

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»

Циклова комісія фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

«_____» 2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

для студентів

спеціальності

014 Середня освіта

освітньо-професійної програми

Фізична культура

освітньо-професійного ступеня

фаховий молодший бакалавр

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02136554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти

Програма № 1253

Р.Жильцов
(підпис) (прізвище, ім'я)

« _____ » 20 23 р.

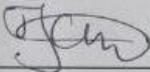
Київ-2023

Розробник: Колоскова Н.О. викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум»

Викладач: Колоскова Н.О. викладач циклової комісії фізичного виховання Фахового коледжу «Універсум»

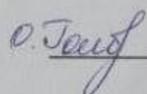
Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання

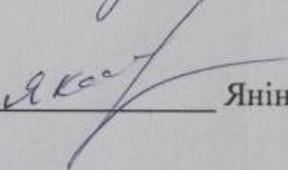
Протокол від «31» 08 2022 р. № 1

Голова циклової комісії  Надія КОЛОСКОВА

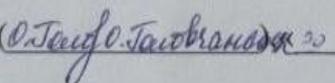
Робочу програму перевірено
« » _____ 2022 р.

Заступник директор з навчально-методичної роботи

 Оксана ГОЛОВЧАНСЬКА

Заступник директор з навчальної роботи  Яніна КАРЛІНСЬКА

Пролонговано:

на 2022/2024 н.р. ( 20 » серпень 2023 р., протокол № 1

на 20__/20__ н.р. (____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

на 20__/20__ н.р. (____), «__» _____ 20__ р., протокол № __

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма навчання	
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	4 /120	
Курс	3	
Семестр	5	6
Кількість змістових модулів з розподілом:	2	2
Обсяг кредитів	2	2
Обсяг годин, в тому числі:	60	60
Аудиторні	28	28
Модульний контроль	4	4
Семестровий контроль	14	16
Самостійна робота	14	12
Форма семестрового контролю	екзамен	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу – формування фахових компетентностей майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, засвоєння теоретичних положень про механізми лікувальної дії фізичних вправ, масажу, засобів фізіотерапії; застосування засобів та форм лікувальної фізичної культури, масажу, засобів фізіотерапії для профілактики та повного відновлення здоров'я і працездатності учнів та спортсменів.

Завданнями дисципліни є:

- формування у студентів здатності вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- формування у студентів здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях;
- формування у студентів здатності застосувати знання про найбільш поширені захворювання людини на сучасному етапі, основні клінічні симптоми захворювань, пошкоджень і травм;
- формування у студентів здатності визначати показання і протипоказання до застосування засобів фізичної реабілітації ;
- формування у студентів здатності добирати комплекси вправ лікувальної фізичної культури, добирати комплекси відновлювальних засобів, оволодіти основними прийомами масажу ;
- формування у студентів здатності використовувати методи контролю за

ефективністю використання засобів фізичної реабілітації.

Дисципліна «Фізична реабілітація», як обов'язкова компонента освітньої програми, забезпечує оволодіння студентами загальними та фаховими компетентностями і досягнення ними програмних результатів навчання за відповідною освітньо-професійною програмою: «Середня освіта (Фізична культура)»

Номер в освітній програмі	Зміст компетентності	Номер теми, що розкриває зміст компетентності
Фахові компетентності за освітньою програмою		
ФК-1	Здатність застосовувати знання щодо принципів, засобів та методів фізичного виховання, основ навчання рухових дій та методики розвитку рухових якостей.	1 - 17
ФК-13	Здатність працювати самостійно та в групі, уміння отримати результат у рамках визначеного часу.	1 - 17
ФК-16	Здатність до безперервного професійного розвитку.	
Програмні результати навчання за освітньою програмою		
ПРН-4	Володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок .	1 - 17
ПРН-6	Обґрунтовує вибір заходів з фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання.	1 - 17
ПРН-7	Аналізує процеси становлення фізичного виховання та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху на міжнародному та національному рівнях.	1 - 17
ПРН-8	Застосовує у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.	1 - 17
ПРН-14	Аргументує управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; має навички лідерства.	1 - 17

