

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізкультурно-спортивної реабілітації

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Перший проректор

Котляр Ю.В.

«\_» \_\_\_\_\_ 2023 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ОСНОВИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Спеціальність 017 «Фізична культура і спорт»

Розробник

Завідувач кафедри розробника

Завідувач кафедри спеціальності

Гарант освітньої програми

Декан факультету фізичного виховання і спорту

Начальник НМВ

Тіхоміров А. І.

Гетманцев С.В.

Гетманцев С.В.

Гетманцев С.В.

Тупеев Ю.В.

Шкірчак С.І.



## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Основи фізкультурно-спортивної реабілітації	
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка	
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація	
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)	
Статус дисципліни	Нормативна	
Курс навчання	1	
Навчальний рік	2023-2024	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	1, 2 семестр	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4,5 кредити / 135 годин	
Структура курсу: – лекції – семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) – годин самостійної роботи студентів	Денна форма	Заочна форма
	33 год	
	33 год	
	69 год	
Відсоток аудиторного навантаження	49 %	
Мова викладання	українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	залік	
Форма підсумкового контролю	екзамен	

## 1. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни

**Мета:** формування у студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт системи знань про загальні основи фізичної реабілітації, адаптації, структурні та функціональні зміни організму під впливом фізичних навантажень у лікувальних та реабілітаційних цілях, кваліфікаційну характеристику.

**Завдання:** забезпечити студентів теоретичними знаннями про організацію галузі фізкультурно-спортивної реабілітації в Україні, основні методи й засоби фізичної реабілітації та методологічні особливості застосування отриманих знань на практиці, дати уявлення про особливості реабілітації хворих із різною нозологією, формування практичних навичок з даної дисципліни, які необхідні для успішної професійної діяльності.

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

Загальні компетентності (ЗК)	ЗК 3	Здатність до пошуку. Оброблення та аналізу інформації різних джерел.
	ЗК 4	Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
	ЗК 7	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.
Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)	СК 1	Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.
	СК 6	Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.

**Передумови вивчення дисципліни:** засвоєння дисциплін «Анатомія людини», «Фізіологія», «Основи лікувального масажу».

В результаті вивчення дисципліни студент має знати:

- нормативно-правове забезпечення організації реабілітаційної практики в Україні та за кордоном;
- кваліфікаційні вимоги та посадові обов'язки асистента фізичного терапевта;
- історію становлення реабілітації в Україні та світі;
- визначення реабілітації, її види та їх специфіку;
- принципи, періоди, етапи реабілітації;
- особливості мультидисциплінарного підходу у реабілітації;
- критерії оцінки реабілітаційного потенціалу пацієнта при захворюваннях;
- поняття реабілітаційного діагнозу та реабілітаційного прогнозу;

- методи і засоби фізкультурно-спортивної реабілітації при різній патології, показання та протипоказання до їх застосовування;
- критерії оцінки ефективності методів фізичної реабілітації;
- поняття реабілітаційного циклу та його структуру.

*має вміти:*

- обґрунтувати вибір методів втручання/терапії, демонструючи, при цьому, глибокі знання патофізіологічних механізмів;
- визначати фізичний розвиток, стан здоров'я, функціональний стан і фізичну працездатність і на підставі цього рекомендувати оптимальні рухові режими та раціональні засоби фізичної реабілітації;
- призначати період курсу фізичної реабілітації та режим рухової активності щодо конкретного хворого;
- визначати задачі та обґрунтовувати вибір засобів і форм фізичної реабілітації в залежності від задач;
- визначати методи оцінки стану пацієнта/клієнта, виявлення проблем, оцінки досягнутих результатів та планування призупинення чи повного завершення курсу фізичної реабілітації;
- пояснювати психосоціальні питання, які слід враховувати при заходах фізичної реабілітації;
- переконувати в ефективності фізичних вправ для зміцнення здоров'я, наводячи приклади з досвіду різних культур і національностей;
- пояснювати принципи і дію профілактичних заходів фізичної реабілітації.

