

**Опитувальник для студентів**  
**«Адаптивна рухова активність в Україні**  
**(обізнаність, підготовка, досвід)»**  
**Шановні здобувачі вищої освіти!**

Це анкетування проводиться в рамках міжнародного проєкту ERASMUS+ «COOL-APA» з метою визначення обізнаності, актуальних потреб з питань адаптивної рухової активності та наявного практичного досвіду участі у відповідних програмах.

Обраний вами варіант відповіді позначте галочкою, у випадку, коли необхідно запропонувати свій варіант відповіді, зазначте, будь ласка, його у вільному рядку.

Анкета є повністю анонімною, збір персональних даних не здійснюється, конфіденційність інформації гарантується, а результати дослідження будуть передані партнерам в узагальненому вигляді, без персоніфікації.

У межах даного дослідження АРА розглядається як система різноманітних форм рухової активності, вправ та занять, які спеціально адаптуються з урахуванням стану здоров'я людини, її функціональних можливостей, фізичних та психологічних особливостей, а також умов життя, середовища та вимог безпеки, у тому числі в умовах воєнного стану. АРА може виконувати профілактичну, відновлювальну, оздоровчу та соціально-інтеграційну функції, сприяючи підтриманню здоров'я, покращенню самопочуття, відновленню функціональних можливостей та підвищенню якості життя.

Заздалегідь вдячні Вам за допомогу і щирі відповіді у проведених дослідженнях.

**Вік:** \_\_\_\_\_

**Стать:** \_\_\_\_\_

### БЛОК 1. Освітній профіль

#### 1. На якій спеціальності / освітній програмі Ви навчаєтесь?

- Терапія та реабілітація (Фізична терапія)
- Терапія та реабілітація (Ерготерапія)
- Фізична культура і спорт
- Педагогіка / спеціальна освіта (інклюзія)
- Соціальна робота
- Інше: \_\_\_\_\_

#### 2. Ваш курс та освітній рівень навчання:

- перший (бакалаврський) рівень вищої освіти
- другий (магістерський) рівень вищої освіти
- третій (аспірантський) рівень вищої освіти
- інтернатура / післядипломна підготовка
- інше: \_\_\_\_\_

## БЛОК 2. Обізнаність і підготовка в АРА

### 3. Оцініть, наскільки Ви погоджуєтесь з наведеними твердженнями.

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не згоден(на)	скоріше не згоден(на)	важко сказати	скоріше згоден(на)	повністю згоден(на)
3.1. Я добре розумію, що таке адаптивна рухова активність (АРА)						
3.2. У моїй освітній програмі достатньо уваги приділяється тематиці АРА						
3.3. Освітня програма, за якою я навчаюся, розширює мої знання щодо АРА						
3.4. Я хотів(ла) б отримати більше практичної підготовки з АРА						
3.5. Я почуваюся достатньо впевнено у базових питаннях АРА						

### 4. Чи є у Вашій освітній програмі теми / модулі, пов'язані з АРА або інклюзивною / адаптивною руховою активністю?

- так, окремий курс / дисципліна
  так, окремі теми в кількох дисциплінах  
 дуже поверхово
  немає  
 важко відповісти

### 5. Які теми / модулі, дотичні до АРА, представлені у Вашій освітній програмі?

(можна обрати декілька варіантів)

#### Теоретичні модулі:

- основи адаптивної фізичної активності  
 основи МКФ та психологічні фактори  
 функції тіла, розвиток моторики, оцінка  
 професійне середовище, етика, адвокація  
 засоби / форми / методи роботи з особами з інвалідністю

#### Практичні модулі:

- спортивні ігри та активності для ветеранів війни  
 фітнес-програми  
 рекреаційні заняття  
 реабілітаційні програми  
 інше: \_\_\_\_\_

## БЛОК 3. Досвід взаємодії та практична підготовка

### 6. Чи маєте Ви досвід взаємодії (навчання / практика / волонтерство / робота) з людьми,

**які потребують адаптації рухової активності?**

- так, систематично
- так, був досвід під час практики / стажування
- так, разово / епізодично
- майже немає
- ні, не маю

