

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Волинський національний університет імені Лесі Українки
Факультет фізичної культури, спорту та здоров'я
Кафедра фітнесу та циклічних видів спорту

СИЛАБУС
вибіркового освітнього компонента
«ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ІНВАСПОРТУ»

підготовки магістра

Луцьк – 2025

Силабус вибіркового освітнього компонента Теорія і практика інваспорту другого (магістрського) рівня.

Розробник: С.Я. Індика, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фітнесу та циклічних видів спорту.

Погоджено

Гарант освітньо-професійної програми:



доц. Романюк В.П.

Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри фітнесу та циклічних видів спорту

протокол № 1 від 29 серпня 2025 р.

Завідувач кафедри:



Індика С.Я.

Індика С.Я., 2025 р.

I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, Освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Денна форма здобуття освіти	Другий (магістерський)	Вибірковий
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання: 2 .
ІНДЗ: <u>немає</u>		Семестр: 3-ий
		Лекції: <u>10</u> год.
		Практичні: <u>14</u> год.
		Самостійна робота <u>88</u> год.
	Консультації <u>8</u> год.	
	Форма контролю: залік	
Мова навчання		українська

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, Освітньо-професійна програма, освітній рівень	Характеристика освітнього компонента
Заочна форма здобуття освіти	Другий (магістерський)	Нормативний
Кількість годин/кредитів 120/4		Рік навчання: 2 .
ІНДЗ: <u>немає</u>		Семестр: 3-ий
		Лекції: <u>4</u> год.
		Практичні: <u>6</u> год.
		Самостійна робота <u>96</u> год.
	Консультації <u>14</u> год.	
	Форма контролю: залік	
Мова навчання		українська

II. Інформація про викладача

ППІ: Індика Світлана Ярославівна

Науковий ступінь: кандидат наук з фізичного виховання і спорту

Вчене звання: доцент

Посада: завідувач кафедри фітнесу та циклічних видів спорту

Контактна інформація: м.т. (066)4830600; e-mail: indyka.svitlana@vnu.edu.ua

Комунікація зі здобувачами освіти: електронною поштою,

на заняттях згідно розкладу, за графіком консультацій в каб. No 206 спорткомплексу ВНУ ім. Лесі Українки.

Розклад занять розміщено на сайті: <https://ps.vnu.edu.ua/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

III. Опис освітнього компонента

1. Анотація курсу

Силабус вибіркового освітнього компонента «Теорія і практика інваспорту» складено з урахуванням можливості формування індивідуальної освітньої траєкторії здобувачів освіти другого (магістерського) рівня.

Освітній компонент спрямований на формування системного уявлення про інваспорт як сучасний соціально-гуманістичний і спортивний феномен, що поєднує змагальну діяльність, реабілітацію, соціальну інклюзію та професійну самореалізацію осіб з інвалідністю.

У межах курсу розглядаються теоретико-методологічні засади інваспорту, історія його розвитку в Україні та світі, нормативно-правові механізми забезпечення рівних можливостей у спорті, класифікація видів спорту для осіб з інвалідністю, біомеханічні, фізіологічні та психологічні особливості спортсменів. Значна увага приділяється організації тренувального процесу, ролі тренера в мультидисциплінарній команді, реабілітаційним і інноваційним технологіям, а також питанням менеджменту, фандрейзингу й популяризації інваспорту в медіапросторі.

Освітній компонент формує здатність майбутніх фахівців критично осмислювати роль інваспорту в сучасному суспільстві, застосовувати міждисциплінарні підходи у професійній діяльності та сприяти розвитку інклюзивного спортивного середовища.

2. Мета і завдання освітнього компонента

Мета освітнього компонента – формування у здобувачів освіти цілісної системи знань, умінь і професійних орієнтацій, необхідних для теоретичного осмислення та практичної реалізації інваспорту як складової фізичної культури, спорту, реабілітації та соціальної інтеграції осіб з інвалідністю.

Завдання освітнього компонента:

1. Сформувати системне уявлення про інваспорт як складову фізичної культури, спорту, реабілітації та соціальної інклюзії осіб з інвалідністю.

2. Ознайомити з історією розвитку інваспорту, основними міжнародними рухами та нормативно-правовими засадами його функціонування.

3. Поглибити знання щодо класифікації видів спорту для осіб з інвалідністю, особливостей змагальної та тренувальної діяльності.