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

<b>ПРН 8</b>	Базові знання термінології, основних фактів та елементів, знання класифікацій та категорій, принципів та узагальнень, теорій, моделей, структур.
<b>ПРН 18</b>	Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

### 3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Тематичні модулі	Лекції	Практичні (семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Загальні основи фізкультурно-спортивної реабілітації	12	12	20
2	Методи та засоби фізкультурно-спортивної реабілітації	10	10	64
3	Методи діагностики та контролю у фізкультурно-спортивній реабілітації	11	11	30
	<b>Всього за курсом</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>69</b>

### 4. Зміст навчальної дисципліни

#### 4.1. План лекцій

№	Тема заняття / план
1	<p><b>Тема 1. Фізична терапія, ерготерапія як спеціальність та науково-прикладна галузь</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття про фізичну терапію, ерготерапію та реабілітацію.</li> <li>2. Характеристика спеціальності 227. Фізична терапія, ерготерапія</li> <li>3. Кваліфікаційна характеристика фізичного терапевта</li> <li>4. Кваліфікаційна характеристика ерготерапевта</li> <li>5. Організація реабілітаційної допомоги в Україні</li> </ol>
2	<p><b>Тема 2. Історія становлення фізичної реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Розвиток фізичної реабілітації в світі.</li> <li>2. Зародження та розвиток реабілітаційної галузі в Україні</li> <li>3. Сучасний стан реабілітації в Україні та Європі</li> <li>4. Місце Всеукраїнської Асоціації фізичної терапії у розвитку вітчизняної реабілітаційної галузі.</li> </ol>
3	<p><b>Тема 3. Види, завдання та принципи реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Реабілітація як комплексний процес. Види та загальні завдання реабілітації.</li> <li>2. Медична реабілітація.</li> <li>3. Фізична реабілітація.</li> <li>4. Психологічна реабілітація.</li> <li>5. Соціальна та професійна реабілітація.</li> <li>6. Принципи реабілітації.</li> </ol>
4	<p><b>Тема 4. Періоди та етапи реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальна періодизація реабілітаційного процесу.</li> <li>2. Лікарняний період: стаціонарний етап реабілітації – мета, завдання та загальна специфіка.</li> <li>3. Післялікарняний період: санаторно-курортний, амбулаторно-поліклінічний та диспансерний етапи реабілітації.</li> <li>4. Особливості етапів реабілітації хірургічних хворих.</li> <li>5. Особливості етапів реабілітації хворих травматологічного профілю.</li> <li>6. Особливості етапів реабілітації хворих терапевтичного профілю.</li> </ol>
5	<p><b>Тема 5. Рухові режими в реабілітації</b></p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ліжковий руховий режим.</li> <li>2. Напівліжковий руховий режим.</li> <li>3. Палатний руховий режим.</li> <li>4. Вільний руховий режим.</li> <li>5. Щадний руховий режим.</li> <li>6. Щадно-тренуючий руховий режим.</li> <li>7. Тренуючий руховий режим.</li> <li>8. Інтенсивно-тренуючий руховий режим</li> </ol>
6	<p><b>Тема 6. Методи та засоби фізичної реабілітації. Механізми реабілітаційного впливу</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття про засоби та методи ФР</li> <li>2. Фізичні вправи як засіб ФР. Методи кінезіотерапії.</li> <li>3. Масаж у фізичній реабілітації.</li> <li>4. Фізіотерапевтичні методи.</li> <li>5. Механо- та працетерапія.</li> </ol>
7	<p><b>Тема 7. ЛФК як метод фізичної реабілітації: загальна характеристика</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Кінезіотерапія та ЛФК як основний метод фізичної реабілітації.</li> <li>2. Механізми відновно-лікувального впливу ЛФК.</li> <li>3. Показання та протипоказання до застосування ЛФК на різних етапах реабілітації</li> </ol>
8	<p><b>Тема 8. Класифікація фізичних вправ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фізіологічна класифікація фізичних вправ.</li> <li>2. Класифікація за характером рухового акту та динамічного стереотипу.</li> <li>3. Класифікація за характером м'язових зусиль.</li> <li>4. Класифікація за основними руховими властивостями.</li> <li>1. Класифікація за характером впливу на організм</li> </ol>
9	<p><b>Тема 9. Форми лікувальної фізичної культури</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ранкова гігієнічна гімнастика (РГГ).</li> <li>2. Лікувальна гімнастика (ЛГ).</li> <li>3. Самостійні заняття хворого.</li> <li>4. Лікувальне ходіння.</li> <li>5. Дозований біг</li> <li>6. Елементи спортивних ігор</li> <li>7. Гідрокінезотерапія</li> <li>8. Періоди застосування ЛФК та методика організації занять.</li> </ol>
10	<p><b>Тема 10. Масаж як метод фізичної реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основи лікувального масажу, класифікація, механізм дії, принципи.</li> <li>2. Показання та протипоказання до застосування масажу, основні прийоми.</li> <li>3. Окремі методики масажу.</li> <li>4. Особливості масажу при різних нозологіях.</li> </ol>
11	<p><b>Тема 11. Фізіотерапевтичні методи у фізичній реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Загальні основи фізіотерапії. Правила техніки безпеки.</li> <li>2. Класифікація фізіотерапевтичних методів.</li> <li>3. Сучасні уявлення про механізми фізіологічні та лікувальної дії фізичних факторів.</li> <li>4. Місцеві, сегментарні і загальні реакції організму при фізіотерапевтичних впливах, їх взаємозв'язок.</li> <li>5. Нейро-фізіологічні та гуморальні аспекти механізму дії фізіопроцедур.</li> <li>6. Комплексне фізіотерапевтичне лікування: поєднання та комбінування.</li> <li>7. Принципи побудови фізіотерапевтичного комплексу.</li> </ol>
12	<p><b>Тема 12. Лікувальне використання електричного струму</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Постійний струм та його лікувально-профілактичне застосування: гальванізація і лікарський електрофорез.</li> </ol>

