

ЗАТВЕРДЖУЮ



Директор

Науково-методичного центру  
професійно-технічної освіти у  
Харківській області

Тетяна РУСЛАНОВА

2026 року

## ПРОГРАМА КУРСІВ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ

**«Технології та дизайн адаптивного одягу: від інклюзивної ідеї до готового виробу»**

Категорія: педагогічні працівники закладів професійної освіти швейного напрямку

Розглянуто та схвалено на засіданні  
науково-методичної ради  
НМЦ ПТО у Харківській області  
(протокол від 02.03.2026 № 2)

## 1. Преамбула

Програму курсу категорія слухачів: педагогічні працівники закладів професійної освіти швейного напрямку (*далі* – Програма) розроблено відповідно до Законів України «Про освіту», «Про професійну освіту», а також внутрішніх нормативних документів НМЦ ПТО у Харківській області, що врегульовують питання освітнього процесу.

### Актуальність

Україна взяла курс на створення суспільства рівних можливостей (Національна стратегія безбар'єрності). ЗПО швейного профілю безпосередньо готують фахівців, які втілюватимуть цю стратегію в легкій промисловості. Через повномасштабну війну кількість людей (і військових, і цивільних), які потребують адаптивного одягу через поранення, протезування або обмежену мобільність, стрімко зростає. Ринок потребує професіоналів, які знають, як працювати з такими запитами. Навчальні програми підготовки фахівців швейного профілю не включають знання з ергономіки та технології адаптивного одягу. Студенти повинні мати можливість отримати професійні та загальні компетентності з виготовлення адаптивного одягу. Навчання через створення продукту для людей з особливими потребами формує у студентів емпатію та соціальну відповідальність — найважливіші загальні компетентності.

З огляду на це, вивчення технологій адаптивного одягу дозволяє виховати фахівця, який володіє професійними навичками та етичним розумінням людських потреб. А для цього необхідно щоб відповідні професійні компетентності мали педагогічні працівники ЗПО.

**Розробники програми:** Давидова Юлія Володимирівна, заступник директора НМЦ ПТО у Харківській області, Ткаченко Ніна Григорівна, методист НМЦ ПТО у Харківській області

## 2. Загальна характеристика

Назва програми	«Технології та дизайн адаптивного одягу: від інклюзивної ідеї до готового виробу»
Цільова група	педагогічні працівники закладів професійної освіти швейного напрямку
Форма навчання	дистанційна
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС (30 годин)
Тривалість та модель організації освітнього процесу	Навчальна програма може тривати від 1 до 2 тижнів із відповідним розподілом годин і кредитів ЄКТС
Перелік професійних компетентностей, на опанування / розвиток / удосконалення яких спрямовано програму	Конструкторська (розробка лекал адаптивного одягу); технологічна (опанування специфічних методів обробки адаптивного одягу); соціальна (розуміння психології споживача адаптивного одягу та його потреб у самовираженні)
Мета програми	<p>Удосконалення професійних компетентностей педагогів, формування у педагогічних працівників комплексної системи знань та практичних навичок щодо проектування та виготовлення спеціалізованого одягу, який відповідає потребам людей з інвалідністю, поранених військовослужбовців та осіб з тимчасовим обмеженням мобільності.</p> <p>Програма спрямована на вивчення специфіки конструювання виробів для статичних положень, засвоєння технологій обробки вузлів із використанням текстильних матеріалів та адаптивної фурнітури.</p> <p>Особливий акцент зроблено на підготовку педагогів до викладання теми «Адаптивний одяг» у ЗПО, впровадження принципів універсального дизайну в освітній процес, формування етичної складової у фахівців швейної галузі.</p>