3. Результати навчання за дисципліною

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні набути наступних компетентностей:

- випускник демонструє здатність застосувати знання про найбільш поширенні захворювання людини на сучасному етапі, основні клінічні симптоми захворювань, пошкоджень і травм;
- випускник демонструє здатність визначати показання і протипоказання до застосування засобів фізичної реабілітації;
- випускник демонструє здатність добирати комплекси відновлювальних засобів;
- випускник демонструє здатність добирати комплекси вправ лікувальної фізичної культури;
- випускник демонструє здатність виконувати основні прийоми класичного масажу;
- випускник демонструє здатність використовувати методи контролю за ефективністю використання засобів фізичної реабілітації.
- випускник демонструє знання та розуміння сутності принципів, методів, видів та засобів фізичної реабілітації;

4. Структура навчальної дисципліни

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. Застосування фізіотерапії, механотерапії та працетерапії у фізичній реабілітації							
Тема 1. Історія розвитку реабілітації як науки. Види реабілітації. Мета, завдання і принципи застосування фізичної реабілітації. Періоди та етапи фізичної реабілітації	6	2	2				2
Тема 2. Засоби фізичної реабілітації. Поєднання лікувальної фізичної культури з іншими засобами фізичної реабілітації	4	2					2
Тема 3. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у фізичній реабілітації.	4	2	2				
Тема 4. Застосування механотерапії у фізичній реабілітації. Застосування працетерапії у фізичній реабілітації	7	2	2				3
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем 1	23	8	6				7
Змістовий модуль 2. Лікувальний масаж як засіб фізичної реабілітації							
Тема 5. Історія розвитку масажу. Види масажу	2	2					
Тема 6. Вплив масажу на організм людини. Механізми лікувальної дії масажу	2	2					
Тема 7. Основні прийоми класичного масажу	7	2		2			3
Тема 8. Техніка масажу окремих частин тіла	6			2			4
Тема 9. Методика використання масажу при різних захворюваннях	2			2			
Тема 10. Методика використання спортивного масажу	2			2			
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем 2	23	6		8			7
Змістовий модуль 3. Застосування лікувальної фізичної культури у фізичній реабілітації							
Тема 11. Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи застосування лікувальної фізкультури. Засоби та форми лікувальної фізкультури	5	2					3
Тема 12. Механізми лікувальної дії фізичних вправ	4	2	2				

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Тема 13. Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК	7	2	2				3
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем 3	18	6	4				6
Змістовий модуль 4. Застосування лікувальної фізичної культури при різних захворюваннях							
Тема 18. Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи . Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання	9	2		4			3
Тема 20. Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин	6	2		4			
Тема 21. Лікувальна фізкультура при захворюваннях та порушеннях опорно-рухової та нервової системи Застосування ЛФК у спортивній травматології	9	2		4			3
Модульний контроль	2						
Разом за змістовим модулем 4	26	6		12			6
Підготовка та проходження контрольних заходів	30						
Всього за дисципліною *з урахуванням МКР 8 год	120	26	10	20			26

5. Програма навчальної дисципліни

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗІОТЕРАПІЇ, МЕХАНОТЕРАПІЇ ТА ПРАЦЕТЕРАПІЇ У ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Тема 1. Історія розвитку реабілітації як науки. Види реабілітації. Мета, завдання і принципи застосування фізичної реабілітації. Періоди та етапи фізичної реабілітації.

Основні питання/ключові слова: історія реабілітації, види реабілітації, мета, завдання, принципи, періоди та етапи реабілітації, лікарняний, післялікарняний періоди, стаціонарний, поліклінічний, санаторний, диспансерний етапи.

Рекомендовані літературні джерела:

1. Ерготерапія / Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Афанасьєва О.С. -Підручник. - Дніпро: Журфонд, 2019. - 374с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Федорів Я-Р.М., Філіпюк А.Л., Грицько Р.Ю. Загальна фізіотерапія. – К.: Здоров'я, 2004. – 224с.

Тема 2. Засоби фізичної реабілітації. Поєднання лікувальної фізичної культури з іншими засобами спортивної реабілітації.

