

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ**  
**імені Івана Черняхівського**

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник навчально-наукового інституту фізичної  
культури та спортивно-оздоровчих технологій  
полковник

**О.ПЕТРАЧКОВ**

“ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2019 року

КАФЕДРА ТЕОРІЇ, МЕТОДИКИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ І СПОРТУ

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**2.3.08 ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

для підготовки слухачів Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського (заочна форма навчання)

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Рівень вищої освіти</b>  | другий (магістерський)                     |
| <b>Ступінь вищої освіти</b> | магістр                                    |
| <b>Галузь знань</b>         | 01 Освіта/Педагогіка                       |
| <b>Спеціальність</b>        | 017 Фізична культура і спорт               |
| <b>Спеціалізації</b>        | Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах |

## І. РОЗПОДІЛ НАВЧАЛЬНОГО ЧАСУ ЗА СЕМЕСТРАМИ (ПІВРІЧЧЯМИ, КУРСАМИ) ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

| Півріччя (курси)                      |                      | Усього годин занять | З них                |                   | У тому числі за видами навчальних занять |                                    |                |                 |                          |                  | Курсові роботи | Диференційований залік, екзамен |
|---------------------------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-------------------|--|------------------------------------|----------------|-----------------|--------------------------|------------------|----------------|---------------------------------|
|                                       |                      |                     | Під керівництвом НПП | Самостійна робота | Лекції                                   | Семінарські заняття (круглі столи) | Групові вправи | Групові заняття | Практичні заняття, (СЗК) | Рубіжні контролі |                |                                 |
| <b>1 курс</b>                         |                      | <b>120</b>          | <b>24</b>            | <b>96</b>         | <b>6</b>                                 | <b>4</b>                           | -              | <b>4</b>        | <b>6</b>                 | -                | -              | <b>4</b>                        |
| у тому числі                          | І збір               | 24                  | 14                   | 10                | 6  | 2                                  | -              | 4               | 2                        | -                | -              | -                               |
|                                       | І міжзборовий період | 78                  | -                    | 78                | -  | -                                  | -              | -               | -                        | -                | -              | -                               |
|                                       | II збір              | 18                  | 10                   | 8                 | -  | 2                                  | -              | -               | 4                        | -                | -              | 4                               |
| <b>Усього за навчальну дисципліну</b> |                      | <b>120</b>          | <b>24</b>            | <b>96</b>         | <b>6</b>                                 | <b>4</b>                           | -              | <b>4</b>        | <b>6</b>                 | -                | -              | <b>4</b>                        |

## II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

| № з/п | Вид навчального заняття | Кількість годин | Із них                     |                    | Номер півріччя (курсу навчання), шифри та назва вмінь і змістових модулів, номери та назва тем і навчальних занять, навчальні питання заняття, завдання для самостійної роботи   | Матеріально-технічне забезпечення               | Інформаційно-методичне забезпечення |
|-------|-------------------------|-----------------|----------------------------|--------------------|--|---|-------------------------------------|
|       |                         |                 | Під керівництвом викладача | Самостійні заняття |  |   |                                     |
| 1     | 2                       | 3               | 4                          | 5                  | 6  | 7   | 8                                   |
|       |                         | <b>24</b>       | <b>14</b>                  | <b>10</b>          | <b>I збір</b>  |   |                                     |
|       |                         | <b>10</b>       | <b>6</b>                   | <b>4</b>           | <b>Тема 1. Загальнотеоретичні основи фізичної реабілітації.</b>  |   |                                     |
| 1     | Л-1                     | 2               | 2                          | -                  | <u>Тема 1. Заняття 1.</u> Загальні відомості про предмет дисципліни “Фізична реабілітація”.<br>1. Історичні передумови розвитку фізичної реабілітації.<br>2. Основні категорії та поняття фізичної реабілітації.<br>3. Напрямки реабілітації.  | Мультимедійний проектор, комп’ютер              | [1-16]                              |
| 2     | С-1                     | 4               | 2                          | 2                  | <u>Тема 1. Заняття 2.</u> Механізми лікувального впливу фізичних вправ.<br>1. Фізичні вправи та їх лікувальний вплив на організм людини.<br>2. Види програм фізичної реабілітації з використанням фізичних вправ.<br>3. Особливості складання реабілітаційних програм.<br>4. Гімнастичні вправи та методика їх застосування під час фізичної реабілітації.<br>5. Фіксована доповідь курсанта: “Вплив фізичних вправ на організм людини у процесі фізичної реабілітації”.                       | Мультимедійний проектор, комп’ютер              | [1-18]                              |
| 3     | ПЗ-1                    | 4               | 2                          | 2                  | <u>Тема 1. Заняття 3.</u> Програми та методика застосування фізичних вправ під час фізичної реабілітації.<br>1. Програми фізичної реабілітації з використанням вправ загальнорозвиваючого характеру.<br>2. Програми фізичної реабілітації з використанням сучасних тренажерних комплексів та систем.<br>3. Методика застосування загальнорозвиваючих вправ.<br>4. Методика застосування вправ спеціального спрямування.<br>5. Методика застосування сучасних тренажерних комплексів та систем. | Тренажери, гімнастичні снаряди, кардіотренажери | [1-18]                              |
|       |                         | <b>6</b>        | <b>4</b>                   | <b>2</b>           | <b>Тема 2. Особливості фізичної реабілітації при різних патологіях.</b>  |   |                                     |

