

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ


Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра теорії і методики фізичного виховання

«Затверджую»

Перший проректор

 Котляр Ю.В.

« 31 » 08 2023 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА

НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ПОРУШЕННЯХ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація

Розробник

Завідувач кафедри розробника

Завідувач кафедри спеціальності, гарант

Декан факультету

Начальник НМВ

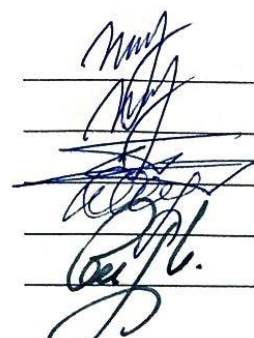
Жигadlo Г.Б.

Жигadlo Г.Б.

Гетманцев С.В

Тупеев Ю.В

Шкірчак С.І.



Миколаїв - 2023 р.

1. Опис навчальної дисципліни для денної форми навчання

Найменування показника	Характеристика дисципліни		
Найменування дисципліни	Фізкультурно- спортивна реабілітація при порушеннях функціонального стану організму людини		
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка		
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт		
Спеціалізація (якщо є)			
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація		
Рівень вищої освіти	Магістр		
Статус дисципліни	Нормативна		
Курс навчання	5		
Навчальний рік	2023 – 2024 н.р.		
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма	
	10	-	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4,5 кредити / 135 годин		
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма	
	- лекції	18	-
	- семінарські заняття (практичні, півгрупові)	36	-
	- годин самостійної роботи студентів	81	-
Відсоток аудиторного навантаження	40 %		
Мова викладання	Українська		
Форма проміжного контролю (якщо є)			
Форма підсумкового контролю	Іспит		

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета викладання дисципліни:

Підготовка студентів до практичної діяльності в якості фахівця в галузі фізичної культури та спорту.

Завдання дисципліни:

Формування у студентів поглиблених знань про особливості технології планування тренувального процесу з позиції застосування відновлювальних та реабілітаційних заходів в роботі зі спортсменами різних кваліфікаційних категорій та спеціалізацій.

Критеріями засвоєння матеріалу навчальної дисципліни « Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях функціонального стану організму людини» є наявність у студентів наступних

- ЗНАНЬ:

- методів дослідження та оцінки стану функції різних систем організму з метою оцінки загальної тренуваності;
- методів дослідження і оцінки фізичної працездатності, дослідження і оцінки стану систем організму, що лімітують працездатність;
- особливості фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях функціонального стану організму людини ;
- структури фізичної та психічної працездатності функціонального стану організму людини;

- вмінь:

- проводити різні функціональні проби серцево-судинної системи, визначати тип реакції на навантаження, оцінювати швидкість відновлення і адаптацію до фізичного навантаження;
- тестувати фізичну працездатність різними методами;
- проводити функціональні проби дихальної системи, оцінювати їх результати;
- планувати навчально-тренувальний процес з урахуванням специфіки відновлювання працездатності організму людини;
- застосовувати в практичній діяльності засоби та методи підвищення працездатності спортсменів;
- володіти технологіями визначення рівня працездатності.
- володіти технологіями фізкультурно-спортивної реабілітації при порушеннях функціонального стану організму людини

Основними освітніми завданнями курсу « Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях функціонального стану організму людини» є:

1. Дати глибоку теоретичну та практичну підготовку студентам в галузі вивчення морфо-фізіологічних особливостей організму людини в різних функціональних станах.
2. Підготувати студентів до кваліфікованого проведення навчальних занять з фізичної культури і спорту згідно з сучасними вимогами науки і практики.

3. Сформувати у студентів практичні навички визначення морфофункціональних особливостей фізичного розвитку дитини і перспектив вдосконалення їх в тому чи іншому виді спорту.
4. Поглибити загальнотеоретичну і методичну підготовку майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту.

Виховні завдання:

1. Сприяння соціальному формуванню особистості.
2. Виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі.
3. Пропагування здорового способу життя на базі отриманих знань.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на **формування компетентностей:**

Інтегральна компетентність	ІК	Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 01	Здатність діяти соціально відповідально та свідомо
	ЗК 03	Здатність до адаптації та дії в новій ситуації
	ЗК 04	Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми
	ЗК 07	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	СК 01	Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень
	СК 02	Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.
	СК 04	Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
	СК 06	Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.
	СК 09	Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання

Відповідно до освітньої програми очікувані **результати навчання** включають вміння:

ПРН 02	Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.
ПРН 04	Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