Основні питання/ключові слова: засоби реабілітації, поєднання засобів, лікувальна фізична культура, масаж, фізіотерапія, механотерапія, працетерапія та інші засоби реабілітації.

Рекомендовані літературні джерела:

1. Ерготерапія / Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Афанасьєва О.С. -Підручник. - Дніпро: Журфонд, 2019. - 374с.
2. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
4. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Федорів Я-Р.М., Філіпюк А.Л., Грицько Р.Ю. Загальна фізіотерапія. – К.: Здоров'я, 2004. – 224с.

Тема 3. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у фізичній реабілітації.

Основні питання/ключові слова: механізми лікувальної дії фізичних чинників, класифікація лікувальних фізичних чинників, електрофорез, дарсонвалізація, мікрохвильова терапія, УВЧ-терапія, індуктотермія, магнітотерапія, інфрачервоні і видимі промені, геліотерапія, спелеотерапія, гідротерапія, бальнеотерапія, грязелікування, кліматотерапія.

Рекомендовані літературні джерела:

1. Ерготерапія / Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Афанасьєва О.С. -Підручник. - Дніпро: Журфонд, 2019. - 374с.
2. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
4. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Федорів Я-Р.М., Філіпюк А.Л., Грицько Р.Ю. Загальна фізіотерапія. – К.: Здоров'я, 2004. – 224с.

Тема 4. Застосування механотерапії у фізичній реабілітації. Застосування працетерапії у фізичній реабілітації.

Основні питання/ключові слова: фізичні вправи, за допомогою спеціальних апаратів, показання, протипоказання, апарати маятникового типу, апарати блокового типу, тренажери різних конструкцій. Працетерапія, лікування працею, трудові рухи, трудові процеси, загальнозміцнююча, відновна, професійна – види працетерапії, трудові режими.

Рекомендована література:

1. Ерготерапія / Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Афанасьєва О.С. -Підручник. - Дніпро: Журфонд, 2019. - 374с.
2. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
4. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Федорів Я-Р.М., Філіпюк А.Л., Грицько Р.Ю. Загальна фізіотерапія. – К.: Здоров'я, 2004. – 224с.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II

ЛІКУВАЛЬНИЙ МАСАЖ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Тема 5. Історія розвитку масажу. Види масажу.

Основні питання/ключові слова: історія масажу, Давній Китай, Давня Індія, Давній Єгипет, Давня Греція, Давній Рим, Давня Русь. Східна система масажу, шведська система масажу, види масажу: спортивний, лікувальний, гігієнічний, косметичний.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 6. Вплив масажу на організм людини. Механізми лікувальної дії масажу.

Основні питання/ключові слова: вплив масажу на: шкіру, суглоби, зв'язки, сухожилки, м'язи, кровоносну та лімфатичну системи, дихальну систему, нервову систему, нервово-рефлекторний механізм, гуморальний механізм, механічна дія масажу, механізм дії масажу на обмін речовин, на функціональний стан організму.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 7. Основні прийоми класичного масажу.

Основні питання/ключові слова: погладження, розтирання, розминання, вібрація, площинне, поверхнєве, глибоке, безперервне, уривчасте. Вижимання, валяння, накочування, зміщення, розтягування, струшування, поплескування, постукування, пиляння, штрихування, перетинання.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 8. Техніка масажу окремих частин тіла.

Основні питання/ключові слова: масаж голови, обличчя, шиї, комірцевої зони, верхньої кінцівки, кисті. Масаж грудної клітини, черевної стінки, спини, масаж нижньої кінцівки, стопи.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 9. Методика використання масажу при різних захворюваннях.

Основні питання/ключові слова: масаж при захворюваннях серцево-судинної та дихальної систем, масаж при захворюваннях органів травлення та нервової системи, масаж при травмах.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 10. Методика використання спортивного масажу.

Основні питання/ключові слова: тренувальний, попередній, відновний, спортивні травми.

Рекомендована література:

1. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III

ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Тема 11. Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи застосування лікувальної фізкультури. Засоби та форми лікувальної фізкультури.

Основні питання/ключові слова: історія ЛФК, мета, завдання, принципи, засоби, форми ЛФК.