| 1 | 2    | 3         | 4         | 5         | 6  | 7  | 8      |
|---|------|-----------|-----------|-----------|--|--|--------|
| 4 | Л-2  | 2         | 2         | -         | <u>Тема 2. Заняття 1.</u> Фізична реабілітація під час захворювань внутрішніх органів та систем.<br>1. Фізична реабілітація під час захворювань серцево-судинної системи.<br>2. Фізична реабілітація під час захворювань органів дихання.<br>3. Реабілітація при захворюванні органів травлення та порушенні обміну речовин.   | Мультимедійний проектор, комп'ютер           | [1-18] |
| 5 | ГЗ-1 | 4         | 2         | 2         | <u>Тема 2. Заняття 2.</u> Фізична реабілітація під час пошкодження опорно-рухового апарату.<br>1. Фізична реабілітація під час травмування плечового поясу.<br>2. Фізична реабілітація під час травмування верхніх та нижніх кінцівок.<br>3. Фізична реабілітація під час травмування кисті та стоп.   | Мультимедійний проектор, комп'ютер           | [1-18] |
|   |      | <b>8</b>  | <b>4</b>  | <b>4</b>  | <b>Тема 3. Загальнотеоретичні основи адаптивного фізичного виховання.</b>  |  |        |
| 6 | Л-3  | 4         | 2         | 2         | <u>Тема 3. Заняття 1.</u> Загальна характеристика адаптивного фізичного виховання.<br>1. Адаптивне фізичне виховання як наукова та навчальна дисципліна. Міждисциплінарні зв'язки.<br>2. Історія адаптивного фізичного виховання.<br>3. Концептуальні основи адаптивного фізичного виховання.<br>4. Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні.  | Мультимедійний проектор, комп'ютер           | [1-18] |
| 7 | ГЗ-2 | 4         | 2         | 2         | <u>Тема 3. Заняття 2.</u> Методи та форми розвитку фізичних якостей в адаптивного фізичного виховання.<br>1. Методи адаптивного фізичного виховання.<br>2. Форми адаптивного фізичного виховання.<br>3. Основні закономірності розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні.<br>4. Залежність розвитку фізичних якостей від рухових режимів.<br>5. Етапність розвитку фізичних якостей. | Мультимедійний проектор, комп'ютер           | [1-18] |
|   |      | <b>78</b> | <b>-</b>  | <b>78</b> | <b>I міжзборовий період</b>  |  |        |
|   |      | <b>20</b> | <b>-</b>  | <b>20</b> | <b>Тема 1. Загальнотеоретичні основи фізичної реабілітації.</b>  |  |        |
|   |      | <b>20</b> | <b>-</b>  | <b>20</b> | <b>Тема 2. Особливості фізичної реабілітації при різних патологіях.</b>  |  |        |
|   |      | <b>20</b> | <b>-</b>  | <b>20</b> | <b>Тема 3. Загальнотеоретичні основи адаптивного фізичного виховання.</b>  |  |        |
|   |      | <b>18</b> | <b>-</b>  | <b>18</b> | <b>Розроблення магістерської роботи.</b>   |  |        |
|   |      | <b>18</b> | <b>10</b> | <b>8</b>  | <b>II збір</b>   |  |        |
|   |      | <b>4</b>  | <b>2</b>  | <b>2</b>  | <b>Тема 2. Особливості фізичної реабілітації при різних патологіях.</b>  |  |        |
| 8 | ПЗ-2 | 4         | 2         | 2         | <u>Тема 2. Заняття 3.</u> Тренування застосування засобів фізичної реабілітації.<br>1. Застосування засобів фізичної реабілітації під час травмування плечового поясу.<br>2. Застосування засобів фізичної реабілітації під час травмування верхніх та нижніх кінцівок.  | Тренажери, гімнастичні снаряди, кардіотренаж | [1-18] |

