

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра фізичної реабілітації та медико-біологічних основ
фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри фізичної реабілітації та медико-
біологічних основ фізичного виховання



Е.О. Жигульова

« 27 » 08 2021 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ВСТУП ДО СПЕЦІАЛЬНОСТІ

для підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за освітньо-професійною програмою **Фізична реабілітація**

спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія

галузі знань 22 Охорона здоров'я

мова навчання українська


2020-2021 навчальний рік

Розробники програми: Р.Б. Чаплінський, кандидат медичних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної реабілітації та медико-біологічних основ фізичного
виховання

Ухвалено на засіданні кафедри фізичної реабілітації та медико-біологічних
основ фізичного виховання

Протокол № 9 від «_27_» ____08_____ 2021 року

ПОГОДЖЕНО

Керівник групи забезпечення освітньої програми  Е.О. Жигульова

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Загальна характеристика	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)	Тип дисципліни: Нормативна	
Загальна кількість годин 150 ЗМ №1 (Вступ до спеціальності) – 130 годин; ЗМ №2 (БЖД) – 20 годин, лекції – 2 години, практичні 8 годин, самостійна і індивідуальна робота – 10 годин)	Ступінь вищої освіти бакалавр Назва галузі знань 22 Охорона здоров'я Спеціальність 227 Фізична терапія, ерготерапія	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2 ЗМ №1- Вступ до спеціальності; ЗМ №2 - БЖД		1-й	-
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи здобувача вищої освіти – 4		Семестр	
Індивідуальне науково-дослідне завдання: 1. Аналіз показників здорового способу життя, можливостей реалізації та засобів впливу на його формування. 2. Оцінка характерних особливостей основних курортів України. 3. Аналіз лікувальної дії кліматичних курортних факторів. 4. Оцінка працетерапії, як лікувального та		1-й	-
	Лекції		
	18 год.	-	
	Практичні		
	32 год.	-	
	Лабораторні		
	- год.	-	
	Самостійна робота		
	70 год.	-	
	Індивідуальні завдання		
10 год.	-		
Модульні контрольні роботи			
1	-		

профілактичного фактору.		Вид підсумкового контролю: залік
--------------------------	--	--

Примітка:

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – аудиторні заняття – 50; самостійна і індивідуальна робота – 80; 1:1,6.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: формування в студентів знань про основи реабілітації, характеристику чинників фізичної реабілітації, формування практичних вмінь і навичок щодо фізичної реабілітації.

Завдання: вивчення історії становлення реабілітації, основ реабілітації, завдань, мети і принципів реабілітації, видів, періодів і етапів реабілітації, вивчення механізмів лікувальної дії фізичних вправ, засобів та форм лікувальної фізичної культури, періодів застосування лікувальної фізичної культури, загальних вимог до методики проведення занять з лікувальної фізичної культури, рухових режимів, ефективності застосування лікувальної фізичної культури, механотерапії, працетерапії, особливостей поєднання засобів фізичної реабілітації, загальних понять про санаторно-курортне лікування, особливостей фізичної культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти, особливостей фізичної культура у середньому і похилому віці, володіння практичними вміннями й навичками щодо фізичної реабілітації.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- Питання мети, завдань, принципів, видів, періодів, етапів реабілітації, засобів та форм лікувальної фізичної культури, особливостей фізичної реабілітації, механізмів лікувальної дії фізичних чинників, характеристики різних лікувальних фізичних чинників.
- Вклад українських вчених у становленні фізичної реабілітації.
- Питання охорони праці і техніки безпеки при роботі з обладнанням.
- Принципи роботи з джерелами знань: навчальною літературою, спеціальною науковою літературою, документами, довідниками, періодичною пресою.
- Основні принципи отримання, збору, аналізу, порівняння, систематизації і узагальнення інформації, практику підготовки інформаційних і науково-методичних матеріалів.
- Способи обробки, аналізу та представлення результатів, отриманих в процесі виконання досліджень.

вміти:

- Ефективно застосовувати теоретичні професійні знання у практичній діяльності.
- Володіти різними чинниками фізичної реабілітації.
- На практиці застосовувати знання щодо засобів фізичної реабілітації та їх поєднання.
- Використовувати навчальне обладнання, технічні засоби навчання.
- Проводити лекційну і пропагандистську роботу.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. “Вступ до спеціальності”.

Тема 1. Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.

- Становлення лікувальної фізичної культури.
- Історія лікувального застосування масажу.
- Становлення реабілітації.

Тема 2. Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.

- Загальні питання реабілітації.
- Завдання реабілітації.
- Мета реабілітації.
- Основні принципи реабілітації.
- Медична реабілітація.
- Соціальна, чи побутова реабілітація.
- Професійна, чи виробнича реабілітація.
- Періоди і етапи реабілітації. Схема сучасної системи медичної реабілітації.