Розділ 3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

№ з/п	Назви розділів та тем	За формами занять, годин		
		Аудиторні		Самостійна робота
		Лекції	Практичні (семінарські)	
1.	Теоретичні основи фізичної реабілітації	2	4	4
2.	Визначення та характеристика засобів фізичної реабілітації	2	4	7
3.	Функціональний і психофізіологічний стан	2	4	10
4.	Фізична реабілітація в сучасних умовах. Клінічний реабілітаційний менеджмент.	2	4	10
5.	Дослідження та оцінювання фізичного розвитку, основних функціональних систем організму та фізичної працездатності людини	2	4	10
6.	Загальна характеристика засобів відновлення фізичної працездатності спортсмена	2	4	10
7.	Фізична реабілітація при захворюваннях і травмах нервової системи	2	4	10
8.	Методологічні аспекти проведення фізичної реабілітації у хворих на хронічний бронхіт	2	4	10
9.	Фізична реабілітація під час захворювань серцево- судинної та дихальної систем	2	4	10
Всього за курсом		18	36	81

Розділ 4. Зміст навчальної дисципліни

4.1 План лекцій

№ лекції	Кількість годин	Ключові питання, які розглядаються
Лекція № 1	2	1. Історія становлення та розвитку фізичної реабілітації. 2. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я». 3. Принципи реабілітації. Поняття системи реабілітації. Види реабілітації.
Лекція № 2	2	1. Поняття фізичної реабілітації 2. Лікувальна фізична культура як метод фізичної реабілітації 3. Дихальні вправи 4. Масаж 5. Природні чинники
Лекція № 3	2	1. Поняття «функціональний стан» 2. Поняття «психофізіологічний стан»
Лекція № 4	2	1. Поняття про мультидисциплінарну реабілітаційну команду. 2. Реабілітаційні періоди.
Лекція № 5	2	1. Сутність понять «фізичний розвиток», «функціональний стан», «фізична працездатність». 2. Методи дослідження та оцінювання фізичного розвитку. Методи дослідження та оцінювання стану основних функціональних систем. 3. Фізична працездатність та основні тести її визначення. 4. Класифікація функціональних проб. Загальна характеристика функціональних проб.
Лекція № 6	2	1. Практика використання засобів відновлення у спорті 2. Класифікація засобів відновлення
Лекція № 7	2	1. Загальна характеристика захворювань центральної і периферичної нервової системи. 2. Реабілітація при інсульті. 3. Реабілітація при радикуліті.
Лекція № 8	2	1. Статистичні дані при захворюваннях на гострий та хронічний бронхіт.

		2. Фізична реабілітація при хронічному бронхіті. 3. Фізична реабілітація під час захворювань органів дихання.
Лекція № 9	2	1. Характеристика етапів клінічно-реабілітаційного менеджменту пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної та дихальної систем. 2. Мета терапевтичних вправ під час найбільш поширених захворювань серцево-судинної та дихальної систем. 3. Приклади терапевтичних вправ.

4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових) занять

№	Тема заняття / план	Кількість годин
1	Історія становлення та розвитку фізичної реабілітації. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я».	2
2	Принципи реабілітації. Поняття системи реабілітації. Види реабілітації.	2
3	Поняття фізичної реабілітації. Лікувальна фізична культура як метод фізичної реабілітації.	2
4	Дихальні вправи. Масаж. Природні чинники.	2
5	Функціональний стан людини.	2
6	Поняття «психофізіологічний стан людини».	2
7	Фізична реабілітація. Клінічний реабілітаційний менеджмент.	2
8	Фізична реабілітація. Поняття про мультидисциплінарну реабілітаційну команду.	2
9	Методи дослідження та оцінювання фізичного розвитку. Методи дослідження та оцінювання стану основних функціональних систем.	2

10	Фізична працездатність та основні тести її визначення.	2
11	Практика використання засобів відновлення у спорті	2
12	Класифікація засобів відновлення у спорті. Класифікація засобів відновлення у спорті.	2
13	Загальна характеристика захворювань центральної і периферичної нервової системи.	2
14	Реабілітація при інсульті та радикуліті.	2
15	Фізична реабілітація при хронічному бронхіті.	2
16	Фізична реабілітація під час захворювань органів дихання.	2
17	Характеристика етапів клінічно-реабілітаційного менеджменту пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної та дихальної систем.	2
18	Терапевтичні вправи під час захворювань серцево-судинної системи.	2

4.3. Завдання для самостійної роботи.

Написати реферат на тему «Фізична реабілітація людини після хвороби ...» (студент має обрати хворобу) згідно зазначених вимог.

Вимоги до реферативної роботи:

Вимоги: 1 стр. титульний лист; 2 лист – план і після нього – текст. Обсяг роботи має складати – 10-15 сторінок. До загального обсягу роботи не входять додатки, глосарій, список використаних джерел, таблиці та рисунки, які повністю займають площу сторінки. Але всі сторінки зазначених елементів підлягають суцільній нумерації. Робота має бути акуратно написана від руки або надрукована з дотриманням стилістичних і граматичних норм. У тексті обов'язково повинні бути посилання на літературу та інші джерела, що використовувалися при підготовці роботи.