	<p>2. Фізіологічна та лікувальна дія імпульсної електротерапії: електросон, діадинамотерапія, ампліпульстерапія, інтерференцтерапія, флюктуоризація.</p> <p>3. Електростимуляція внутрішніх органів і скелетних м'язів. Електродіагностика.</p>
13	<p><b>Тема 13. Лікувальне використання світлових спектрів та магнітних полів</b></p> <p>1. Фізіологічна та лікувальна дія високочастотної терапії: ультратонотерапія, дарсонвалізація, індуктотермія, ультра-високочастотна терапія</p> <p>2. Фізіологічна та лікувальна дія високочастотної терапії: дециметрова, сантиметрова і міліметрова терапія.</p> <p>3. Фізіологічна та лікувальна дія магнітотерапії.</p> <p>4. Ультразвук та його лікувально-профілактичне використання. Ультрафонофорез.</p> <p>5. Світлолікування. Інфрачервоні, видимі і ультрафіолетові промені.</p> <p>6. Лікувальна дія лазерів. Методи лазеротерапії.</p> <p>7. Основні характеристики, фізіологічне і лікувальне дію аерозольтерапії і електроаерозоль терапія.</p>
14	<p><b>Тема 14. Кліматотерапія та санаторно-курортне лікування</b></p> <p>1. Кліматотерапія.</p> <p>2. Теплолікування. Парафінолікування і озокеритолікування. Фізіологічна та лікувальна дія.</p> <p>3. Грязелікування. Фізіологічна та лікувальна дія.</p> <p>4. Фізіологічна та лікувальна дія водолікувальних процедур.</p>
15	<p><b>Тема 15. Механотерапія як метод фізичної реабілітації</b></p> <p>1. Поняття про механотерапію</p> <p>2. Види механотерапевтичних тренажерів</p> <p>3. Показання та протипоказання до механотерапії</p> <p>4. Особливості механотерапії при різних травмах і захворюваннях.</p>
16	<p><b>Тема 16. Працетерапія</b></p> <p>1. Поняття про працетерапію.</p> <p>2. Ерготерапевтичне втручання та його роль у відновленні професійно-трудова навичок.</p> <p>3. Специфіка працетерапії при різних захворюваннях та травмах.</p> <p>4. Діяльність ЛКК та МСЕК. Проведення трудової експертизи. Визнання інвалідності.</p>
17	<p><b>Тема 17. Допоміжні засоби у фізичній реабілітації</b></p> <p>1. Ортези. Види ортезів. Показання та специфіка застосування ортезів.</p> <p>2. Протези. Класифікація протезів. Роль фізичного терапевта у підготовці до протезування. Протези верхньої кінцівки. Протези нижньої кінцівки.</p> <p>3. Милиці, палиці. Їх застосування у фізичній реабілітації.</p> <p>4. Вертикалізатори.</p> <p>5. Колісні візки. Види та особливості добору.</p> <p>6. Роботизовані засоби фізичної реабілітації.</p>