Тема 3. Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.

- Фізична реабілітація.
- Лікувальна фізична культура.
- Механізми лікувальної дії фізичних вправ.
- Тонізуюча дія фізичних вправ.
- Трофічна дія фізичних вправ.
- Формування компенсацій.
- Нормалізація функцій.
- Засоби лікувальної фізичної культури.
- Природні чинники.

Тема 4. Форми лікувальної фізичної культури.

- Ранкова гігієнічна гімнастика.

- Лікувальна гімнастика.
- Методичні правила при проведенні занять з лікувальної гімнастики.
- Методи проведення лікувальної гімнастики.
- Самостійні (індивідуальні), заняття.
- Лікувальна ходьба.
- Теренкур.
- Спортивні вправи та ігри.
- Гідрокінезитерапія.

Тема 5. Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність застосування ЛФК.

- Періоди застосування лікувальної фізичної культури.
- Методика ЛФК.
- Лікарняний період реабілітації.
- Післялікарняний період реабілітації.
- Ефективність застосування ЛФК.
- Методи дослідження ефективності ЛФК.
- Толерантності до фізичних навантажень.
- Вимірювання рухів у суглобах.

Тема 6. Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.

- Лікувальний масаж.
- Основні і допоміжні прийоми лікувального масажу.
- Механізми лікувальної дії масажу.
- Вплив масажу на окремі системи організму.
- Ручний масаж.
- Апаратний масаж.
- Сегментарна іннервація внутрішніх органів.
- Розрахункові норми часу на виконання масажних процедур.
- Положення пацієнта і масажиста під час проведення масажу.

Тема 7. Механотерапія. Працетерапія.

- Механотерапія.
- Апарати типу маятника (Крукенберга, Каро-Степанова).
- Апарати блокового типу (Тіло).
- Апарати, що діють за принципом важеля (Цандера).
- Лікарняний період реабілітації.
- Післялікарняний період реабілітації.
- Тренажери різних конструкцій.
- Працетерапія.
- Засоби працетерапії.
- Загальнозміцнююча (тонізуюча) працетерапія.

- Відновна працетерапія.
- Професійна працетерапія.

Тема 8. Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.

- Поєднання засобів фізичної реабілітації.
- Курорт.
- Кліматичні курорти.
- Приморські курорти.
- Кліматобальнеологічні курорти.
- Рівнинні курорти.
- Гірські курорти.
- Бальнеологічні курорти.
- Грязьові курорти.
- Санаторій.
- Санаторно-курортний режим.

Тема 9. Фізична культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.

- Спеціальна медична групу.
- Завдання у спеціальній медичній групі.
- Урок у спеціальній групі.
- Реакція учнів на фізичне навантаження.
- Щільність уроку.
- Лікарсько-педагогічні спостереження.
- Самостійні заняття вдома.
- Старіння.
- Характеристика вікових груп.
- Головні чинники, що викликають старіння всього організму.
- Зміни у процесі старіння.
- Порочне коло рухової недостатності і сприятливі зміни в організмі, що виникають при усуненні гіпокінезії.
- Заняття фізичними вправами.
- Групи здоров'я.
- Програми та правила проведення занять.

Змістовий модуль 2. “Безпека життєдіяльності”.
(Програма змістового модуля 2 додається окремо!)

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	Денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	пр	лаб	інд	с.р.		л	пр	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Модуль 1												
Змістовий модуль 1. “Вступ до спеціальності”.												
Тема 1. Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.	12	2	2	-	4	4						
Тема 2. Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.	16	2	4	-	4	6						
Тема 3. Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.	16	2	4	-	4	6						
Тема 4. Форми лікувальної фізичної культури.	16	2	4	-	4	6						
Тема 5. Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність	14	2	4	-	2	6						

застосування ЛФК.													
Тема 6. Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.	12	2	4	-	2	4							
Тема 7. Механотерапія. Працетерапія.	12	2	4	-	2	4							
Тема 8. Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.	12	2	4	-	2	4							
Тема 9. Фізична культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.	10	2	2	-	2	4							
Разом за змістовим модулем 1	120	18	32	-	26	44							
Змістовий модуль 2.													
“Безпека життєдіяльності”.													
(Програма змістового модуля 2 додається окремо!)													
Модуль 2													
ІНДЗ	10	-	-	-	-	-							
Разом годин	130	18	32	-	26	44							