| 1  | 2    | 3        | 4        | 5        | 6   | 7   | 8      |
|----|------|----------|----------|----------|---|---|--------|
|    |      |          |          |          | 3. Застосування засобів фізичної реабілітації під час травмування кисті та стоп.<br>4. Застосування засобів фізичної реабілітації під час відновлювальної терапії при травмах попереку та кісток тазу.  | ери   |        |
|    |      | <b>6</b> | <b>4</b> | <b>2</b> | <b>Тема 3. Загальнотеоретичні основи адаптивного фізичного виховання.</b>   |   |        |
| 9  | ГЗ-3 | 2        | 2        | -        | <u>Тема 3. Заняття 3.</u> Загальна характеристика основних понять.<br>1. Нозологія та її основні різновиди.<br>2. Основні вади особистості в адаптивному фізичному вихованні.<br>3. Адаптивне фізичне виховання при глухоті.<br>4. Основні поняття, мета і завдання адаптивного фізичного виховання при глухоті.  | Мультимедійний проектор, комп'ютер                      | [1-18] |
| 10 | ПЗ-3 | 4        | 2        | 2        | <u>Тема 3. Заняття 4.</u> Тренування застосування засобів комплексно-відновлювальної терапії.<br>1. Застосування традиційних засобів адаптивного фізичного виховання.<br>2. Застосування специфічних засобів адаптивного фізичного виховання.<br>3. Застосування загальних методів розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні.<br>4. Застосування спеціальних методів розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні. | Друковані матеріали та інформація на електронних носіях | [1-18] |
| 11 | ДЗ   | <b>8</b> | <b>4</b> | <b>4</b> | <b>Диференційований залік.</b><br>1. Відповідь на питання першої теми.<br>2. Відповідь на питання другої теми.<br>3. Відповідь на питання третьої теми.   | НМБ   | [1-18] |