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

№	Тема заняття / план
1	<p><b>Тема 1. Фізична терапія, ерготерапія як спеціальність та науково-прикладна галузь</b></p> <p>1. Фізична реабілітація, фізична терапія, ерготерапія. Диференційні відмінності.</p> <p>2. Особливості підготовки фізичних терапевтів, ерготерапевтів в Україні та світі.</p> <p>3. Аналіз кваліфікаційної характеристики фізичного терапевта та асистента фізичного терапевта.</p> <p>4. Аналіз кваліфікаційної характеристики ерготерапевта, помічника ерготерапевта.</p>

	5. Професійні компетенції фізичного терапевта, ерготерапевта.
2	<b>Тема 2. Історія становлення фізичної реабілітації</b> 1. Розвиток фізичної реабілітації в світі. 2. Зародження та розвиток реабілітаційної галузі в Україні 3. Сучасний стан реабілітації в Україні та Європі 4. Місце Всеукраїнської Асоціації фізичної терапії у розвитку вітчизняної реабілітаційної галузі.
3	<b>Тема 3. Види, завдання та принципи реабілітації</b> 1. Основні категорії населення, що потребують реабілітації. 2. Медична, фізична, соціальна, психологічна, трудова реабілітація як складові комплексного реабілітаційного процесу. 3. Біомедична та біопсихосоціальна моделі відновлення здоров'я. 4. Загальні завдання фізичної реабілітації. 5. Принципи реабілітації.
4	<b>Тема 4. Періоди та етапи реабілітації</b> 1. Дайте класифікацію періодів фізичної реабілітації, залежно від профілю лікування хворих. 2. Охарактеризуйте етапи медичної реабілітації відповідно до класифікації ВООЗ 3. Особливості та завдання стаціонарного етапу реабілітації. 4. Засоби реабілітації, що використовуються на лікарняному періоді. Загальні протипоказання. 5. Післялікарняний період реабілітації. Етапи. Завдання. Засоби. 6. Диспансерний етап реабілітації. Завдання. Засоби. 7. Реабілітація в домашніх умовах. 8. Санаторне лікування. Курорти, санаторії, профілі санаторіїв. Показання для направлення на курортне лікування. Протипоказання до санаторно-курортного лікування.
5	<b>Тема 5. Рухові режими в реабілітації</b> 1. Ліжковий руховий режим. 2. Напівліжковий руховий режим. 3. Палатний руховий режим. 4. Вільний руховий режим. 5. Щадний руховий режим. 6. Щадно-тренуючий руховий режим. 7. Тренуючий руховий режим. 8. Інтенсивно-тренуючий руховий режим
6	<b>Тема 6. Методи та засоби фізичної реабілітації. Механізми реабілітаційного впливу</b> 1. Поняття засобу та методу. 2. Фізичні вправи як засіб ФР, механізм реабілітаційного впливу. 3. Методи кінезіотерапії. 4. Масаж – як метод ФР. 5. Методи сучасної фізіотерапії в реабілітаційній практиці.
7	<b>Тема 7. ЛФК як метод фізичної реабілітації: загальна характеристика</b> 1. Кінезіотерапія як метод фізичної реабілітації, загальне поняття. 2. Основні задачі кінезіотерапії. 3. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. 4. Загальні показання та протипоказання до застосування кінезіотерапії. 5. Класифікація фізичних вправ.
8	<b>Тема 8. Класифікація фізичних вправ</b> 1. Аеробні та анаеробні фізичні вправи. 2. Циклічні та ациклічні фізичні вправи. 3. Динамічні, статичні, ідеомоторні фізичні вправи.