**5. Програма теоретичної підготовки
для здобувачів вищої освіти денної форми навчання**

з/п	Назва змістового модуля. Теми і підтеми	К-сть годин	Література	Наочні посібники, ТЗН
	“Вступ до спеціальності”. <u>Лекції:</u>			
1	Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.	2	[4,5,8,10]	Таблиці, слайди, рисунки.
2	Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.	2	[4,5,7,8,9]	Таблиці, слайди, рисунки.
3	Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.	2	[4,6,7,8]	Таблиці, слайди, рисунки.
4	Форми лікувальної фізичної культури.	2	[1,4,8,10]	Таблиці, слайди, рисунки.
5	Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність застосування ЛФК.	2	[4,7,8]	Таблиці, слайди, рисунки.
6	Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.	2	[1,2,4,9]	Таблиці, слайди, рисунки.
7	Механотерапія. Працетерапія.	2	[3,4,5,7]	Таблиці, слайди, рисунки.
8	Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.	2	[4,5,7,8]	Таблиці, слайди, рисунки.
9	Фізична культура у	2	[4,5,8,9]	Таблиці, слайди,

спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.			рисунки.
Разом за семестр	18		

Теми практичних занять
Для здобувачів вищої освіти денної форми навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.	2
2	Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.	4
3	Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.	4
4	Форми лікувальної фізичної культури.	4
5	Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність застосування ЛФК.	4
6	Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.	4
7	Механотерапія. Працетерапія.	4
8	Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.	4
9	Фізична культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.	2

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Форми контролю	Література
1.	Якість життя – високо інтегрована характеристика розвитку суспільства.	3	колоквіум	[2, 5, 9, 10]
2.	Раціональне харчування і здоров'я людини.	4	колоквіум	[2, 4, 7, 8, 9]
3.	Ожиріння як медико-соціальна проблема.	4	колоквіум	[4, 7, 8]
4.	Гіподинамія та її профілактика.	4	колоквіум	[4, 7, 8]
5.	Вплив фізичного навантаження на організм людини.	4	колоквіум	[4, 7, 8, 9]
6.	Особливості дії лікувальних	4	колоквіум	[1, 2, 3, 7, 8, 10]

	фізичних чинників.			
7.	Забезпечення безпеки учасників програм реабілітації.	3	колоквіум	[4, 5, 7]
8.	Правові аспекти реабілітації.	3	колоквіум	[4, 7, 8]
9.	Моделі програм реабілітації.	3	колоквіум	[1, 2, 3, 6, 7]
10.	Значення фізичної реабілітації при різних захворюваннях.	3	колоквіум	[1, 2, 3, 4, 6, 7]
11.	Використання навантажувальних тестів.	3	колоквіум	[2, 7, 9]
12.	Ускладнення в процесі виконання програм фізичної реабілітації.	3	колоквіум	[1, 2, 5, 8]
13.	Класифікація курортів по природним лікувальним факторам.	3	колоквіум	[4, 7, 8, 9]

7. Індивідуальні завдання (мета, тематика, види)

Індивідуальні завдання є однією з форм організації навчання у вищій школі, яка має на меті поглиблення, узагальнення та закріплення знань, які студенти одержують у процесі навчання, а також застосування цих знань на практиці.

Тематика:

1. Показники здорового способу життя, можливостей реалізації та засобів впливу на його формування.
2. Аналіз лікувальної дії грязьових курортів.
3. Аналіз лікувальної дії кліматичних курортів.
4. Оцінка характерних особливостей основних курортів України.
5. Аналіз впливу на організм людини фізичних вправ у воді.
6. Оцінка працетерапії, як лікувального та профілактичного фактору.
7. Аналіз лікувальної дії різних форм і методів масажу.

До індивідуальних завдань відносяться реферати, курсові роботи, ІНДЗ, звіти про практику та ін.

8. Методи навчання

Лекційний змістовий модуль проводяться на весь потік по певній спеціальності згідно навчальної програми, практичний змістовий модуль – групами.

Лекційний модуль передбачає отримання студентами основних знань про поняття та основи реабілітації, засоби реабілітації та особливості фізичної реабілітації при різних станах.

На практичних заняттях студенти виробляють навички застосування теоретичних знань щодо різних питань фізичної реабілітації.

Велике значення відводиться позааудиторній самостійній роботі студента навчального, навчально-дослідницького характеру з метою поглибленого вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни.

9. Методи контролю

- поточне вибіркове опитування на лекціях;
- перевірка готовності до практичних занять;
- модульна контрольна робота;
- перевірка самостійної роботи, захист індивідуальних навчально-дослідних завдань.

Модульний контроль проводиться в кінці першого змістового модуля.

До контрольних заходів належать поточний, модульний та підсумковий контроль.

10. Програма семестрового заліку / екзамену

Якщо підсумковий контроль з кредитного модуля (навчальної дисципліни) передбачений у формі заліку, то вагові бали (\hat{r}_k) повинні бути такими, що їх сума дорівнює 100 ($\sum_k \hat{r}_k = 100$).