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 12. Механізми лікувальної дії фізичних вправ.

Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.

Основні питання/ключові слова: тонізуюча дія фізичних вправ, трофічна дія фізичних вправ, формування компенсацій, нормалізація функцій.

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.

3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 13. Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.

Основні питання/ключові слова: періоди ЛФК: лікарняний, післялікарняний, рухові режими: постільний, напівпостільний, палатний, вільний, щадний, щадно-тренуючий, тренуючий

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

**ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ ІV
ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ПРИ РІЗНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ**

Тема 15. Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи. Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання.

Основні питання/ключові слова: недостатність кровообігу, інфаркт міокарда, ішемічна хвороба серця, гіпертонічна та гіпотонічна хвороби, стенокардія, ревматизм, вади серця. Форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах. Дихальна недостатність, пневмонія, плеврит, бронхіт, бронхіальна астма, емфізема легень, туберкульоз легень. Форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред.

4. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 16. Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.

Основні питання/ключові слова: гастрит, виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки, холецистит, спланхноптоз, ожиріння, цукровий діабет. Форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред.
4. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

Тема 17. Лікувальна фізкультура при захворюваннях та порушеннях опорно-рухової та нервової систем. Застосування ЛФК у спортивній травматології.

Основні питання/ключові слова: порушення постави у школярів, форми та засоби ЛФК, лікувальна фізична культура при захворюваннях і травмах нервової системи, форми та засоби ЛФК, лікувальна фізична культура у травматології та хірургії, форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

Рекомендована література:

1. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
2. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., переробл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред.
4. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
5. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів	Семестр 1		Семестр 2	
		Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	7	7	6	6
Відвідування семінарських	1	3	3	2	2
Відвідування практичних занять	1	4	4	6	6
Робота на семінарському занятті	10	3	30	2	20
Робота на практичному занятті	10	4	40	6	60
Виконання завдань для самостійної роботи	5	5	25	4	20
Виконання модульної роботи	25	2	50	2	50
Разом		-	159	-	164
Максимальна кількість балів : 323					
Розрахунок коефіцієнта : $323 / 60 = 5,38$ екзамен = 40 балів					

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

Завдання для самостійної роботи студентів мають таку структуру:

1. Опрацювання змісту тем за літературою.
2. Виконання завдання оцінюється в 5 балів.
3. Форма подання результатів виконаного завдання: документ MS Word.

Тематика завдань для самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Мета, завдання і принципи застосування спортивної реабілітації. Періоди та етапи спортивної реабілітації	2
2	Засоби спортивної реабілітації	2
3	Застосування працетерапії у спортивній реабілітації	3
4	Вплив масажу на функціональні системи організму людини.	3
5	Застосування масаж для профілактики і реабілітації професійних травм в обраному виді спорту.	4
6	Історія розвитку лікувальної фізичної культури у Стародавньому Китаї та Індії.	3
7	Рухові режими. Поєднання засобів ЛФК.	3

8	Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання у відповідності до діагнозу (скласти комплекс вправ)	3
9	Застосування ЛФК при порушеннях постави у школярів (скласти комплекс вправ)	3

Критерії оцінювання:

Кількість балів	Оцінка
5	позначена проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему, виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності, під час аналізу зроблені самостійні висновки; тема розкрита повністю
4	проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно
3	не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу
2	є неточності у викладі матеріалу, відсутні логічна послідовність у судженнях, є недоліки в оформленні
1	тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті роботи

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Модульний контроль проводиться за допомогою тестування. Оцінка розраховується відповідно до кількості правильних відповідей на питання тесту.

Критерії оцінювання:

Відсоток правильних відповідей	Оцінка
100%	Відмінно
90%	Дуже добре
80%	Добре
70%	Задовільно
60%	Достатньо
59% і менше	Незадовільно

6.4. Шкала відповідності оцінок.