	<p>4. Вправи на розвиток сили, швидкості, витривалості та координації.</p> <p>5. Загальнорозвиваючі та спеціальні вправи.</p>
9	<p><b>Тема 9. Форми лікувальної фізичної культури</b></p> <p>1. РГГ як форма ЛФК</p> <p>2. Лікувальна гімнастика.</p> <p>3. Елементи спортивних ігор в кінезіотерапії.</p> <p>4. Методи дозованого ходіння та бігу.</p> <p>5. Елементи туризму та рекреаційної рухової активності.</p> <p>6. Гідрокінезіотерапія та лікувальне плавання.</p>
10	<p><b>Тема 10. Масаж як метод фізичної реабілітації</b></p> <p>1. Особливості масажу як засобу реабілітаційного впливу.</p> <p>2. Механізми лікувального впливу масажу.</p> <p>3. Вплив масажу на шкіру. Чутливість шкіри в різних ділянках тіла людини.</p> <p>4. Вплив масажу на нервову систему. Фізіологічна дія симпатичного та парасимпатичного нервів. Сегментарна іннервація внутрішніх органів</p> <p>5. Вплив масажу на лімфатичну систему.</p> <p>6. Вплив масажу на серцево-судинну систему.</p> <p>7. Вплив масажу на м'язи та зв'язково-суглобовий апарат.</p> <p>8. Вплив масажу на внутрішні органи та обмін речовин.</p> <p>9. Вплив масажу на психоемоційний стан.</p>
11	<p><b>Тема 11. Фізіотерапевтичні методи у фізичній реабілітації</b></p> <p>1. Фізіотерапія як науково-прикладна дисципліна.</p> <p>2. Природні та преформовані фізичні чинники. Можливості їх використання у фізичній реабілітації.</p> <p>3. Механізми відновно-лікувального впливу фізичних чинників.</p> <p>4. Загальні показання та протипоказання до призначення фізіопроцедур.</p> <p>5. Комплексне фізіотерапевтичне лікування: поєднання та комбінування.</p> <p>6. Принципи побудови фізіотерапевтичного комплексу.</p>
12	<p><b>Тема 12. Лікувальне використання електричного струму</b></p> <p>1. Механізми фізіологічного та лікувальної дії на організм постійного струму.</p> <p>2. Методики гальванізації.</p> <p>3. Лікарський електрофорез, загальні основи та найважливіші особливості методу.</p> <p>4. Електросон.</p> <p>5. Діадинамотерапія.</p> <p>6. Ампліпульстерапія.</p> <p>7. Інтерференцтерапія.</p> <p>8. Флюктуорізація.</p> <p>9. Черезшкірна електростимуляція.</p> <p>10. Методика проведення класичної електродіагностики.</p> <p>11. Електростимуляція.</p> <p>12. Високочастотна електротерапія.</p>
13	<p><b>Тема 15. Лікувальне використання світлових спектрів та магнітних полів</b></p> <p>1. Ультратеротерапія.</p> <p>2. Дарсонвалізація.</p> <p>3. Індуктотермія.</p> <p>4. Ультрависокочастотна терапія.</p> <p>5. Дециметровохвильова і сантиметрововолнова терапія (ДМХ-і СМВ-терапія).</p> <p>6. Міліметроволнова терапія (ММВ-терапія).</p> <p>7. Фізіологічна та лікувальна дія магнітних полів. Магнітотерапія.</p> <p>8. Поняття про ультразвукову терапію. Ультрафонофорез лікарських речовин.</p> <p>9. Фізіологічна та лікувальна дія інфрачервоних і видимих променів.</p> <p>10. Фізіологічна та лікувальна дія ультрафіолетових променів з різною довжиною хвилі (ДУФ, СУФ, КУФ).</p> <p>11. Лазеротерапія.</p>