Текст індивідуальної роботи викладається державною мовою на стандартних аркушах формату А-4(210 x 297).

Робота друкується шрифтом Times New Roman, 14 кеглем; вирівнювання - “За шириною”; міжрядковий інтервал “Полуторний” (1,5 Lines); абзацний відступ – п’ять знаків (1,25 см); верхнє і нижнє поле – 2 см., лівє – 3 см, правє – 1 см. Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (1,25 см). Інтервал між абзацами – «0пт».

Скорочення слів та словосполучень мають відповідати чинним стандартам з бібліотечної та видавничої справи (наприклад: Міністерство внутрішніх справ України (далі – МВС)).

Розділи та підрозділи мають містити заголовки, які належить точно відтворювати у змісті. Заголовки розділів, як правило, розміщують посередині рядка. Назви розділів друкують великими літерами без розділових знаків у кінці, без підкреслень. Заголовки розділів слід починати з належного відступу. Абзацний відступ має бути однаковим у всьому тексті і дорівнювати п’яти знакам (стандартний відступ, визначений текстовими редакторами на ПК).

Якщо заголовок складається з двох і більше речень, їх розділяють крапкою. Переніс слів у заголовках розділів слід уникати. Відстань між заголовком і подальшим чи попереднім текстом, при друкованому виготовленні письмової роботи, повинна становити не менше двох рядків.

Нумерація сторінок має бути наскрізною. Порядковий номер сторінки позначають арабською цифрою і проставляють у правому верхньому куті сторінки без крапки чи рисок. Титульний аркуш(додається) включається до загальної нумерації сторінок письмової роботи, але номер сторінки на титульному аркуші, як правило, не проставляють. Розділи слід нумерувати також арабськими цифрами.

При використанні літературних джерел в тексті письмової роботи можуть бути два варіанти посилань на них. Перший – це посторінкові посилання (виноски): коли на сторінці цитується джерело, то внизу цієї сторінки під основним текстом наводиться бібліографічний опис літературного джерела і вказується сторінка. Другий – коли в разі посилання на літературне джерело у квадратних дужках вказується його порядковий номер у списку літератури та конкретна сторінка, наводиться цитата, точні цифри, дані, наприклад [3, с. 17] та [3].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після першого посилання на нього в тексті. Якщо графік, схема, таблиця не поміщається на сторінці, де є посилання, їх подають на наступній сторінці. На кожний ілюстративний матеріал мають бути посилання в тексті.

4.4. Забезпечення освітнього процесу

Навчально-методичний матеріал: конспекти лекцій та практичних занять.
Мережа Інтернет: доступ до сайтів університетів та інших сайтів, що необхідні для навчального процесу
Обладнання: ноутбук, мультимедійний проектор

Розділ 5. Підсумковий контроль

5.1. Зразок варіанту іспитового білету

ІСПИТОВИЙ БІЛЕТ № 1

Чорноморський національний університет ім. П. Могили

Рівень вищої освіти – магістр

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма Фізкультурно-спортивна реабілітація

Навчальна дисципліна

Фізкультурно- спортивна реабілітація при порушеннях функціонального стану організму людини

Варіант №1

1. Чим визначається фізична реабілітація?
2. Дайте визначення: «лікувальна фізична культура як метод фізичної реабілітації».
3. За якими ознаками класифікуються фізичні вправи?
4. Дайте визначення «психофізіологічний стан».

Схвалено на засіданні кафедри

Протокол № ___ від « ___ » _____ 20__ р.

Завідувач кафедри _____

Екзаменатор _____

Розділ 6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

6.1. Система оцінювання роботи студентів

Контроль рівня засвоєння навчального матеріалу здійснюється шляхом перевірки знань студентів на заліку згідно розкладу сесії.

У відповідності до положення про систему рейтингової оцінки знань студентів при вивченні дисципліни «Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях функціонального стану організму людини» застосовується наступна система оцінювання роботи студентів.

№	Вид контролю	Максимальн а кількість балів	Термін виконання
1.	Практичні заняття	54	Протягом семестру
2.	Реферат	6	Протягом семестру
3	Іспит	40	Заліково-екзаменаційна сесія
	Всього	100	

6.2. Критерії оцінювання

6.2.1. Виконання практичних робіт на групових заняттях – форма контролю, яка дозволяє оцінити вміння студентів самостійно опрацьовувати матеріал та викладати його, відповідати на запитання викладача та колег. Максимальна оцінка роботи на семінарському занятті – 3 балів. Критеріями для оцінювання виступають:

Оцінка 3 бали ставиться у випадку:

- студент вільно володіє, визначеними програмою, знаннями й уміннями;
- правильно і в достатній кількості добирає необхідні для відповіді факти;
- висловлює власне ставлення до навчального матеріалу;
- відповідь чітка і завершена;
- мова добра.