**7. Наскільки Ви зацікавлені в отриманні практичного досвіду в АРА під супервізією досвідчених фахівців?**

**Шкала:** 1 — зовсім не зацікавлений(а); 2 — скоріше не зацікавлений(а); 3 — важко сказати; 4 — скоріше зацікавлений(а); 5 — дуже зацікавлений(а).\*\*

**8. З якими групами Ви працювали / спостерігали роботу найчастіше?**

*(можна обрати кілька варіантів)*

- ветерани / військові
- діти з особливими потребами
- студенти з особливими потребами
- дорослі цивільні з інвалідністю, особи з травмами внаслідок війни / хронічними станами
- ВПО / люди з високим стресом і зниженням активності
- змішані групи
- інше: \_\_\_\_\_

**9. Що Ви реально робили під час практики / роботи / волонтерства?**

*(можна обрати кілька варіантів)*

- проводив(ла) частину занять під супервізією
- асистував(ла)
- проводив(ла) оцінювання / тестування
- допомагав(ла) з плануванням програми / домашніми завданнями
- переважно спостерігав(ла)

**10. Наскільки Ви погоджуєтесь з твердженням: «Під час мого практичного досвіду застосовувалися стандартизовані підходи (оцінка → цілі → план → переоцінка)».**

**Шкала:** 1 — зовсім не згоден(на); 2 — скоріше не згоден(на); 3 — важко сказати; 4 — скоріше згоден(на); 5 — повністю згоден(на).\*\*

**11. Оцініть, наскільки складними для Вас були такі аспекти під час практичного досвіду.**

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не складно	скоріше не складно	помірно складно	скоріше складно	дуже складно
11.1. Підібрати безпечне фізичне навантаження / адаптації						
11.2. Комунікація і мотивація						



11.3. Нестача обладнання / умов / безбар'єрності					
11.4. Нечіткість ролей у команді					
11.5. Пояснення цілей та очікуваних результатів клієнту / родині					

#### БЛОК 4. Освітні потреби

#### 12. Оцініть, наскільки ефективним для Вас був би кожен формат навчання АРА.

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не ефективний	скоріше не ефективний	важко сказати	скоріше ефективний	дуже ефективний
12.1. Практичні заняття з кейсами і демонстрацією адаптацій						
12.2. Симуляційні заняття / OSCE-станції						
12.3. Стажування у реабілітаційному центрі / адаптивному спорті						
12.4. Онлайн-курс / модулі з відео та тестами						
12.5. Майстер-класи від практиків						

#### 13. Оцініть, наскільки незрозумілими для Вас зараз є такі аспекти АРА.

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім незрозуміло	скоріше незрозуміло	частково зрозуміло	скоріше зрозуміло	повністю зрозуміло
13.1. Як оцінювати ризики і безпеку						
13.2. Як адаптувати вправи / навантаження під різні порушення						
13.3. Як формувати цілі і відстежувати прогрес						
13.4. Як комунікувати і мотивувати						
13.5. Де шукати програми / маршрути послуг АРА в Україні						



**14. Оцініть, наскільки кожен із наведених чинників допоміг би Вам відчутти впевненість перед першою практикою з АРА.**

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не допоміг би	скоріше не допоміг би	важко сказати	скоріше допоміг би	дуже допоміг би
14.1. Чіткі алгоритми / шаблони (оцінка – цілі – план – переоцінка)						
14.2. Супервізія / наставник						
14.3. Перелік типових адаптацій «що робити / чого не робити»						
14.4. Більше знань з безпеки / медичних ризиків						
14.5. Більше прикладів реальних кейсів						