### III. ІНФОРМАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Апанасенко Г. Л. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы / Г. Л. Апанасенко, В. В. Волков, Р. Г. Науменко. – Киев: Здоров'я, 1987. – 120 с.
2. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Ростов н/Д: Фенікс, 2000. – 248 с.
3. Деделюк Н. А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : [навч.-метод. посібник для студентів] / Н. А. Деделюк. – Луцьк : Вежа-Друк, 2014. – 68 с.
4. Евсеев С. П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : [учебник] / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Сусяев. – Москва : Издательство "Советский спорт", 2007. – 320 с.
5. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України на період до 2020 року.
6. Лечебная физическая культура: [справочник] / В. А. Епифанов, В. Н. Мошков, Р. И. Антуфьева и др.; под ред. В. А. Епифанова. – М.: Медицина, 1987. – 528 с: ил.
7. Мурза В. П. Психолого-фізична реабілітація: [підручник] / В. П. Мурза. – Київ: „Олан“, 2005. – 608 с.
8. Мурза В. П. Фізична реабілітація в хірургії: [навч. посіб.] / В. П. Мурза, В. М. Мухін. – К.: Наук. світ., 2008. – 246 с. – Бібліогр.: с. 234–245.
9. Мухін В. М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – 3-є вид., перер. та доповн. – К.: Олімпійська література, 2009. – 488 с.
10. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 11. 02. 2014 № 35 “Про затвердження Тимчасової Настанови з фізичної підготовки у Збройних Силах України”.
11. Овчарук І. С. Теорія та організація фізичної підготовки військ [навч.-метод. посібник в 2-х частинах] / І. С. Овчарук. – Одеса : Військова академія, 2015.
12. Овчарук І. С. Теорія та організація фізичної підготовки військ: [навч.-метод. посібник в 2-х частинах] / І. С. Овчарук. – Одеса : Військова академія, 2014. – Ч.1. – 250 с.
13. Організаційно-методичні вказівки для розробки освітньо-професійних програм, програм та робочих навчальних програм з навч. дисципл. “ФВСФП” для к/с ВВНЗ / укладач Сухорада Г. І. / За ред. Д. С. Грищенко, Ю. С. Фіногенова. К.: МО України, 2016 – 60 с.
14. Теорія і методика фізичного виховання: В 2 томах / Під ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2017. – Т.1. – 392 с.
15. Физическая реабилитация: [учеб. для студ. высш. учеб. зав.] / под общей ред. проф. С. Н. Попова. – Изд. 2-е. – Ростов н/Д.: изд-во “Феникс”, 2004. – 608 с.
16. Фізична рекреація : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Є. Н. Приступа, О. М. Жданова, М. М. Линець та ін.; за наук. ред. Євгена Приступи. – Л.: ЛДУФК, 2010. – 447 с.
17. Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / С. І. Глазунов, Л. Я. Іващенко, С. М. Жембровський, О. В. Молоков, Ю. В. Муштатов, Ю. С. Фіногенов. – К.: НУОУ, 2012. – 284 с.
18. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка та спорт: підручник / колектив авторів; за ред. Ю. С. Фіногенова. – К : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2014. – 468 с.

#### IV. ЗАСОБИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Навчальним планом для підготовки слухачів заочної форми навчання зі спеціальності “Фізична культура і спорт” передбачений на 2 зборі – диференційований залік.

Контроль успішності та якості підготовки курсантів включає:

- поточний контроль;
- самоконтроль;
- підсумковий контроль.

#### **Засоби поточного контролю.**

##### *Питання за темою № 1*

1. Історичні передумови становлення фізичної реабілітації.
2. Основні категорії і поняття фізичної реабілітації.
3. Напрямки реабілітації.
4. Періоди і етапи реабілітації.
5. Нормативно-правові основи і види реабілітаційних заходів.
6. Рухова активність і її роль у формуванні здоров'я.
7. Характеристика основних фізичних якостей.
8. Особливості складання реабілітаційних програм.
9. Загальна характеристика засобів фізичної реабілітації та основні принципи їх застосування.
10. Механізми лікувального впливу фізичних вправ.
11. Гімнастичні вправи та методика їх застосування під час фізичної реабілітації.
12. Особливості застосування військово-прикладних вправ під час фізичної реабілітації.
13. Лікувальна фізична культура.
14. Механізми лікувальної дії фізичних вправ.
15. Засоби лікувальної фізичної культури.
16. Форми лікувальної фізичної культури.
17. Загальні вимоги до методики проведення занять з лікувальної фізичної культури.
18. Рухові режими у фізичній реабілітації.
19. Ефективність застосування лікувальної фізичної культури.
20. Охарактеризуйте лікувальний масаж.
21. Механізми лікувальної дії масажу.
22. Вплив масажу на окремі системи організму.

23. Форми і методи лікувального масажу.
24. Особливості фізіотерапія.
25. Механізми лікувальної дії фізичних чинників.
26. Класифікація лікувальних фізичних чинників.
27. Характеристика лікувальних фізичних чинників.
28. Механотерапія та її роль у фізичній реабілітації.
29. Методика розрахунку алгоритмів фізичного навантаження під час використання сучасних тренажерів.