4. Розвинути здатність планувати й організовувати тренувальний процес в інваспорті з урахуванням біомеханічних, фізіологічних і психологічних особливостей спортсменів.

5. Сформувати розуміння ролі тренера та мультидисциплінарної команди у підготовці спортсменів з інвалідністю, використання реабілітаційних та інноваційних технологій.

6. Розкрити соціально-гуманістичне значення інваспорту, його роль у соціальній інтеграції, популяризації та формуванні позитивного іміджу спорту для осіб з інвалідністю.

У результаті вивчення освітнього компонента у здобувачів освіти формуються такі **soft skills**:

- Емпатія та соціальна чутливість – здатність розуміти потреби, мотивацію та життєвий досвід спортсменів з інвалідністю.

- Комунікативні навички – уміння ефективно взаємодіяти з учасниками тренувального процесу, фахівцями мультидисциплінарної команди, представниками громадських організацій та медіа.

- Командна робота та лідерство – здатність працювати в команді, координувати спільну діяльність і брати відповідальність за прийняття рішень.

- Критичне та аналітичне мислення – уміння аналізувати соціальні, організаційні та професійні проблеми інваспорту, оцінювати альтернативні підходи й інноваційні рішення.

- Адаптивність і гнучкість – готовність працювати в умовах невизначеності, змінювати стратегії тренування та управління відповідно до індивідуальних можливостей спортсменів.

- Етична відповідальність і професійна доброчесність – дотримання гуманістичних цінностей, принципів рівності, інклюзії та академічної доброчесності.

- Креативність та інноваційність – здатність генерувати нові ідеї щодо організації тренувального процесу, реабілітації та популяризації інваспорту.

- Проектне та стратегічне мислення – уміння планувати й реалізовувати спортивні та соціальні проекти у сфері інваспорту.

- Саморефлексія та професійний розвиток – здатність оцінювати власну діяльність і постійно вдосконалювати професійні компетентності.

5. Структура освітнього компонента Денна форма навчання

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Практ.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні та соціально-гуманістичні засади інваспорту						
Тема 1. Інваспорт у системі фізичної культури, спорту та соціальної інклюзії	17	2	2	12	1	ДС, РМГ, Р /15
Тема 2. Історія розвитку та нормативно-правове забезпечення інваспорту	17	2	2	12	1	ДС, РМГ, Р /14
Тема 3. Соціальні, гендерні та медіаспекти інваспорту	18	2	2	12	2	ДС, РМГ, Р /15
Разом за модулем 1	52	6	6	36	4	44
Змістовий модуль 2. Практика організації та розвитку інваспорту						
Тема 4. Організація тренувального процесу та діяльність мультидисциплінарної команди в інваспорті	34	2	4	26	2	ДС, РМГ, Р3, Р /28
Тема 5. Інновації, реабілітація та менеджмент у сфері інваспорту	34	2	4	26	2	ДС, РМГ, Р3, Р/28
Разом за модулем 2	68	4	8	52	4	56
Всього годин/Балів	120	10	14	88	8	100

Заочна форма навчання

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Лабор.	Сам. роб.	Конс.	Форма контролю/ Бали
Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні та соціально-гуманістичні засади інваспорту						
Тема 1. Інваспорт у системі фізичної культури, спорту та соціальної інклюзії	18	2	2	12	2	ДС, РМГ, Р3, Р/25
Тема 2. Історія розвитку та нормативно-правове забезпечення інваспорту	14	-	-	12	2	-
Тема 3. Соціальні, гендерні та медіаспекти інваспорту	20	-	2	16	2	ДС, РМГ, Р3, Р/25
Разом за модулем 1	52	2	4	40	6	50
Змістовий модуль 2. Практика організації та розвитку інваспорту						
Тема 4. Організація тренувального процесу та	34	2		28	4	-

діяльність мультидисциплінарної команди в інваспорті						
Тема 5. Інновації, реабілітація та менеджмент у сфері інваспорту	34	-	2	28	4	ДС, РМГ, РЗ, Р/50
Разом за модулем 2	68	2	2	56	8	50
Всього годин/Балів	120	4	6	96	14	100

Форма контролю*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

IV. Політика оцінювання

Поточний контроль передбачає систематичне оцінювання рівня навчальних досягнень здобувача вищої освіти за всіма видами аудиторної діяльності протягом навчального семестру.

