання більшої частини матеріалу, відсутності будь-якої логіки викладу, а саме:**

- студент не володіє необхідними для здійснення завдання уміннями;
- головного фактичного матеріалу не знає.
- при виконанні тестових завдань припускається помилок більше 50%.

### 6.2.2. Написання індивідуальної роботи

Перелік тем та вимоги до написання рефератів зазначено у п. 4.3. Написання 1 індивідуальної роботи оцінюється у 10 балів.

#### Написання та захист роботи

10 балів (відмінно)	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить нову, нетрадиційну інформацію з даного питання і пропозиції щодо її практичного застосування.
8-9 балів (добре)	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається переважно на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить фрагменти нової, нетрадиційної інформації.
6-7 балів (добре)	Запропонована студентом робота викладена в необхідному обсязі, оформлена грамотно, включає базовий теоретичний та практичний вихід, але містить певні недоліки у висвітленні питання, яке досліджувалось.
4-5 бали (задовільно)	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але не має практичного виходу. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми.
1-3 бали (задовільно)	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але тема розкрита неповністю. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми. Обсяг запропонованої роботи не відповідає вимогам.
0 (незадовільно)	Робота не виконана.

### 6.2.3. Контрольна робота (тестова форма)

Тест складається з 20 питань. Кожне питання оцінюється в 0,5 балів. Студент на контрольній роботі отримує 10 балів.

Приклад тесту

**1. Адаптивну фізичну культуру трактують як частину:**

А. лікувальної фізичної культури  
Б. занять фітнесом

В. туристичних походів  
Г. занять на свіжому повітрі

**2. Адаптивна фізична культура (АФК) не інтегрує у собі:**

А. фізичну культуру  
Б. медицину

В. економічні відносини  
Г. корекційну педагогіку

**3. Що не входить в науковий аналіз систем адаптивної фізичної рекреації:**

А. механічні системи  
Б. енергетичні системи

В. фізичні системи

Г. соціальні системи

**4. Укажіть, що являє собою поняття « адаптивна фізична культура» у широкому розумінні :**

А. соціалізація людей з обмеженими фізичними спроможностями  
Б. процес розвитку фізичних здібностей

В. вид виховання, спрямований на навчання рухових дій і розвиток фізичних якостей

Г. процес розвитку вроджених здібностей і набуття гігієнічних навичок

**5. Аутизм це:**

А. примітивність відчуттів

Б. несамостійність

В. стан відходу від реальності

Г. ейфорія

**6. Назвіть суб'єктивні показники, що інформують про стан організму:**

А. настрої, бажання займатись фізичними вправами, апетит, сон

Б. життєва ємність легенів, апетит, сон

В. зріст, маса тіла, апетит, сон

Г. частота серцевих скорочень, тиск, життєва ємність легенів

**7. Дайте визначення терміну «здоров'я» - це стан:**

А. за якого відсутні захворювання

Б. повного фізичного, психічного та соціального благополуччя

В. за якого відсутні фізичні вади

Г. за якого комфортно займатися фізичними вправами

**8. Укажіть вправи, які не рекомендується включати в комплекс ранкової гігієнічної гімнастики з адаптивного фізичного виховання:**

А. дихальні вправи

Б. вправи для розвитку гнучкості

В. вправи з максимальним напруженням

Г. вправи для формування постави

**9. Укажіть, з яких частин складається урок з адаптивної фізичної культури:**

А. підготовчої, основної, заключної

Б. основної, вступної, заключної

В. вступної, підготовчої, основної, заключної

Г. вступної, основної, заключної

**10. Назвіть основний засіб адаптивного фізичного виховання:**

А. фізичні вправи

Б. сонячні й повітряні ванни

В. раціональне харчування



Г. здоровий сон

**11. Вкажіть характеристику фізичної перевтоми:**

А. зниження продуктивності інтелектуальної праці  
Б. підвищення збудженості

В. зниження швидкості, інтенсивності, узгодженості та ритмічності рухів  
Г. відсутність напруження і скорочення м'язів

**12. Назвіть захисну властивість організму:**

А. інфекція

Б. імунітет

В. епідемія

Г. карантин

**13. Дайте визначення поняття «фізичний розвиток»:**

А. закономірний процес змін морфофункціональних властивостей організму впродовж індивідуального життя