### БЛОК 5. Погляд на стан АРА в Україні

**15. Як, на Вашу думку, змінилася потреба в АРА в Україні під час війни?**

**Шкала:** 1 — значно зменшилася; 2 — дещо зменшилася; 3 — не змінилася; 4 — дещо зросла; 5 — значно зросла.

**16. Оцініть, наскільки актуальним у воєнний час є кожен із наведених запитів.**

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не актуальний	скоріше не актуальний	помірно актуальний	скоріше актуальний	дуже актуальний
16.1. Відновлення після травм / ампутацій / поранень						
16.2. Підтримка функції та витривалості при хронічних станах / болю						
16.3. Психоемоційна стабілізація через рух						
16.4. Інклюзивні заняття для дітей						
14.5. Більше прикладів реальних кейсів						

**17. Як Ви оцінюєте системність АРА в Україні зараз?**

**Шкала:** 1 — майже відсутня як система; 2 — переважно несистемна; 3 — фрагментарна; 4 — переважно системна; 5 — достатньо системна.

**18. Чи знайомі Ви з МКФ (ICF) і чи використовували її в навчанні / практиці?**

- так, використовую / використовував(ла) системно
- знайомий(а), застосовував(ла) частково
- чув(ла), але не застосовував(ла)

- не знайомий(а)  
 важко відповісти

**19. Наскільки, на Вашу думку, важливо застосовувати МКФ у сфері АРА в Україні?**

**Шкала:** 1 — зовсім неважливо; 2 — скоріше неважливо; 3 — важко сказати;  
4 — скоріше важливо; 5 — дуже важливо.

**20. Оцініть, наскільки кожен із наведених чинників допоміг би Вам упевненіше обрати АРА як професійний напрям.**

Питання	Шкала, бали	1	2	3	4	5
		зовсім не допоміг би	скоріше не допоміг би	важко сказати	скоріше допоміг би	дуже допоміг би
20.1. Чіткі освітні програми						
20.2. Практика з реальними кейсами						
20.3. Наставництво						
20.4. Гарантії працевлаштування						
20.5. Розуміння власної ролі в системі						

**21. Наскільки Ви почуваєтесь готовими працювати з людьми з бойовими травмами або ПТСР?**

**Шкала:** 1 — зовсім не готовий(а); 2 — скоріше не готовий(а); 3 — важко сказати;  
4 — скоріше готовий(а); 5 — повністю готовий(а).\*\*

**22. Які зміни, на Вашу думку, необхідно впровадити для покращення доступу до АРА в Україні?**

---



---



---

**Згода на участь в опитуванні та обробку наданої інформації**

Заповнюючи цю анкету, я підтверджую, що ознайомився (лася) з метою дослідження та добровільно погоджуюся взяти участь в опитуванні.

Я поінформований(а), що:

- надані мною відповіді є анонімними;
- збір персональних даних, які дають змогу безпосередньо ідентифікувати особу, не здійснюється;
- інформація буде використана виключно в узагальненому та знеособленому вигляді для наукових і аналітичних цілей;
- отримані результати не матимуть жодних негативних наслідків для мене, не передаватимуться стороннім особам для використання проти моїх інтересів і не впливатимуть на отримання мною послуг, допомоги, навчання, працевлаштування чи соціальної підтримки;
- участь в опитуванні є добровільною, і я можу відмовитися від заповнення анкети на будь-якому етапі без будь-яких наслідків.

Підтверджую свою добровільну згоду на участь в опитуванні та обробку наданої мною анонімної інформації.

**Questionnaire for students**  
**'Adapted Physical Activity (APA) in Ukraine**  
**(awareness, training, experience)'**

**Dear higher education students,**

The National University of Ukraine on Physical Education and Sport is conducting a survey as part of the international Erasmus+ project 'COOL-APA' to determine awareness of, and the need for, adapted physical activity, as well as existing practical experience of participating in APA programmes.

Please select the answer that best reflects your opinion. If you would like to provide your own answer, please indicate it in the space provided.

The questionnaire is completely anonymous and no personal data will be collected. Confidentiality of information is guaranteed and the results of the study will not be transferred to third parties.