Оцінювання усних відповідей здійснюється з урахуванням таких показників:

- ступінь повноти та коректності розкриття змісту питання;
- послідовність і логічність викладу матеріалу, дотримання норм академічної культури мовлення;

- уміння аргументовано відстоювати власну позицію та переконливо її презентувати;

- використання навчальних і додаткових інформаційних джерел;

- здатність до аналізу, порівняння та формулювання обґрунтованих висновків.

Оцінювання виконання практичних завдань здійснюється за такими критеріями:

- повнота та відповідність змісту поставленому завданню;

- системність, логічність викладу та вміння узагальнювати результати;

- дотримання вимог до структури та оформлення письмових робіт.

Здобувач вищої освіти, який з об’єктивних причин (підтверджених відповідними документами) не був присутній на заняттях і, відповідно, не мав поточних оцінок, має право пройти поточний контроль у додатковий термін під час консультацій. У межах консультацій допускається відпрацювання пропущених практичних занять та усунення академічної заборгованості з інших видів навчальної діяльності.

У разі набуття результатів навчання у формальній, неформальній або інформальній освіті їх зарахування здійснюється відповідно до Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Волинському національному університеті імені Лесі Українки від 29.08.2025 року.

В інформальній освіті:

- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу – 40 балів, Європи – 30 балів, України – 25 балів, діючий МСМК – 30 балів, діючий МС – 25 балів, діючий КМС – 20 балів, діючий I розряд – 10 балів.

Академічна доброчесність. Передбачається, що навчальні роботи здобувачів освіти є результатом їхньої самостійної інтелектуальної діяльності та власних наукових міркувань. Кожен здобувач освіти зобов’язаний неухильно дотримуватися норм і принципів академічної доброчесності. Подання письмових робіт, які містять повні або часткові запозичення з чужих джерел без належного зазначення авторства, розцінюється як плагіат. Уся використана інформація – текстові матеріали, фотографії, графічні зображення, ілюстрації тощо – має супроводжуватися коректним посиланням на першоджерело та автора.

Ненадання посилань на використані джерела, вигадкування або фальсифікація джерел, списування, а також будь-яке втручання у виконання робіт іншими здобувачами освіти належать до проявів академічної недоброчесності (перелік не є вичерпним). Виявлення таких порушень у роботі здобувача освіти є підставою для її незарахування викладачем незалежно від обсягу плагіату чи характеру порушення.

Під час занять обов’язковим є дотримання правил роботи в групі, повага до думок одногрупників, готовність до конструктивної взаємодії, командної роботи та взаємної підтримки.

Заохочуються прояви креативності, творчого мислення та індивідуального підходу до виконання завдань.

Практичні роботи мають виконуватися у встановлені терміни. Недотримання дедлайнів або вимог до виконання завдань може призвести до зниження оцінки або її повного анулювання.

V. Підсумковий контроль

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання всіх видів запланованої навчальної роботи протягом семестру: аудиторної роботи під час практичних занять, самостійної роботи.

Залік виставляється за результатами поточної роботи за умови, що здобувач освіти виконав ті види навчальної роботи, які визначено цим силабусом. У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми. У дату складання заліку у відомість записується сума поточних балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи (шкала від 0 до 100 балів). У випадку, якщо здобувач освіти протягом поточної роботи набрав менше як 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання, анулюються. Максимальна кількість балів на залік під час ліквідації академічної заборгованості, як правило, 100.

Питання, які виносяться на залік:

1. Поняття інваспорту та його місце в системі фізичної культури і спорту.
2. Мета, завдання та функції інваспорту в сучасному суспільстві.
3. Принципи інваспорту як соціально орієнтованої сфери діяльності.
4. Інваспорт як інструмент соціальної інклюзії та інтеграції осіб з інвалідністю.
5. Відмінності між інваспортом, адаптивним спортом та адаптивною фізичною культурою.
6. Основні етапи історичного розвитку інваспорту у світі.
7. Становлення та розвиток інваспорту в Україні.
8. Паралімпійський рух: історія, структура та значення.
9. Дефлімпійський рух: особливості та напрями діяльності.
10. Спеціальні Олімпіади як складова інваспорту.
11. Роль міжнародних спортивних організацій у розвитку інваспорту.
12. Нормативно-правові засади розвитку інваспорту в Україні.
13. Міжнародні правові документи у сфері спорту для осіб з інвалідністю.
14. Права осіб з інвалідністю у сфері фізичної культури і спорту.
15. Система класифікації видів спорту для осіб з інвалідністю.
16. Класифікаційні критерії в паралімпійських видах спорту.
17. Особливості змагальної діяльності в інваспорті.
18. Гендерні аспекти розвитку інваспорту.
19. Соціально-гуманістичне значення інваспорту для суспільства.
20. Роль українських паралімпійців у формуванні національної ідентичності.
21. Біомеханічні особливості рухової діяльності спортсменів з інвалідністю.
22. Фізіологічні адаптації організму спортсменів з інвалідністю до фізичних навантажень.
23. Компенсаторні механізми у тренувальній діяльності в інваспорті.
24. Психологічні особливості спортсменів з інвалідністю.
25. Методи психологічної підтримки та мотивації спортсменів з інвалідністю.
26. Структура та етапи тренувального процесу в інваспорті.
27. Особливості планування багаторічної підготовки спортсменів з інвалідністю.
28. Контроль і оцінювання ефективності тренувального процесу в інваспорті.
29. Роль тренера в підготовці спортсменів з інвалідністю.
30. Місце тренера у мультидисциплінарній команді.
31. Взаємодія тренера з лікарем, реабілітологом і психологом.