Б. процес розвитку фізичних якостей людини за допомогою фізичних вправ

В. рівень фізичної працездатності

Г. рівень розвитку фізичних якостей

**14. Позначте правильне формулювання поняття «самоконтроль» - це процес:**

А. постійного спостереження за своїм фізичним станом

Б. контролю за дотриманням режиму харчування

В. постійного спостереження за синоптичними умовами

Г. контролю за дотриманням режиму сну

**15. Укажіть, що є головною причиною порушення постави:**

А. малорухомий спосіб життя

Б. недостатній розвиток м'язів спини

В. носіння портфеля в одній руці

Г. тривале сидіння біля комп'ютера

**16. Укажіть назву комплексу заходів, спрямованих на гарантування безпеки у процесі виконання вправ:**

А. страхування

Б. допомога

В. медичне забезпечення

Г. контроль за виконанням вправ

**17. Укажіть мету проведення фізкультурних пауз на загальноосвітніх уроках:**

А. для зняття розумового напруження

Б. для надання можливості учням поспілкуватися

В. з метою скорочення часу на перевірку домашнього завдання

Г. з метою залучення учнів до занять фізичною культурою

**18. Ампутація це:**

А. відтворення окремих рухів

Б. захворювання

В. ступінь напруження м'язів

Г. хірургічна операція

**19. Відхилення розумового розвитку це:**

А. отримання позитивних вражень

Б. інтелектуальна недостатність

В. логічна послідовність

Г. м'язовий баланс

**20. Фізична працездатність осіб з вадами зору визначається:**

А. станом зорового аналізатору

Б. рівнем фізичного здоров'я

В. фізичним станом

Г. рівнем розвитку рухових якостей

## Розділ 7. Рекомендовані джерела інформації

### 7.1. Основні джерела

1. Адаптивне фізичне виховання : навч. посібник / уклад.: Осадченко Т. М., Семенов А.А., Ткаченко В.Т. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2014. – 210 с.
2. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів : підручник. К.: Олімпійська література, 2006. 264 с.
3. Деделюк Н.А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посібник для студентів / Н. А. Деделюк. – Луцьк : ВежаДрук, 2014. – 68 с.
4. Загальні основи адаптивного фізичного виховання : навчальний посібник / М.В. Москаленко та ін. Дніпропетровськ: Інновація, 2014. 132 с.
5. Індивідуальні методики адаптивної фізичної культури дітей з розумовою відсталістю із затримкою психічного і мовного розвитку : навчальний посібник / відповід. за вип. Н.Г. Байкіна. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2014. 342 с.
6. Індивідуальні методики адаптивної фізичної культури для осіб із сенсорними порушеннями: навчальний посібник / відповід. за вип. Н.Г. Байкіна. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2014. 700 с.
7. Огорелкова Л. Загальні та індивідуальні особливості керування процесом фізичного виховання дітей-інвалідів по зору. Молода спортивна наука України. 2004. Вип. 7. Т. 1. С. 370-372.
8. Соколенко О. І. Адаптивна фізична культура : навч.-метод. посіб. Старобільськ, 2015. 153 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / гол. ред. Т.Ю. Круцевич. Київ: Олімп. л-ра, 2017. Т. 2. 448 с.
- 10.Трояновська М. М. Адаптивна фізична культура: навч.-метод. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання / Марія Миколаївна Трояновська; Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2018. – 104 с.

### 7.2. Додаткові джерела

1. Байкіна Н.Г., Крет Я.В. Засвоєння навчальної програми учнями з порушенням спектру аутизму : монографія. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2010. 340 с.
2. Ковтун А. Адаптивна фізична культура як навчальна дисципліна в системі вищої професійної освіти. Спортивний вісник Придніпров'я. 2010. №2. С. 182-185.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. ВНЗ. К.: Олімпійська література, 2008. 393 с.
4. Куртова Г. Ю. Архипов О. А, Короп М. Ю., Гамов В. Г., Вертель О. В. Визначення відношення майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в інклюзивному класі. Вісн. Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Вип. 147. Том І. Серія: Пед. науки. – Чернігів : ЧНПУ, 2017. – С. 312 – 315.
5. Черненко М.І., Аршава І.Ф. Медико-соціальна і психологічна реабілітація хворих та інвалідів : підручник. Дніпропетровськ: ДНУ, 2007. 608 с.
6. Шатов А. В. Стан інвалідності з дитинства в Україні у 2000 р. // Вісн. соц. гігієни та організації охорони здоров'я України. — 2001. — № 3. — С. 5–11

### 7.3. INTERNET – ресурси (Основні Web-сторінки в INTERNET )

1. <http://www.afkonline.ru/> - журнал «Адаптивна фізична культура»
2. <http://www.specialolympics.org/> - Міжнародна Спеціальна Олімпіада
3. <http://www.ciss.org/> - Міжнародний спортивний комітет глухих
4. <http://www.ibsa.es/> - Міжнародна федерація спорту сліпих
5. <http://www.paralympic.org.ua> - Національний комітет спорту інвалідів України
6. <http://www.specialolympics.org.ua/> - Спеціальна Олімпіада України
7. Всеосвіта Програма "адаптивна фізична культура"  
<https://vseosvita.ua/library/programa-adaptivna-fizicna-kultura-168291.html>
8. Когут І. Соціальна інтеграція осіб із інвалідністю та роль адаптивної фізичної культури в її реалізації / І. Когут // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - 2014. - № 4. - С. 58-66. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS\\_2014\\_4\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2014_4_13)