<b>Очікувані результати навчання</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ самостійно розробляти навчальні програми з Технології адаптивного одягу, інтегрувати їх у предмети професійно-теоретичної і професійно-практичної підготовки студентів;</li> <li>▶ формувати для студентів реальні технічні завдання, засновані на потребах людей з втратою мобільності;</li> <li>▶ впроваджувати соціально значущі проекти в освітній процес;</li> <li>▶ розробляти сучасні засоби дидактичного супроводу.</li> </ul>
<b>Методи та форми проведення занять</b>	<p>Навчально-методичне забезпечення дистанційного курсу представлено такими компонентами:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дистанційний курс, який містить: лекції, лекції з елементами дискусії; презентації; текстові матеріали; тестові завдання; практичні завдання.</li> <li>2. Форми організації занять: лекції, практичні заняття, тренінги.</li> <li>3. Консультаційна підтримка, яка надається координаторами освітнього проекту.</li> </ol>
<b>Ресурсне забезпечення онлайн та дистанційного навчання</b>	Zoom, Google Classroom
<b>Оцінювання, підсумковий контроль</b>	<p>Оцінювання навчальних досягнень учасників курсу здійснюється за результатами виконання практичних завдань та тестів (зараховано/незараховано).</p> <p>Практичні завдання спрямовані на закріплення теоретичних знань та умінь, отриманих під час навчання.</p>

### 3. Навчальний план і програма

№ з/п	Зміст/тема	Лекція	Практичне завдання	Самостійна робота
1	Соціальне проектування в професійній освіті: інтеграція формування професійних компетентностей та громадянської відповідальності студентів швейного профілю в процесі виготовлення адаптивного одягу"	1		
2	Психологічні аспекти підготовки студентів до роботи з замовниками адаптивного одягу	1		
3	Основи та філософія адаптивного одягу	1		2
4	Матеріалознавство	2		3
5	Конструкторська адаптація та моделювання адаптивного одягу	1		5
6	Особливості технології обробки вузлів та збірки виробу адаптивного одягу	2		4
	Практична робота		6	
	Підсумковий семінар	2		
	Усього	10	6	14
	Разом	30	годин	1 кредит ЄКТС

#### *1. Соціальне проектування в професійній освіті: інтеграція формування професійних компетентностей та громадянської відповідальності студентів швейного профілю в процесі виготовлення адаптивного одягу*

Поняття соціального проектування. Роль соціального проектування в професійній освіті. Проектування рішень студентами ЗПО для реальних соціальних проблем (інклюзія, реабілітація, підтримка ветеранів), що підвищує мотивацію та практичну значущість навчання.

Актуальність зазначеного напряму в Україні: зростання попиту через наслідки війни; поєднання з волонтерством і державними програмами реабілітації.

Інтеграція професійних компетентностей та громадянської відповідальності.

Усвідомлення соціальної ролі професії/напрямку: внесок у суспільне добро, підтримка вразливих груп, патріотизм і гуманізм.

Компоненти: правова свідомість, етична відповідальність, готовність до волонтерства, активна громадянська позиція (згідно з Концепцією розвитку громадянської освіти в Україні).

Формування громадянської відповідальності через проектну діяльність: студенти відчувають реальний вплив своєї роботи на життя конкретних людей (ветеранів, людей з інвалідністю).

Механізми інтеграції. Проектно-орієнтоване навчання: студентські команди розробляють і реалізують міні-проекти з пошиття адаптивного одягу для конкретних отримувачів (госпіталі, центри реабілітації).

Етапи проекту: діагностика проблеми → постановка мети → планування → виготовлення → тестування з користувачами → презентація та оцінка соціального ефекту.

Методи: співпраця з партнерами (медичні заклади, громадські організації), рефлексія (щоденники, дискусії), оцінка за критеріями професійної майстерності та громадянського впливу.

Приклади реалізації. Інтеграція в робочі навчальні плани за професіями швейного профілю/розробка окремого курсу цільового призначення для дорослого населення.

Очікувані результати від упровадження модулю в освітній процес ЗПО. Для студентів: зростання професійної майстерності + формування цінностей громадянської відповідальності. Для суспільства: збільшення доступності адаптивного одягу, розвиток інклюзивної моди в Україні.

Соціальне проектування в професійній освіті як ефективний інструмент синергії професійних і громадянських компетентностей.