Оцінювання знань студентів здійснюється за результатами поточного контролю. При цьому завдання поточного контролю оцінюються в діапазоні від 0 до 100 балів включно.

Семестровий залік виставляється за умови, що студент успішно виконав усі завдання, передбачені навчальною програмою дисципліни, і набрав при цьому не менше 60 балів.

11. Критерії та норми оцінювання знань, умінь і навичок студентів з навчальної дисципліни. Розподіл балів, які отримують студенти

Рівні навчальних досягнень	Оцінка в балах (за 12-бальною шкалою)	Критерії оцінювання
Початковий (понятійний)	1	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні засвоєння окремих термінів, фактів без зв'язку між ними: відповідає на запитання, які потребують відповіді „так” чи „ні”.
	2	Студент мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності, робить спробу знайти способи дій, розповісти суть заданого, проте відповідає лише за допомогою викладача на рівні „так” чи „ні”; може самостійно знайти в підручнику відповідь.

	3	Студент намагається аналізувати на основі елементарних знань і навичок; виявляє окремі властивості; робить спроби виконання вправ, дій репродуктивного характеру; за допомогою викладача робить прості розрахунки за готовим алгоритмом.
Середній (репродуктивний)	4	Студент володіє початковими знаннями, знає близько половини навчального матеріалу, здатний відтворити його, провести за зразком розрахунки; орієнтується у поняттях, визначеннях; самостійне опрацювання навчального матеріалу викликає значні труднощі.
	5	Студент знає більше половини навчального матеріалу, розуміє сутність навчальної дисципліни, може дати визначення понять, категорій (однак з окремими помилками); вміє працювати з підручником, самостійно опрацьовувати частину навчального матеріалу; робить прості розрахунки за алгоритмом, але окремі висновки не логічні, не послідовні.
	6	Студент розуміє основні положення навчального матеріалу, може поверхнево аналізувати події, ситуації, робить певні висновки; відповідь може бути правильною, проте недостатньо осмисленою; самостійно відтворює більшу частину матеріалу; вміє застосовувати знання під час розв'язування розрахункових завдань за алгоритмом, користуватися додатковими джерелами.
Достатній (алгоритмічно-дієвий)	7	Студент правильно і логічно відтворює навчальний матеріал, оперує базовими теоріями і фактами, встановлює причинно-наслідкові зв'язки між ними; вміє наводити приклади на підтвердження певних думок, застосовувати теоретичні знання у стандартних ситуаціях; за допомогою викладача може скласти план реферату, виконати його і правильно оформити; самостійно користуватися додатковими джерелами; правильно використовувати термінологію; скласти таблиці, схеми.
	8	Знання студента досить повні, він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях; вміє аналізувати, робити висновки; відповідь повна, логічна, обґрунтована, однак з окремими неточностями; вміє самостійно працювати, може підготувати реферат і обґрунтувати його положення.
	9	Студент вільно володіє вивченим матеріалом, застосовує знання у дещо змінених ситуаціях, вміє аналізувати і систематизувати інформацію, робить аналітичні висновки, використовує загальновідомі докази у власній аргументації; чітко тлумачить поняття, категорії, нормативні документи; формулює закони; може самостійно опрацьовувати матеріал, виконує прості творчі завдання; має сформовані типові навички.
Високий (творчо-професійний)	10	Студент володіє глибокими і міцними знаннями та використовує їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та суперечності різних процесів; робить аргументовані висновки; практично оцінює сучасні тенденції, факти, явища, процеси; самостійно визначає мету власної діяльності; розв'язує творчі завдання; може сприймати іншу позицію як альтернативну; знає суміжні дисципліни; використовує знання, аналізуючи різні явища, процеси.
	11	Студент володіє узагальненими знаннями з навчальної дисципліни, аргументовано використовує їх у нестандартних ситуаціях; вміє знаходити джерела інформації та аналізувати їх, ставити і розв'язувати проблеми, застосовувати вивчений матеріал для власних аргументованих суджень у практичній діяльності (диспути, круглі столи тощо); спроможний за допомогою викладача підготувати виступ на студентську наукову конференцію; самостійно вивчити матеріал; визначити

		програму своєї пізнавальної діяльності; оцінювати різноманітні явища, процеси; займає активну життєву позицію.
	12	Студент має системні, дієві знання, виявляє неординарні творчі здібності у навчальній діяльності; використовує широкий арсенал засобів для обґунтування та доведення своєї думки; розв'язує складні проблемні завдання; схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ; уміє ставити і розв'язувати проблеми, самостійно здобувати і використовувати інформацію; займається науково-дослідною роботою; логічно та творчо викладає матеріал в усній та письмовій формі; розвиває свої здібності й нахили; використовує різноманітні джерела інформації; моделює ситуації в нестандартних умовах.