Thank you in advance for your help and for providing sincere answers to the questions in this survey.

**Age:** \_\_\_\_\_

**Gender:** \_\_\_\_\_

**BLOCK 1. Educational profile**

**1. What specialty / educational programme are you studying?**

- therapy and rehabilitation (physiotherapy)
- therapy and rehabilitation (occupational therapy)
- physical culture and sports
- pedagogy / special education (inclusion)
- social work / other related
- other: \_\_\_\_\_

**2. Indicate your course and educational level of study:**

- first (bachelor's) level of higher education
- second (master's) level of higher education
- third (postgraduate) level of higher education
- internship / postgraduate training
- other: \_\_\_\_\_



## BLOCK 2. Awareness and training in APA

### 3. Rate the extent to which you agree with the following statements.

Questions \ Scale, points	1 strongly disagree	2 somewhat disagree	3 difficult to answer	4 somewhat agree	5 strongly agree
3.1. I have a good understanding of adapted physical activity (APA)					
3.2. My academic programme pays sufficient attention to APA					
3.3. The academic programme I am studying expands my knowledge of APA					
3.4. I would like to receive more practical training in APA					
3.5. I am quite confident in the fundamentals of APA					

### 4. Are there any topics or modules related to APA or inclusive / adapted physical activity in your academic programme?

- yes, a separate course / discipline                       yes, separate topics in several disciplines  
 very superficially     no  
 difficult to answer

### 5. Which topics / modules related to APA are covered in your academic programme?

*(multiple choices are possible)*

#### Theoretical modules:

- basics of adapted physical activity  
 basics of ICF and psychological factors  
 body functions, motor development and assessment  
 professional environment, ethics and advocacy  
 means / forms / methods of working with persons with disabilities

#### Practical modules:

- sports, games and activities for war veterans  
 fitness programmes  
 recreational activities  
 rehabilitation programmes  
 other: \_\_\_\_\_

## BLOCK 3. Experience of interaction and practical training

### 6. Do you have experience of interacting with people who need adapted physical activity (through study / practice / volunteering / work)?

- yes, systematically

- yes, during practice / internship
- yes, occasionally
- no, almost none
- no, I do not have any

**7. How interested are you in gaining practical experience in APA under the supervision of experienced professionals?**

**Scale:** 1 – not interested at all; 2 – rather not interested; 3 – hard to say; 4 – rather interested; 5 – very interested.

**8. Which of the following groups did you work with or observe most often?**

*(multiple choices are possible)*

- veterans / military personnel
- children with special needs
- students with special needs
- adult civilians with disabilities, war injuries / chronic conditions
- IDPs / people with high stress and reduced physical activity
- mixed groups
- other: \_\_\_\_\_

**9. What did you actually do during your internship / work placement / volunteering experience?**

*(multiple choices are possible)*

- conducted supervised activities
- assisted
- conducted assessments / testing
- assisted with programme / homework planning
- mostly observed

**10. To what extent do you agree with the following statement: 'During my internship, standardised approaches were used (assessment → goals → plan → reassessment)'.**

**Scale:** 1 – strongly disagree; 2 – somewhat disagree; 3 – difficult to answer; 4 – somewhat agree; 5 – strongly agree.

**11. Rate how difficult the following aspects were for you during your practical experience.**

Scale, points	1 not difficult at all	2 rather not difficult	3 slightly difficult	4 rather difficult	5 very difficult
<b>Questions</b>					
11.1. Select a safe load / adaptations					
11.2. Communication and motivation					
11.3. Lack of equipment / conditions / accessibility					



11.4. Unclear team roles					
11.5. Explaining goals and expected results to clients / families					

#### BLOCK 4. Educational needs

#### 12. Indicate how effective each ARA training format would be for you.

Questions \ Scale, points	1 not effective at all	2 rather not effective	3 difficult to answer	4 rather effective	5 very effective
12.1. Practical classes with cases and demonstration of adaptations					
12.2. Simulation classes / OSCE stations					
12.3. Internship in a rehabilitation center / adapted sports					
12.4. Online course / modules with videos and tests					
12.5. Master classes from practitioners					