### *Питання за темою № 2*

1. Фізична реабілітація під час захворювань серцево-судинної системи.
2. Фізична реабілітація під час захворювань органів дихання.
3. Реабілітація при захворюванні органів травлення та порушенні обміну речовин.
4. Фізична реабілітація під час пошкодження плечового поясу, верхніх та нижніх кінцівок.
5. Фізична реабілітація під час пошкодження кисті та стоп.
6. Відновлювальна терапія при травмах попереку та кісток тазу.
7. Фізична реабілітація при захворюванні суглобів та остеохондрозі попереку.
8. Фізична реабілітація при дефектах осанки, сколіозі та плоскостопості.
9. Фізична реабілітація при пошкодженні чи захворюванні нервової системи.
10. Поняття інвалідів та їх категорії.
11. Вплив гіподинамії на функціональний стан організму та засоби підвищення рухової активності інвалідів.
12. Засоби підвищення рухової активності осіб з функціональними обмеженнями.
13. Корекція і профілактика ожиріння після ампутації кінцівок.
14. Засоби корекції ожиріння.
15. Лікувальна гімнастика.
16. Особливості методики під час виконання вправ на тренажерах.
17. Дозована ходьба на протезах.
18. Масаж та його реабілітаційні властивості.
19. Плавання та гімнастика у воді.
20. Засоби профілактики ожиріння.
21. Лікувальне харчування при ожирінні.
22. Корекція стресу під час ампутації кінцівок.
23. Особливості розвитку стресу після ампутації кінцівок.
24. Значення фізичних вправ у процесі корекції стресу після ампутації кінцівок.
25. Методичні особливості корекції стресу після ампутації кінцівок.



26. Специфічність занять з обтяження після ампутації кінцівок.
27. Спортивні та рухливі ігри.
28. Дихальна та мімічна гімнастика.

### *Питання за темою № 3*

1. Загальна характеристика адаптивного фізичного виховання.
2. Адаптивне фізичне виховання як наукова та навчальна дисципліна.
3. Основні поняття адаптивного фізичного виховання.
4. Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні..
5. Концептуальні основи адаптивного фізичного виховання.
6. Мета і завдання адаптивного фізичного виховання.
7. Основні принципи адаптивного фізичного виховання.
8. Функції адаптивного фізичного виховання.
9. Загальні та специфічні принципи адаптивного фізичного виховання.
10. Розкриття функцій адаптивного фізичного виховання.
11. Засоби адаптивного фізичного виховання.
12. Традиційні засоби адаптивного фізичного виховання.
13. Специфічні засоби адаптивного фізичного виховання.
14. Особливості застосування засобів адаптивного фізичного виховання.
15. Діяльність громадських і державних організацій в галузі фізичного виховання та спорту інвалідів.
16. Тренування застосування засобів комплексно-відновлювальної терапії.
17. Методи адаптивного фізичного виховання.
18. Форми адаптивного фізичного виховання.
19. Основні закономірності розвитку фізичних якостей адаптивного фізичного виховання.
20. Залежність розвитку фізичних якостей від рухових режимів.
21. Етапність розвитку фізичних якостей.
22. Види фізичних якостей адаптивного фізичного виховання.
23. Особливості рухових режимів адаптивного фізичного виховання.
24. Основні етапи розвитку фізичних якостей.
25. Методи розвитку силових якостей в адаптивному фізичному вихованні.
26. Методи розвитку швидкісних якостей в адаптивному фізичному вихованні.
27. Застосування загальних методів розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні.
28. Застосування спеціальних методів розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні.
29. Розвиток витривалості в адаптивному фізичному вихованні.

30. Розвиток гнучкості в адаптивному фізичному вихованні.
31. Розвиток координаційних якостей в адаптивному фізичному вихованні.
32. Класифікація методів розвитку витривалості в адаптивному фізичному вихованні.
33. Класифікація методів розвитку гнучкості в адаптивному фізичному вихованні.
34. Класифікація методів розвитку координації в адаптивному фізичному вихованні.
35. Загально розвиваючі методи розвитку фізичних якостей в адаптивному фізичному вихованні.
36. Нозологія та її основні різновиди.
37. Основні вади особистості в адаптивному фізичному вихованні.
38. Особливості адаптивного фізичного виховання при глухоті.
39. Основні поняття, мета і завдання адаптивного фізичного виховання при глухоті.
40. Види глухоти.
41. Основні засоби та методи адаптивного фізичного виховання при глухоті.
42. Історичні аспекти розвитку адаптивного фізичного виховання.
43. Законодавчі та організаційні основи адаптивного фізичного виховання в Україні.
44. Адаптивне фізичне виховання, як засіб інтеграції людей з особливими потребами в суспільство.
45. Адаптивне фізичне виховання при порушеннях опорно-рухового апарату.
46. Адаптивне фізичне виховання при ураженнях спинного мозку.
47. Види ураження спинного мозку.
48. Види порушеннях опорно-рухового апарату.
49. Особливості використання засобів адаптивного фізичного виховання при станах після операціях.
50. Мета та завдання адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.
51. Засоби адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату та ураженнях спинного мозку.
52. Методи адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату та ураженнях спинного мозку.
53. Форми адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату та ураженнях спинного мозку.
54. Обсяг рухових можливостей при ураженнях спинного мозку.
55. Функціональні методи дослідження.
56. Оцінка фізичного розвитку за антропометричними показниками.