Поточний і модульний контроль (100 балів)		
Змістовий модуль 1 (85 балів)		Змістовий модуль 2 “Безпека життєдіяльності” (15 балів)
Поточний контроль	МКР	Поточний контроль
65 балів	20 балів	15 балів

МКР:

«відмінно» – 20 балів,
«добре» – 16 бала,
«задовільно» – 12 бала,
«незадовільно» – < 12 балів.

Самостійна робота (ІНДЗ):

«відмінно» – 5 балів,
«добре» – 4 бали,
«задовільно» – 3 бали,
«незадовільно» – < 3 балів.

Рейтингова оцінка за навчальні заняття r_k :

60 балів.

Рейтингова оцінка у балах (r_k) знань, умінь і навичок студента на навчальних заняттях з навчального (змістового) модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації студентом поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, невідповідністю або недостатньою підготовленістю до них, за такою формулою:

$$r_k = \frac{\sum_{i=1}^n r_{ki}}{n}$$

де r_k^c - середня оцінка навчальної діяльності студента на навчальних заняттях з навчального (змістового) модуля, тобто частка від ділення суми всіх оцінок на їх кількість (беруться оцінки від 4 до 12, отримані на навчальних

заняттях та оцінки, отримані після ліквідації студентом поточної заборгованості, а r_k - встановлений максимально можливий бал оцінювання результатів певної навчальної діяльності студента за результатами контрольного заходу поточного контролю з урахуванням її вагомості.

Оцінки за 12-бальною шкалою та підсумкові рейтингові оцінки (r_k) у балах за навчальну діяльність студентів на практичних (семінарських) і/або лабораторних заняттях з навчального (змістового) модуля виставляються в журнал обліку роботи академічної групи.

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень студентів

Рейтингова оцінка з кредитного модуля	Оцінка за шкалою ECTS	Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %)	Екзаменаційна оцінка за національною шкалою	Національна залікова оцінка
90-100 і більше	A (відмінно)	10	відмінно	зараховано
82-89	B (дуже добре)	25	добре	
75-81	C (добре)	30	задовільно	
67-74	D (задовільно)	25		
60-66	E (достатньо)	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)		незадовільно	не зараховано
34 і менше	F (незадовільно з обов'язковим проведенням додаткової роботи щодо вивчення навчального матеріалу кредитного модуля)			

12. Методичне забезпечення

Додається.

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

Заняття 1.

Тема: Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.

Кількість годин – 2.

Мета заняття: Вивчити історію лікувального застосування фізичних вправ, масажу, становлення реабілітації.

План практичного заняття:

- Становлення лікувальної фізичної культури.
- Становлення масажу.
- Історія застосування реабілітації.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 2.

Тема: Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Вивчити загальні питання реабілітації. З'ясувати завдання, мету, принципи, види, періоди і етапи реабілітації.

План практичного заняття:

- Загальні питання реабілітації.
- Завдання реабілітації.
- Мета реабілітації.
- Основні принципи реабілітації.
- Медична реабілітація.
- Соціальна, чи побутова реабілітація.
- Професійна, чи виробнича реабілітація.
- Періоди і етапи реабілітації. Сучасна система медичної реабілітації.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 3.

Тема: Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: З'ясувати механізми лікувальної дії фізичних вправ та засобів лікувальної фізичної культури.

План практичного заняття:

- Лікувальна фізична культура.
- Механізми лікувальної дії фізичних вправ.
- Тонізуюча дія фізичних вправ.
- Трофічна дія фізичних вправ.
- Формування компенсацій.
- Нормалізація функцій.
- Засоби лікувальної фізичної культури.
- Природні чинники.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 4.

Тема: Форми лікувальної фізичної культури.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Навчитись застосовувати різні форми лікувальної фізичної культури.

План практичного заняття:

- Ранкова гігієнічна гімнастика.
- Лікувальна гімнастика.
- Методичні правила при проведенні занять з лікувальної гімнастики.
- Методи проведення лікувальної гімнастики.
- Самостійні (індивідуальні), заняття.
- Лікувальна ходьба.
- Теренкур.
- Спортивні вправи та ігри.
- Гідрокінезитерапія.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 5.

Тема: Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність застосування ЛФК.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Виробити навички щодо застосування лікувальної фізичної культури. Освоїти загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК, рухові режими, ефективність застосування ЛФК.

План практичного заняття:

- Періоди застосування лікувальної фізичної культури.
- Методика ЛФК.
- Лікарняний період реабілітації.
- Післялікарняний період реабілітації.
- Ефективність застосування ЛФК.
- Методи дослідження ефективності ЛФК.
- Толерантності до фізичних навантажень.
- Вимірювання рухів у суглобах.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 6.