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
A	90-100 балів	Відмінно — відмінний рівень знань (умінь) у межах обов'язкового матеріалу з, можливими, незначними недоліками

B	82-89 балів	Дуже добре — достатньо високий рівень знань (умінь) у межах обов'язкового матеріалу без суттєвих грубих помилок
C	75-81 балів	Добре — в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно — посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо — мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
FX	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання — незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу — досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

6.5. Форми проведення екзамену та критерії оцінювання

Форма контролю — екзамен.

Умови допуску — 35 і більше балів.

Форма проведення – тестові запитання. Екзамен складається з тестових запитань.

Виконання тестових завдань – 40 балів (1 бал за кожен правильну відповідь)

Всього 40 питань по 1 балу.

Орієнтовний перелік тем/питань:

1. Історія розвитку реабілітації як науки. Види реабілітації.
2. Періоди та етапи спортивної реабілітації. Завдання, мета і принципи застосування спортивної реабілітації.
3. Засоби спортивної реабілітації. Поєднання лікувальної фізичної культури з іншими засобами спортивної реабілітації.
4. Класифікація фізіотерапевтичних чинників. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації.
5. Значення застосування механотерапії та працетерапії у спортивній реабілітації.
6. Ерготерапія – сучасний комплекс реабілітаційних заходів.

7. Історія розвитку масажу. Види масажу.
8. Використання сучасних видів масажу у спортивній реабілітації.
9. Вплив масажу на організм людини. Механізми лікувальної дії лікувального масажу.
10. Основні прийоми класичного масажу.
11. Методика використання класичного масажу.
12. Методика використання масажу при різних захворюваннях.
13. Історія розвитку лікувальної фізичної культури.
14. Завдання, мета і принципи застосування лікувальної фізкультури.
15. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби та форми лікувальної фізкультури.
16. Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими.
17. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.
18. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи.
19. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях обміну речовин.
20. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях дихальної системи.
21. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях нервової системи.
22. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації у травматології.
23. Профілактичні заходи серед дітей шкільного віку для профілактики дефектів постави.
24. Профілактичні заходи серед дітей шкільного віку для профілактики плоскостопості.
25. Застосування ЛФК при ушкодженнях м'яких тканин.
26. Застосування ЛФК при ушкодженнях суглобів.
27. Застосування ЛФК при розтягненні зв'язок.
28. Застосування засобів фізичної реабілітації при травмах опорно-рухового апарату у спорті.
29. Застосування засобів фізичної реабілітації для відновлення спортивної працездатності.
30. Загальні поняття про відновлення спортивної працездатності у санаторно-курортних умовах.

7. Навчально-методична карта дисципліни «Фізична реабілітація»

Разом: 120 год, лекції –26 год., семінарські заняття – 10 год., практичні заняття – 20 год., модульний контроль – 8 год., самостійна робота – 26 год. семестровий контроль – 30 год.

Модулі	Змістовий модуль 1				Змістовий модуль 2			Змістовий модуль 3			Змістовий модуль 4		
Назва модуля	Застосування фізіотерапії, механотерапії та працетерапії у фізичній реабілітації				Лікувальний масаж як засіб фізичної реабілітації			Застосування лікувальної фізичної культури у спортивній реабілітації			Застосування лікувальної фізичної культури при різних захворюваннях		
Кількість балів за курс	323												
Лекції	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Теми лекцій	<p>Історія розвитку реабілітації як науки. Види реабілітації. Мета, завдання і принципи застосування спортивної реабілітації. Періоди та етапи спортивної реабілітації</p> <p>Засоби спортивної реабілітації. Посадження лікувальної фізичної культури з іншими засобами спортивної реабілітації</p> <p>Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації.</p> <p>Застосування механотерапії у спортивній реабілітації. Застосування працетерапії у спортивній реабілітації</p> <p>Історія розвитку масажу. Види масажу</p> <p>Вплив масажу на організм людини. Механізми лікувальної дії масажу</p> <p>Основні прийоми класичного масажу</p> <p>Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи. Застосування лікувальної фізкультури. Засоби та форми лікувальної фізкультури</p> <p>Механізми лікувальної дії фізичних вправ.</p> <p>Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.</p> <p>Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи . Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання</p> <p>Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.</p> <p>Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.</p>												
Відвідування	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Теми семінарських занять	<p>Види реабілітації. Мета, завдання і принципи застосування спортивної реабілітації. Періоди та етапи спортивної реабілітації</p> <p>Засоби спортивної реабілітації. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації. Посадження лікувальної фізичної культури з іншими засобами спортивної реабілітації.</p> <p>Застосування механотерапії у спортивній реабілітації. Застосування працетерапії у спортивній реабілітації</p> <p>Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи. Застосування лікувальної фізкультури. Засоби та форми лікувальної фізкультури. Механізми лікувальної дії фізичних вправ.</p> <p>Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.</p>												