#### 13. Indicate how unclear you find the following aspects of the APA.

Questions \ Scale, points	1 completely unclear	2 rather unclear	3 partially understood	4 rather understood	5 completely understood
13.1. How to assess risks and ensure safety					
13.2. How to adapt exercises / loads for different disorders					
13.3. Setting goals and tracking progress					
13.4. Communication and motivation					
13.5. Where to find APA programmes / service routes in Ukraine					

#### 14. Indicate how much each of the following factors would contribute to your confidence before your first APA practice session.

Questions \ Scale, points	1 wouldn't help at all	2 would rather not help	3 difficult to answer	4 would rater help	5 would help a lot
14.1. Clear algorithms / templates (assessment – goals – plan – reassessment)					
14.2. Supervision / mentoring					
14.3. List of typical					

adaptations: 'what to do / what not to do'					
14.4. Gaining more knowledge of safety / medical risks					
14.5. More real-life case examples					

### BLOCK 5. A look at the state of the APA in Ukraine

#### 15. Rate how you think the need for APA in Ukraine has changed during the war.

**Scale:** 1 – significantly decreased; 2 – slightly decreased; 3 – unchanged; 4 – slightly increased; 5 – significantly increased.

#### 16. Rate the relevance of each of the following requests in wartime.

Questions \ Scale, points	1 not relevant at all	2 rather not relevant	3 slightly relevant	4 rather relevant	5 very relevant
16.1. Recovery from trauma / amputation / injury					
16.2. Maintaining function and endurance in chronic conditions / pain					
16.3. Psychoemotional stabilisation through movement					
16.4. Inclusive activities for children					
14.5. More real-life case examples					

#### 17. Rate the extent to which APA is systematic in Ukraine now.

**Scale:** 1 – almost absent as a system; 2 – mostly unsystematic; 3 – fragmentary; 4 – mostly systematic; 5 – fairly systematic.

#### 18. Are you familiar with the ICF, and have you used it in your training or practice?

- yes, I use / have used it systematically
- familiar with it, but only used it partially
- heard of it, but did not use it
- not familiar with it
- difficult to answer

#### 19. To what extent is it advisable, in your opinion, to use the ICF in the field of APA in Ukraine?

**Scale:** 1 – not advisable at all; 2 – rather not advisable; 3 – difficult to answer; 4 – rather advisable; 5 – very advisable.

**20. Rate how much each of the following factors would help you choose APA as a professional direction with more confidence.**

Questions \ Scale, points	1 wouldn't help at all	2 would rather not help	3 difficult to answer	4 would rather help	5 would help a lot
20.1. Clear educational programmes					
20.2. Practising with real cases					
20.3. Mentoring					
20.4. Employment guarantees					
20.5. Understanding one's own role in the system					

**21. How prepared do you feel for working with people who have experienced combat trauma or PTSD?**

**Scale:** 1 – not at all ready; 2 – rather not ready; 3 – difficult to answer; 4 – rather ready; 5 – completely ready.

**22. What changes, do you think, need to be implemented to improve access to APA in Ukraine?**

---



---



---



---

**Consent to participation in the survey and processing of the information provided**

By completing this questionnaire, I confirm that I understand the aim of the study and voluntarily agree to participate in the survey.

I am informed that:

- the answers I provide are anonymous;
- personal data that directly identifies a person are not collected;
- the information will be used exclusively in a generalised and depersonalised form for scientific and analytical purposes;
- the results obtained will not have any negative consequences for me, will not be transferred to third parties for use against my interests, and will not affect my receipt of services, assistance, training, employment, or social support;
- my participation is voluntary and that I can withdraw at any time before submitting the survey without facing any consequences.

**I confirm my voluntary consent to participate in the survey and to the processing of the anonymous information I provide.**