#### **Засоби підсумкового контролю.**

**Диференційований залік включає в себе два теоретичних питання та одне практичне завдання:**

- перше питання – одне із питань теми № 1, 2;
- друге питання – питання з теми № 3,
- третє питання – виконання практичного завдання.

## V. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ІНШИМИ НАВЧАЛЬНИМИ ДИСЦИПЛІНАМИ

Предметом навчальної дисципліни є вивчення основних нормативних документів і сучасних вимог, які пред'являються до фізкультурно-оздоровчої роботи із різними верствами населення та основ організації та методики проведення реабілітаційних заходів.

Науковим фундаментом (науково-методологічною основою) навчальної дисципліни “Фізична реабілітація військовослужбовців” є вимоги нормативно-правових актів України з питань фізичної культури та спорту, фізичної реабілітації різних верств населення, а також передових теоретичних методик сучасної світової та вітчизняної науки з фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання.

Базисом фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання є закономірності, що вивчаються такими науками як фізіологія, анатомія, медицина, загальна теорія фізичного виховання.

Вивчення дисципліни знаходять своє відображення у тісній взаємодії з тематикою дисциплін: “Теорія і методика фізичного виховання”, “Організація наукових досліджень у фізичному вихованні і спорті”, “Інноваційні технології фізичного виховання і спорту” тощо. Вивчення відповідних тем з цих дисциплін повинно забезпечити слухачів (курсантів) знаннями і навичками, необхідними у їх професійній діяльності для організації навчального та навчально-тренувального процесів у закладах освіти та військових частинах.

Основними видами занять з навчальної дисципліни є лекції, групові, семінарські заняття, практичні заняття, самостійні заняття, диференційований залік.

На лекційних заняттях слухачі (курсанти) отримують фундаментальні знання з дисципліни, системи управління лікувальною фізичною культурою в Україні; стану та перспектив розвитку рекреаційної та фізкультурно-оздоровчої діяльності військовослужбовців та членів їх сімей; структури та діяльності організацій, що проводять оздоровче тренування; організацію масових фізкультурно-оздоровчих заходів; менеджменту та маркетингу фізкультурно-оздоровчої діяльності; діагностики фізичного стану та нормування фізкультурної активності; основ лікувального масажу; варіанти змісту оздоровчого тренування.

Групове заняття проводиться з метою поетапної подачі нового матеріалу з теоретичних питань фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання, організовується обговорення викладеного матеріалу та здійснюється контроль рівня його засвоєння.

Семінарські заняття проводяться для поглиблення теоретичних знань слухачів (курсантів) та містять значну частину матеріалу проблемного типу навчання. Основним завданням семінарських занять є поглиблення і закріплення знань, одержаних ними на лекціях і в процесі самостійної роботи над навчальною та науковою літературою щодо тематики дисципліни, формування вмінь з пошуку, узагальнення, критичного аналізу навчального матеріалу, формулювання і захисту своїх поглядів з питань, які розглядаються. Слухачі (курсанти) виконують завдання практичного, ситуаційного характеру.

Практичні заняття проводяться з метою засвоєння слухачами теоретичних положень навчальної дисципліни, набуття практичних та методичних умінь шляхом індивідуального виконання спеціально сформульованих завдань з питань фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання, її проведення, відпрацювання відповідних документів.