Виготовлення адаптивного одягу як акт соціальної солідарності, що формує у студентів відповідальність за суспільний добробут.

Інтеграція соціального проектування – шлях до підготовки свідомих громадян, здатних розвиватися і змінювати суспільство на краще.

## **2. Психологічні аспекти підготовки студентів до роботи з замовниками адаптивного одягу**

Особистість майстра. Людяність як фундамент професійної етики. Самоподача, ефект першого враження та передача приємного ставлення.

Практика: створення відеосамопрезентацій «Я — майстер адаптивного одягу».

Емпатія як основа комунікації та формування довіри за принципом «рівний – рівному». Емоційний інтелект у шитті адаптивного одягу. Компоненти емпатії та емоційного інтелекту. Емоційний інтелект у процесі конструювання та примірки адаптивного одягу. Техніки активного слухання та віддзеркалення.

Практика: рольові ігри та симуляція консультацій у Zoom.

Бар'єри та подолання страху перед травмою. Нормалізація дизайном. Психологічні бар'єри та страх перед травмою клієнта. Причини страху та способи їх подолання. Нормалізація дизайном як інструмент відновлення гідності та відчуття «нормальності».

Практика: рефлексія власних бар'єрів та розробка дизайн-рішень для нормалізації.

Комунікативний інструмент майстра: етика слова, погляду, дотику. Етика слова (коректна термінологія). Етика погляду в онлайн- і офлайн-спілкуванні. Етика професійного дотику та її імітація онлайн.

Практика: симуляція повних консультацій з замовником адаптивного одягу.

Запобігання професійному вигоранню та збереження ресурсу майстра. Ознаки професійного вигорання в роботі з адаптивним одягом. Техніки саморегуляції та відновлення ресурсу.

Практика: складання індивідуального плану збереження психологічного ресурсу на період проекту.

### **3. Основи та філософія адаптивного одягу**

Поняття адаптивного одягу: визначення, відмінність від спеціального та медичного одягу. Універсальний дизайн та інклюзивний дизайн: спільні риси та ключові відмінності в підходах до проектування.

Філософія універсального та інклюзивного дизайну як синтезу дизайну та соціальних потреб. 7 принципів універсального дизайну: рівність, гнучкість, простота, доступність, стійкість, низькі зусилля, простір для доступу.

Історія розвитку адаптивного одягу: від військової госпітальної форми до сучасних подіумних колекцій. Соціокультурний контекст: як змінювалося ставлення суспільства до потреб людей з інвалідністю через моду.

Класифікація адаптивних потреб: особливості одягу для осіб із порушеннями мобільності (візки, протези), дрібної моторики (тремор, артрит) та сенсорними порушеннями.

Роль одягу в соціалізації: адаптивний дизайн як інструмент відновлення гідності та незалежності особистості. Класифікація адаптивного одягу за призначенням: лікарняний, реабілітаційний та постреабілітаційний (повсякденний та святковий).

Вітчизняні та закордонні бренди адаптивного одягу.

Вправа «3-2-1».

### **4. Матеріалознавство**

Вибір матеріалів для адаптивного одягу. Основні функції адаптивного одягу. Основні властивості матеріалів для адаптивного одягу. Класифікація матеріалів: конструкційні та функціональні матеріали (текстиль), елементи адаптації та фурнітура (технічні засоби).

Характеристика текстильних матеріалів: адаптивний футер, денім-стрейч, інтерлок, біфлекс, Cordura (легкі варіанти), Rip-stop з бавовною. Технологічні сумішеві тканини: тканини з тефлоновим покриттям (DWR), 3D сітка, підкладкові тканини. Інноваційні текстильні матеріали: терморегулюючі матеріали (PCM), спеціалізована пряжа (пряжа Jade Cool Yarn, порожнисті волокна). Розумні технології: вбудовані сенсори, нанотехнології, безшовна технологія.