Тема: Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Вивчити механізми лікувальної дії масажу, вплив масажу на окремі системи організму. З'ясувати форми і методи лікувального масажу.

План практичного заняття:

- Лікувальний масаж.
- Основні і допоміжні прийоми лікувального масажу.
- Механізми лікувальної дії масажу.

- Вплив масажу на окремі системи організму.
- Ручний масаж.
- Апаратний масаж.
- Сегментарна іннервація внутрішніх органів.
- Розрахункові норми часу на виконання масажних процедур.
- Положення пацієнта і масажиста під час проведення масажу.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 7.

Тема: Механотерапія. Працетерапія.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Виробити навички щодо застосування механотерапії, працетерапії.

План практичного заняття:

- Механотерапія.
- Апарати типу маятника (Крукенберга, Каро-Степанова).
- Апарати блокового типу (Тіло).
- Апарати, що діють за принципом важеля (Цандера).
- Лікарняний період реабілітації.
- Післялікарняний період реабілітації.
- Тренажери різних конструкцій.
- Працетерапія.
- Засоби працетерапії.
- Загальнозміцнююча (тонізуюча) працетерапія.
- Відновна працетерапія.
- Професійна працетерапія.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 8.

Тема: Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.

Кількість годин – 4.

Мета заняття: Освоїти поєднання засобів фізичної реабілітації та загальні поняття про санаторно-курортне лікування.

План практичного заняття:

- Поєднання засобів фізичної реабілітації.
- Курорт.
- Кліматичні курорти.
- Приморські курорти.
- Кліматобальнеологічні курорти.
- Рівнинні курорти.
- Гірські курорти.
- Бальнеологічні курорти.

- Грязьові курорти.
- Санаторій.
- Санаторно-курортний режим.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

Заняття 9.

Тема: Фізична культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.

Кількість годин – 2.

Мета заняття: Навчитись застосовувати фізичну культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Вивчити фізичну культура у середньому і похилому віці.

План практичного заняття:

- Спеціальна медична групу.
- Завдання у спеціальній медичній групі.
- Урок у спеціальній групі.
- Реакція учнів на фізичне навантаження.
- Щільність уроку.
- Лікарсько-педагогічні спостереження.
- Самостійні заняття вдома.
- Старіння.
- Характеристика вікових груп.
- Головні чинники, що викликають старіння всього організму.
- Зміни у процесі старіння.
- Порочне коло рухової недостатності і сприятливі зміни в організмі, що виникають при усуненні гіпокінезії.
- Заняття фізичними вправами.
- Групи здоров'я.
- Програми та правила проведення занять.

Попередня підготовка: опрацювання конспектів лекцій, основної та додаткової літератури.

МОДУЛЬНІ КОНТРОЛЬНІ РОБОТИ

Загальна кількість модульних контрольних робіт: 1.

Кількість годин: 2.

МОДУЛЬНА КОНТРОЛЬНА РОБОТА

Тема заняття: *Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу. Становлення реабілітації.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Становлення лікувальної фізичної культури.

2. Становлення масажу.
3. Історія застосування реабілітації.

Тема заняття: *Основи реабілітації. Деякі загальні питання реабілітації. Завдання, мета і принципи реабілітації. Види, періоди і етапи реабілітації.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Загальні питання реабілітації.
2. Завдання реабілітації.
3. Мета реабілітації. Основні принципи реабілітації.

Варіант 2.

1. Медична реабілітація.
2. Соціальна, чи побутова реабілітація.
3. Професійна, чи виробнича реабілітація.

Варіант 3.

1. Періоди і етапи реабілітації. Схема сучасної системи медичної реабілітації.
2. Основні принципи реабілітації.
3. Медична реабілітація.

Тема заняття: *Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Засоби лікувальної фізичної культури.
2. Лікувальна фізична культура.
3. Механізми лікувальної дії фізичних вправ.

Варіант 2.

1. Тонізуюча дія фізичних вправ.
2. Трофічна дія фізичних вправ.
3. Формування компенсацій.

Варіант 3.

1. Нормалізація функцій.
2. Засоби лікувальної фізичної культури. Природні чинники.
3. Трофічна дія фізичних вправ.

Тема заняття: *Форми лікувальної фізичної культури.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Ранкова гігієнічна гімнастика.
2. Лікувальна гімнастика.

3. Методичні правила при проведенні занять з лікувальної гімнастики.

Варіант 2.

1. Методи проведення лікувальної гімнастики.
2. Самостійні (індивідуальні), заняття.
3. Лікувальна ходьба.

Варіант 3.

1. Теренкур.
2. Спортивні вправи та ігри.
3. Гідрокінезитерапія.