Самостійні заняття передбачають виконання ними завдань, які сприяють відпрацюванню та засвоєнню навчального матеріалу, закріпленню та поглибленню отриманих знань та практичних умінь. Під час самостійних занять слухачі (курсанти) виконують індивідуальні завдання, які винесені за межі лекційного курсу та висвітлюються у доступній методичній літературі.

Контроль знань та вмінь є складовою частиною навчального процесу і органічно взаємопов'язаний з засвоєнням навчального матеріалу та формуванням професійної майстерності слухачів. Головна мета контролю полягає у забезпеченні належного рівня придбаних слухачами знань, міцності сформованих у них вмінь та навичок.

Кількість контрольних заходів, форми їх проведення, періодичність доводяться на початку вивчення дисципліни та навчального семестру.

Оцінка рівня підготовленості слухачів під час складання диференційованого заліку складається з оцінок, одержаних за відповідь на теоретичне питання і виконання практичного завдання, і оцінюються за результатами відповідей на кожне з питань відповідної теми за 100-бальною шкалою, національною шкалою та шкалою ЄКТС (табл. 1):

Таблиця 1

#### Шкала оцінювання

| За 100-бальною шкалою | За шкалою ECTS | За національною шкалою | За 4-бальною шкалою |
|-----------------------|----------------|------------------------|---------------------|
| 90-100                | A              | відмінно               | відмінно            |
| 80-89                 | B              | дуже добре             | добре               |
| 65-79                 | C              | добре                  |                     |
| 55-64                 | D              | задовільно             | задовільно          |
| 50-54                 | E              | достатньо задовільно   |                     |
| 35-49                 | FX             | незадовільно           | незадовільно        |
| 1-34                  | F              | незадовільно           | незадовільно        |

“96-100” – слухач має системні, глибокі знання, практичні уміння, виявляє неординарні творчі здібності, вміє формулювати і визначати шляхи розв’язування проблеми, виявляє власне ставлення до них;

“90-95” – слухач має глибокі знання, практичні уміння, здатний аргументовано і творчо використовувати їх у нестандартних ситуаціях, вміє формулювати і визначати шляхи розв’язування проблеми;

“80-89” – слухач володіє глибокими теоретичними знаннями та практичними уміннями з зазначених питань співбесіди, здатний аргументовано їх використовувати;

“75-79” – слухач вільно володіє матеріалом, застосовує знання та практичні уміння в дещо зміненій інтерпретації, використовує загальновідомі докази у власній аргументації;

“65-74” – знання та практичні уміння слухача є достатньо повними, слухач вміє правильно аналізувати теоретичний матеріал, робити висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими неточностями;

“60-64” – слухач правильно, логічно відтворює матеріал, застосовує знання та практичні уміння у стандартних ситуаціях, розуміє основні теоретичні положення, вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок;

“55-59” – слухач виявляє знання і розуміння основних положень теоретичного матеріалу, вміє застосовувати знання та практичні уміння при розв’язанні завдань за зразком. Відповідь його правильна, але недостатньо обґрунтована;

“50-54” – слухач розуміє основний теоретичний матеріал з зазначених питань співбесіди, здатний з помилками й неточностями дати відповідь на питання та виконати практичне завдання;

“40-49” – слухач знає близько половини теоретичного матеріалу, під час викладення матеріалу допускає суттєві неточності, для надання правильних відповідей йому потрібна допомога викладача, практичне завдання виконано невпевнено і з грубими помилками;

“35-39” – слухач відтворює менше половини матеріалу, дає відповіді з допомогою членів комісії, практичне завдання не виконано;

“15-34” – слухач фрагментарно відтворює незначну частину теоретичного матеріалу з зазначених питань співбесіди, виявляє невпевненість і неточність у відповідях на додаткові й навідні питання;

“0-14” – слухач не розрізняє об’єкта теоретичного матеріалу, не може дати відповідь на елементарні питання.

Слухачі, які не склали диференційований залік з поважних причин, ліквідують академічну заборгованість у термін, встановлений начальником університету. Повторне складання диференційованого заліку допускається не більше двох разів. Друге повторне його складання приймає комісія, яка створюється начальником кафедри.

Розглянуто і ухвалено на засіданні кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту  
Протокол від “ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2019 року № \_\_\_\_

Начальник кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту  
підполковник **Н.ВЕРБИН**  
“ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2019 року.