Елементи адаптації та фурнітура (технічні засоби). Різновиди швейної фурнітури для адаптивного одягу. Класифікація засобів з'єднання: магнітні системи, текстильні застібки (Velcro), спеціальні блискавки з кільцями-пулерами. Техніка безпеки: протипоказання використання магнітної фурнітури для людей із кардіостимуляторами. Маскування фурнітури для збереження естетичного вигляду виробу (магніти під декоративними гудзиками). Колір в адаптивному одязі. Підбір фурнітури до одягу.

Вправа Формування конфекційної карти матеріалів для адаптивного комплекту.

\*Вправа: Систематизація фурнітури за зонами розміщення та способом маніпуляції.

### **5. Конструкторська адаптація та моделювання адаптивного одягу**

Особливості зняття мірок. Специфіка зняття мірок у положенні сидячи (зміна довжини спинки, обхвату стегон, вигину ліктя). Поняття «технологічних надбавок» на вільне облягання з урахуванням протезів та технічних засобів реабілітації (ТЗР).

Адаптація базових конструкцій плечових виробів з урахуванням потреб різних користувачів.. Корекція спинки та пілочки: зміна лінії плеча та бічної лінії, моделювання поглибленої пройми для вільного керування кріслом колісним. Трансформація рукава як найбільш функціонального під конкретну інклюзивну потребу (на блискавках/магнітах).

Конструктивна специфіка поясних виробів (для положення сидячи). Особливості проектування штанів для сидячої пози: перерозподіл висоти сидіння (заниження спереду, завищення ззаду), усунення зайвих заломів у паховій зоні, відсутність тиснучих швів. Моделювання поясів: еластичні вставки, що не тиснуть на черевну порожнину. Системи регулювання об'єму (липучки, кнопки).

Моделювання вузлів доступу та трансформації. Адаптація застібок у конструкції з урахуванням потреб різних користувачів.

Вправа за вибором: Моделювання базової основи плечового та поясного виробу під конкретну інклюзивну потребу.

## **6. Особливості технології обробки вузлів та збірки виробу адаптивного одягу**

Специфіка обробки з'єднувальних та крайових швів. Технологія «Плоского шва»: застосування білизняних (запошивальних) швів для мінімізації тертя, використання окантування зрізів м'якими трикотажними стрічками.

Шви в зонах підвищеного тиску: особливості обробки сидіння та крокових швів (усунення грубих перетинів), використання еластичних ниток для збереження динаміки шва.

Обробка адаптивних систем застібання. Обробка магнітних планок: створення внутрішніх «кишень» для фіксації неодимових магнітів, герметизації магнітів (захист від вологи при пранні), імітація класичної застібки (пришивання гудзиків-дублерів).

Встановлення блискавок у нестандартних зонах. Технологія вшивання довгих бічних блискавок у штани/рукави. Обробка внутрішнього захисного клапана (планки), що закриває зубці блискавки від контакту зі шкірою.

Робота з контактною стрічкою (Velcro). Способи настроювання. Закруглення кутів липучки для запобігання подразненню шкіри.

*Особливості технології обробки функціональних вузлів.*

Технологія обробки адаптивних манжет та горловин. Особливості обробки манжетів з еластичними вставками. Обробка плечових швів на кнопках або з використанням контактної стрічки (Velcro).

Кишені в адаптивному одязі. Технологія перенесення та закріплення кишень на передній частині стегна. Обробка входів у кишені еластичною тасьмою для легкого доступу без зусиль.

Посилення вузлів навантаження. Встановлення текстильних петель для підтягування одягу.

Внутрішня архітектура та виворіт виробу. Приховування технологічних елементів. Маркування та ідентифікація. Безшовне нанесення етикеток (термодрук) для уникнення подразнень. Кольорове маркування внутрішніх зрізів для полегшення орієнтації «ліво/право», «перед/зад».

Остаточна обробка та контроль якості. Волого-теплова обробка (ВТО). Температурні режими для виробів з магнітною фурнітурою та пластиковими деталями. Перевірка надійності закріплення адаптивних елементів при багаторазовому циклі «відкриття/закриття».

Огляд технологічного обладнання, що використовується при виготовленні адаптивного одягу.