Оцінка 2 бали ставиться у відповідності з попередніми вимогами, але:

- студент має незначні ускладнення при використанні визначених програмою знань і умінь;
- при доборі фактів припускається незначних помилок;
- при виконанні тестових завдань припускається декілька помилок;
- власне ставлення студентом висловлюється, але в аргументації зустрічаються окремі неточності;
- мова добра.

Оцінка 1бал ставиться в такому випадку:

- студент користується лише окремими знаннями й уміннями;
- порушує логіку викладу;

- відповідь недостатньо самостійна;
- при виконанні тестових завдань припускається помилок до 50%.
- аргументація слабка;
- є суттєві помилки в знанні фактичного матеріалу та висновках;
- мова спрощена.

Оцінка 0 балів ставиться в разі незнання більшої частини матеріалу, відсутності будь-якої логіки викладу, а саме:

- студент не володіє необхідними для здійснення завдання уміннями;
- головного фактичного матеріалу не знає.
- при виконанні тестових завдань припускається помилок більше 50%.

6.2.2. Критерії оцінювання реферата:

1. У 6 балів оцінюється реферат, який має обсяг 12, або більше сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 6-8 джерел, серед яких є 2 джерела - фахові періодичні видання щодо наукових досліджень. Список використаної наукової літератури відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії. Посилання на джерела по тексту обов'язкове!
2. У 5 балів оцінюється реферат, який має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 5-6 джерел (2 джерела за останні 5 років, по тексту є посилання на джерела), відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.
3. У 4 бали оцінюється реферат, який має обсяг 8 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.
4. У 3 бали оцінюється реферат, коли обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.
5. У 1-2 бали оцінюється реферат, якщо тема реферату нерозкрита, або викладається матеріал не за темою, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.

6.2.3 Іспит.

За кожне питання екзаменаційного білету студент отримує 10 балів:

9-10 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

6-8 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

3-5 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

0-2 бали: за не опанування значної частини програмного матеріалу; незнання теорії основних питань і термінів;

Максимальна кількість балів за іспитк становить 40 балів.

Рекомендована література

Базова

1. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів IV рівнів акредитації (Навчальний посібник) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Магльований А.В., Смирнова О.Л., та ін.; за ред.

проф. В.В. Клапчука та проф. А.В. Магльованого. – Дніпропетровськ: Мед академія, 2006. – 124 с.

2. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина (Вибрані лекції для студентів) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Смирнова О.Л. та ін.; за ред. проф. В.В. Клапчука. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2006. – 179 с.

3. Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / укладач Н. В. Петренко. – Суми : Сумський державний університет, 2022. – 134 с.

Допоміжна

1. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л.Н. та ін. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я населення при профілактичних оглядах. Методичні рекомендації. – Київ, 2000. – 8 с.

2. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л.Н. та ін. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків. Методичні рекомендації. – Київ, 2000. – 11 с.

3. Лікувальна фізична культура. Підручник/ В.С. Соколовський, Н.О. Романова, О.П. Юшковська. – Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с. – (Б-ка студента-медика).

4. Ликов О.О., Середенко Л.П., Добровольська Н.О. Лікувальна фізкультура при внутрішніх хворобах: Практикум. – Донецьк: Дон. держ. мед. ун-т, 2002. – 163 с.

5. Вовканич А. С. Вступ до фізичної реабілітації : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2013. 184 с.

6. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: вибрані лекції для студентів / В. В. Абрамов та ін. ; за ред. проф. В. В. Клапчука. Дніпропетровськ : Медакадемія, 2006. 179 с.

7. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів IV рівнів акредитації : навчальний посібник / В. В. Абрамов та ін. ; за ред. проф. В. В. Клапчука та проф. А. В. Магльованого. Дніпропетровськ : Медакадемія, 2006. 124 с.

8. Осіпов В. М. Основи фізичної реабілітації : навчальний посібник. Бердянськ : БДПУ, 2013. 225 с.

9. Яремко Є. О., Вовканич Л. С. Фізіологія фізичного виховання і спорту : навч. посіб. для практ. занять. ЛДУФК, 2014. 192 с.

10. Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов та ін. ; за ред. професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. Дніпропетровськ, 2013. 455 с.

11. Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов та ін. ; за ред. проф. В. В. Абрамова та доц. О. Л. Смирнової. Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. 465 с.
12. Braddom's Physical Medicine and Rehabilitation 5th Edition. DavidX. Cifu. Elsevier. Published Date: 20th August 2015. Page Count: 1232.
13. Netter's Sports Medicine 2nd Edition. Christopher Madden Margot Putukian Eric McCarty Craig Young. Elsevier. Published Date: 28th April 2017.