32. Значення волонтерської діяльності в інваспорті.
33. Реабілітаційні методики у практиці інваспорту.
34. Поєднання спортивної підготовки та фізичної реабілітації.
35. Інноваційні технології у тренуванні спортсменів з інвалідністю.
36. Використання цифрових технологій та сенсорних систем в інваспорті.
37. Роль менеджменту в організації інваспорту.
38. Основи проєктної діяльності в інваспорті.
39. Фандрейзинг як інструмент розвитку інваспорту.
40. Діяльність громадських організацій у сфері інваспорту.
41. Популяризація інваспорту в засобах масової інформації.
42. Використання соціальних мереж для розвитку інваспорту.
43. Формування позитивного іміджу інваспорту в суспільстві.
44. Етичні принципи професійної діяльності фахівця з інваспорту.
45. Академічна та професійна доброчесність у сфері інваспорту.
46. Soft skills фахівця з інваспорту та їх значення у професійній діяльності.
47. Комунікативні навички у роботі зі спортсменами з інвалідністю.
48. Лідерство та командна взаємодія в інваспорті.
49. Значення саморефлексії та безперервного професійного розвитку фахівця з інваспорту.
50. Перспективи розвитку інваспорту в Україні та світі в умовах сучасних соціальних викликів.

VI. Шкала оцінювання

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90 – 100	Зараховано
82 – 89	
75 - 81	
67 -74	
60 - 66	
1 – 59	Незараховано (необхідне перескладання)

VII. Рекомендована література та інтернет-ресурси

1. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : навч. посіб. для студ. закл. вищ. освіти фізичної культури і спорту [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.ddma.edu.ua/docs/kafedry/fizv/Accreditation2023/Адаптивний%20спорт/НМКД%20Адаптивний%20спорт.pdf>
2. Адаптивний спорт : навчальний посібник [Електронний ресурс]. Львів : ЛДУФК, 2023. – Режим доступу: <https://www.ldufk.edu.ua/wp-content/uploads/2023/09/adaptivnyj-sport.pdf>
3. Лазаренко С. А. Історичні аспекти становлення адаптивного спорту // *Освіта. Інновації. Практика* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://oip-journal.org/index.php/oip/article/download/451/308/1359>
4. Sport and Disabled Individuals – Theory and Practice [Electronic resource]. – Available at: https://www.researchgate.net/publication/285673511_Sport_and_Disabled_Individuals_-_Theory_and_Practice

5. The Sport Training Process of Para-Athletes: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [Electronic resource]. 2022. Available at: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/12/7242>

Інтернет-ресурси

7. Інваспорт : офіційний портал Міністерства молоді та спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mms.gov.ua/invasport>

8. Інваспорт (Україна). *Wikipedia* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Инваспорт_\(Украина\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Инваспорт_(Украина))

9. Паралімпійські види спорту. *Wikipedia* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://ru.wikipedia.org/wiki/Паралимпийские_виды_спорта

10. Про фізичну культуру і спорт : Закон України від 24.12.1993 № 3808-ХІІ [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

11. Researching Disability Sport: Theory, Method, Practice [Electronic resource]. – Taylor & Francis. – Available at: <https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781003153696/researching-disability-sport-ben-powis-james-brighton-david-howe>

12. Adaptive sports programs as catalysts for social inclusion [Electronic resource]. – Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12247358/>