Технологічні карти обробки вузлів адаптивного одягу.

Самостійна робота: розробити технологічні карти обробки вузлів адаптивного одягу.

**Майстер клас з обробки вузлів адаптивного одягу.**

**Практична робота:**

- пошиття адаптивного виробу: госпітальної футболки, що повністю рознімається, або адаптивних штанів тощо;
- контроль якості: перевірка надійності фурнітури та відсутності «точок подразнення».
- презентація проекту: обґрунтування інклюзивної ідеї та її реалізації

Завдання педагогам: Розробити та завантажити в Google Classroom Навчальний модуль (на 24-30 годин) для свого закладу освіти, що включає:

1. Пояснювальну записку (навіщо це вашим студентам).
2. Зміст тем (теорія + практика).
3. Один розроблений план-конспект уроку з використанням емпатії.

**Підсумковий семінар**

Розглянути: як змінилося у педагогів сприйняття одягу за час курсу (від медичної моделі до соціальної), як інтегрувати тему адаптивного одягу в існуючі плани.

Демонстрація найкращих технологічних вузлів та конфекційних карт, розроблених педагогами під час навчання.

Презентація Навчального модуль (на 24-30 годин) для свого закладу професійної освіти.

## Рекомендована література та інформаційні ресурси для опрацювання

1.	Про освіту: Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19">https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19</a> (дата звернення: 04.03.2026).
2.	ДСТУ ISO 21801-1:2022 (ISO 21801-1:2020, IDT). Когнітивна доступність. Частина 1. Загальні положення. Київ : ДП «УкрНДНЦ», 2022. 24 с.
3.	Березненко М. П., Пашкевич К. О. Проектування інклюзивного середовища: текстиль та одяг. Київ : Світ знань, 2021. 145 с.
4.	Головня А. В., Колосніченко М. В. Проектування ергономічного одягу для людей з особливими потребами : монографія. Київ : КНУТД, 2018. 190 с.
5.	Славінська А. Л. Проектування адаптивного одягу для людей з особливими потребами: монографія. Хмельницький : ХНУ, 2021. 210 с.
6.	Кущевський М. О. Ергономіка у дизайні одягу : навч. посіб. Київ : Каравела, 2019. 216 с.
7.	Кущевський М. О., Сиротенко О. П. Технологічні вузли інклюзивного вбрання: ергономіка та функціональність. <i>Вісник Київського національного університету технологій та дизайну</i> . 2023. № 4 (152). С. 45–58.
8.	Пашкевич К. О. Проектування одягу : навч. посіб. Київ : КНУТД, 2019. 192 с.
9.	Швець Г. С. Матеріалознавство швейного виробництва : підручник. Львів: Світ, 2020. 312 с.
10.	Дизайн-проектування адаптивного одягу для ветеранів з ампутаціями : методичні рекомендації / уклад. О. В. Васильєва. Львів : Вид-во ЛНАМ, 2024. 48 с.
11.	Універсальний дизайн: посібник / Ірина Виртосу, Тетяна Печончик ; за заг. ред. О. В. Байди. ПРООН в Україні. URL: <a href="https://www.ua.undp.org/content/ukraine/uk/home/library/democratic_governance/universal-design-guide.html">https://www.ua.undp.org/content/ukraine/uk/home/library/democratic_governance/universal-design-guide.html</a> .
12.	Adaptive Clothing Design Principles. <i>Vogue Business</i> . 2024. URL: <a href="https://www.voguebusiness.com/fashion/adaptive-fashion-market-growth">https://www.voguebusiness.com/fashion/adaptive-fashion-market-growth</a> (дата звернення: 04.03.2026).
13.	Офіційний сайт ГО «Безбар'єрність». URL: <a href="https://bf.in.ua/">https://bf.in.ua/</a> (дата звернення: 04.03.2026).

### Розробники:

Заступник директора НМЦ ПТО  
у Харківській області



Юлія ДАВИДОВА

Методист НМЦ ПТО  
у Харківській області



Ніна ТКАЧЕНКО