Тема заняття: *Періоди застосування лікувальної фізичної культури. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Ефективність застосування ЛФК.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Періоди застосування лікувальної фізичної культури.
2. Методика ЛФК.
3. Лікарняний період реабілітації.

Варіант 2.

1. Післялікарняний період реабілітації.
2. Ефективність застосування ЛФК. Толерантності до фізичних навантажень.
3. Методи дослідження ефективності ЛФК. Вимірювання рухів у суглобах.

Тема заняття: *Лікувальний масаж. Механізми лікувальної дії масажу. Вплив масажу на окремі системи організму. Форми і методи лікувального масажу.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Лікувальний масаж.
2. Основні і допоміжні прийоми лікувального масажу.
3. Механізми лікувальної дії масажу.

Варіант 2.

1. Вплив масажу на окремі системи організму.
2. Ручний масаж.
3. Апаратний масаж.

Варіант 3.

1. Сегментарна іннервація внутрішніх органів.
2. Розрахункові норми часу на виконання масажних процедур.
3. Положення пацієнта і масажиста під час проведення масажу.

Тема заняття: *Механотерапія. Працетерапія.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Механотерапія.
2. Апарати типу маятника (Крукенберга, Каро-Степанова).
3. Апарати блокового типу (Тіло).

Варіант 2.

1. Апарати, що діють за принципом важеля (Цандера).
2. Лікарняний період реабілітації.
3. Післялікарняний період реабілітації.

Варіант 3.

1. Тренажери різних конструкцій.
2. Працетерапія.
3. Засоби працетерапії.

Варіант 4.

1. Загальнозміцнююча (тонізуюча) працетерапія.
2. Відновна працетерапія.
3. Професійна працетерапія.

Тема заняття: *Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Поєднання засобів фізичної реабілітації.
2. Курорт.
3. Кліматичні курорти.

Варіант 2.

1. Приморські курорти.
2. Кліматобальнеологічні курорти.
3. Рівнинні курорти.

Варіант 3.

1. Гірські курорти.
2. Бальнеологічні курорти.
3. Санаторій. Санаторно-курортний режим. Грязьові курорти.

Тема заняття: *Фізична культура у спеціальних медичних групах середніх і вищих учбових закладів освіти. Фізична культура у середньому і похилому віці.*

Мета роботи: Перевірити та закріпити рівень знань.

Варіант 1.

1. Спеціальна медична групу.
2. Завдання у спеціальній медичній групі.
3. Урок у спеціальній групі.

Варіант 2.

1. Реакція учнів на фізичне навантаження.
2. Щільність уроку.
3. Лікарсько-педагогічні спостереження. Самостійні заняття вдома.

Варіант 3.

1. Старіння.
2. Характеристика вікових груп.
3. Головні чинники, що викликають старіння всього організму.

Варіант 4.

1. Зміни у процесі старіння.
2. Порочне коло рухової недостатності і сприятливі зміни в організмі, що виникають при усуненні гіпокінезії.
3. Заняття фізичними вправами. Групи здоров'я. Програми та правила проведення занять.

13. Рекомендована література

Основна

1. Гордон Н. Інсульт та рухова активність. – Київ: Олімпійська література, 1999. – 127 с.
2. Заболевания сердца и реабилитация / Под. ред. М.Л. Поллока, Д.Х. Шмидта. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 406 с.
3. Марченко О.К. Фізична реабілітація хворих із травмами і захворюваннями нервової системи. – Київ: Олімпійська література, 2006. – 145 с.
4. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – Київ: Олімпійська література, 2005. – 470 с.
5. Мухін В.М., Магльований А.В., Магльована Г.П. Основи фізичної реабілітації. – Л., 1999. – 106 с.
6. Назар П. С., Шахліна Л.Г. Загальний та спеціальний догляд за хворими з елементами фізичної реабілітації. – Київ: Олімпійська література, 2007. – 346 с.
7. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: [підручник: за загальною редакцією Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука]. – Тернопіль: ТДМУ, 2018. – 372 с.
8. Пархотик И. И. Физическая реабилитация при травмах верхних конечностей. – Київ: Олимпийская литература, 2007. – 167 с.
9. Попов С.Н. Физическая реабилитация. – Ростов-На-Дону: Феникс, 2005. – 603 с.

10. Порада А.М., Солодовник О.В., Прокопчук Н.Є. Основи фізичної реабілітації. – К.: Медицина, 2006. – 256 с.