Робота на семінарі + відвідування	10+1	10+1	10+1					10+1	10+1	10+1			
Теми практичних занять				Основні прийоми класичного масажу	Техніка масажу окремих частин тіла	Методика використання масажу при різних захворюваннях	Методика використання спортивного масажу				Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи . Застосування ЛФК при	Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.	Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.
Робота на практич. зан.+ відвідування				10+1	10+1	10+1	10+1				10+1 10+1	10+1 10+1	10+1 10+1
Самостійна робота	9x5												
Види поточного контролю	Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)				Модульна контрольна робота (25 балів)			Модульна контрольна робота (25 балів)		
ПК	Екзамен (40 балів)												

8. Рекомендовані джерела

Основна:

1. Вакуленко Л.О. та ін. Лікувальний масаж. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2005. – 448с.
2. Вовканич А. С. Вступ до фізичної реабілітації : навч. посіб. / А. С. Вовканич. – Львів: ЛДУФК, 2013. – 184 с.
3. Ерготерапія / Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Афанасьєва О.С.- Підручник. – Дніпро: Журфонд, 2019. – 374с.
4. Лікувально-реабілітаційний масаж: навчальний посібник / Д. В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г.В. Прилуцька. – Київ: ВСВ «Медицина», 2020. – 568с.
5. Лікувальна фізична культура: Підручник / В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.Г. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с.
6. Мурза В.П. Фізична реабілітація. Начальний посібник. – Київ: Олан, 2004. – 559с.
7. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін. – 3-тє вид., перетобл. та доповн. – Київ: Олімпійська література, 2010. – 488с.
8. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.
9. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.
10. Федорів Я-Р.М., Філіпюк А.Л., Грицько Р.Ю. Загальна фізіотерапія. – К.: Здоров`я, 2004. – 224с.
11. Шаповалова В.А. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. посібник / В.А. Шаповалова, В.М. Коршак, В.М. Халтагорова та ін. – Київ : Медицина, 2008. – 248с.

Додаткова:

1. Анатомія людини: підручник/ Кривко Ю.Я., Черкасов В.Г., Кравчук С.Ю. та ін. ; за ред. проф. Кривка Ю.Я., проф. Черкасова В.Г. – Вінниця: Нова Книга, 2020. – 448с.
2. Уилмор Дж. Х., Костила Д. Л. Фізіологія спорту та рухової активності. Пер. з англ. К.: Олімпійська література, 2007. – 504с.

Прості:

Лікувальна фізична культура потенціює дію лікарських засобів?
Виберіть одну відповідь:

- Правильно
- Неправильно

Середні:

Що з перерахованого є критерієм дозування фізичних вправ у ЛФК?
Виберіть одну відповідь:

- а. рухові режими
- б. засоби ЛФК
- с. форми ЛФК
- d. вихідні положення

Складні:

Встановіть послідовність проведення окремих вправ процедури лікувальної гімнастики:

- | | | | |
|---|-------------|---|---|
| 6 | Відповідь 1 | під рахунок виконувати вправу одночасно з хворим | ▼ |
| 7 | Відповідь 2 | дати команду до закінчення виконання вправи | ▼ |
| 4 | Відповідь 3 | дати команду прийняти вихідне положення | ▼ |
| 3 | Відповідь 4 | розповісти і показати, які та на який рахунок виконуються окремі рухи | ▼ |
| 2 | Відповідь 5 | назвати вихідне положення і прийняти його | ▼ |
| 5 | Відповідь 6 | дати команду до виконання вправи | ▼ |
| 1 | Відповідь 7 | назвати вправу | ▼ |