Допоміжна

1. Апанасенко Г.А. Физическое развитие у детей и подростков. – К.: Здоров'я, 1985. – 80 с.
2. Бирюков А.А. Лечебный массаж. М.: Советский спорт, 2000. – 293 с.
3. Бубновский С.М. Руководство по кинезитерапии дорзопатий и грыжи позвоночника. М.: МАКС-ПРЕСС, 2002. – 100 с.
4. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 106 с.
5. Виноградов П. А. Основы физической культуры и здорового образа жизни: учеб. пособие / П. А. Виноградов, А. П. Душанин, В. И. Жалдак. – М.: Сов. спорт, 1996. – 203 с.
6. Гортфельд С.А., Рогачева Е.И. Лечебная физическая культура и массаж детей при детском церебральном параличе. Л.: Медицина, 1986. – 176 с.
7. Гукасова И.А. Реабилитация детей со сколиозом. Учебное пособие. Российская медицинская академия последипломного образования. М., 1998. – 37 с.
8. Древинг Е.Ф. Травматология (Методика занятий физической культурой) М.: изд-во «Познавательная книга плюс», 2002. – 224 с.
9. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи. – Луцьк: Надстир'я, 1995. – 200 с.
10. Евстафьев Б. В. Анализ основных понятий в теории физической культуры / Б. В. Евстафьев. – Л. : ВИФК, 1985. – 118 с.
11. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура / Учебное пособие для вузов. М.: Издат. дом «ГЭОТААМЕД», 2002. – 560 с.
12. Зайцев В. П. Валеология: формирование и укрепление здоровья. – М., 1998. – 88 с.
13. Иванова Г.Е., Поляев Б.А. Реабилитация больных остеохондрозом позвоночника (Руководство). М.: РАСМ, 1997. – 145 с.
14. Козырева О.В. Игры, которые нравятся дошкольникам (Авторская программа оздоровительно-развивающих игр для детей дошкольного возраста), М.: РИЦМГИУ, 2002. – 40 с.
15. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно-двигательного аппарата): Пособие для инструкторов ЛФК, воспитателей и родителей. М.: Просвещение, 2003. – 112 с.
16. Купер К. Новая аэробика. Система оздоровительных физических упражнений для всех возрастов. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 125 с.
17. Лечебная физическая культура. Справочник / Под ред. проф. Епифанова В.А. М.: Медицина, 2001. – 592 с.

18. Лечебная физическая культура. Учебник для студентов ин-тов физ. культ. / Под ред. проф. Попова С.Н. М.: ФиС, 1988. – 270 с.
19. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : [навч. посіб. для фізкультурних вузів] / М. М. Линець. – Л.: Штабар, 1997. – 208 с.
20. Ловейко И.Д., Фонарев М.И. ЛФК при заболеваниях позвоночника у детей. – Л.: Медицина, 1988. – 141 с.
21. ЛФК в системе медицинской реабилитации / Под ред. проф. Каптелина А.Ф.и Лебедевой И.П. М.: Медицина, 1995. – 98 с.
22. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры : [учеб. для ин-тов физ.культуры] / Л. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
23. Мурза В.П. Фізичні вправи і здоров'я. – К.: Здоров'я, 1991. – 256 с.
24. Полеся Г.В., Петренко Г.Г. Лечебное плавание при нарушениях осанки и сколиозе у детей. – Киев: Здоров'я, 1980. – 143 с.
25. Семенова К.А. Методические рекомендации по лечебной физкультуре, массажу и ортопедическому режиму для детей с церебральными параличами. М., 1978. – 54 с.
26. Синило М.И. Позвоночник – зеркало нашего здоровья. – Киев: Здоров'я, 1998. – 101с.
27. Учебник инструктора по лечебной физической культуре для ин-тов физ. культ. / Под ред. проф. Провосудова В.П. М.: ФиС, 1980. – 470 с.
28. Физическая реабилитация. Учебник для студентов академий и ин-тов физ. культ. / Под ред. проф. Попова С.Н. Ростов н/Д: Феникс, 1999. – 605 с.
29. Фонарев М.М. Справочник по детской лечебной физкультуре. М.: Медицина, 1983. – 360 с.
30. Шатров А.Г. ЛФК при заболеваниях суставов и остеохондрозе у спортсменов (методические рекомендации) М.: Изд-во Высшая школа, 1982. – 26 с.
31. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підр. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Богдан Шиян. – Т. : Навчальна книга. – Богдан, 2001. – Ч. 1. – 272 с.

14. Інформаційні ресурси

(навчально-методичний комплекс або його елементи із зазначенням електронної адреси, корисні ресурси Інтернету із зазначенням адрес сайтів тощо).

1. Навчально-методичний комплекс дисципліни “Вступ до спеціальності”.
2. Корисні ресурси Інтернету:

http://www.nbuiv.gov.ua	Бібліотека ім. В.І.Вернадського
http://lib.meta.ua	Бібліотека
http://www.lib.ua-ru.net	Студентська електронна бібліотека
library.iapm.edu.ua/metod/2328.pdf	Бібліотека МАУП