	12. Біоптронтерапія.
14	<p><b>Тема 13. Кліматотерапія та санаторно-курортне лікування</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Види кліматотерапії: аеротерапія, геліотерапія, таласотерапія, спелеотерапія. Методики кліматотерапії. Показання та протипоказання.</li> <li>2. Основні бальнеологічні і грязьові курорти. Методики курортного застосування мінеральних вод і лікувальних грязей.</li> <li>3. Парафіно-і озокеритолікування.</li> <li>4. Місцеві та загальні грязьові аплікації, грязьові розвідні ванни. Застосування «грязьового розчину» і препаратів, приготованих з лікувальних грязей. Показання та протипоказання для грязелікування.</li> <li>5. Водолікування. Гідротерапія.</li> <li>6. Класифікація гідротерапевтичних процедур. Обливання, обтирання, укутування, особливості фізіологічної дії.</li> <li>7. Лікувальні душі: дощовий, голчастий, пиловий, циркулярний, струевої (душ Шарко, шотландський), віяловий, висхідний, підводний душ-масаж.</li> </ol>
15	<p><b>Тема 14. Механотерапія як метод фізичної реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття про механотерапію</li> <li>2. Види механотерапевтичних тренажерів</li> <li>3. Показання та протипоказання до механотерапії</li> <li>4. Особливості механотерапії при різних травмах і захворюваннях.</li> </ol>
16	<p><b>Тема 15. Працетерапія</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поняття про працетерапію.</li> <li>2. Ерготерапевтичне втручання та його роль у відновленні професійно-трудоових навичок.</li> <li>3. Специфіка працетерапії при різних захворюваннях та травмах.</li> <li>4. Діяльність ЛКК та МСЕК. Проведення трудової експертизи. Визнання інвалідності.</li> </ol>
17	<p><b>Тема 16, 17. Допоміжні засоби у фізкультурно-спортивній реабілітації</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ортези. Види ортезів та їх характеристика.</li> <li>2. Показання для призначення жорстких та напівжорстких ортезів колінного суглоба?</li> <li>3. Види ортезів для гомілковостопного суглобу. Показання для призначення.</li> <li>4. Ортези для кульшового суглобу.</li> <li>5. Ортези для верхньої кінцівки.</li> <li>6. Корсети: види корсетів та їх призначення у реабілітаційній практиці.</li> <li>7. Протези нижньої кінцівки: види та особливості підбору.</li> <li>8. Протези верхньої кінцівки: види та особливості підбору.</li> <li>9. Види ортопедичних устілок, показання та специфіка застосування.</li> <li>10. Ходунки, милиці, палиці: основні види, їх місце у реабілітації.</li> <li>11. Колісні крісла: види, особливості добору та роль у розширенні мобільності пацієнтів.</li> </ol>

#### 4.3. Завдання для самостійної роботи

Самостійно опрацювати теми, наведені нижче. На одну з тем (за вибором) створити презентацію (10-15 слайдів) або реферат.

Обсяг реферативної 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 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).

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].

Ілюстративний матеріал – малюнки, графіки, схеми тощо слід розміщувати безпосередньо після прешого 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.

### **Теми для самостійного опрацювання**

1. Порівняльна характеристика підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні та світі.
2. Використання фізичних чинників у медичній та фізичній реабілітації.
3. Прикладна кінезіологія як напрям фізичної реабілітації.
4. Клініко-фізіологічне обґрунтування реабілітаційного впливу лікувального масажу.
5. Дозування та індивідуалізація засобів та методів фізичної реабілітації.

6. Проведення реабілітаційного обстеження та постановка реабілітаційного діагнозу.
7. Визначення реабілітаційного потенціалу хворого та створення реабілітаційного прогнозу.
8. Поточний моніторинг та контроль ефективності програм фізичної реабілітації.
9. Застосування комбінованих програм фізичної реабілітації, специфіка узгодження методів та засобів.
10. Особливості фізичної реабілітації у травматології та ортопедії.
11. Особливості фізичної реабілітації у невропатології.
12. Особливості фізичної реабілітації у кардіології.
13. Особливості фізичної реабілітації при внутрішніх хворобах.
14. Особливості фізичної реабілітації у педіатрії.
15. Новітні методи фізичної реабілітації.
16. Вплив хронічного соматичного захворювання на особистість хворого.
17. Внутрішня картина хвороби, механізм її формування та вплив на ефективність реабілітаційного процесу.
18. Типологія ставлення до захворювання. Особливості професійного спілкування із хворими різних психотипів.
19. Медична етика та деонтологія в роботі фахівця-реабілітолога.
20. Особливості професійного спілкування реабілітолога з колегами та пацієнтами.

#### 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:* мультимедійний проектор.

### 5. Підсумковий контроль

*Перелік питань підсумкового контролю (залік)*

1. Реабілітація. Види реабілітації. Реабілітація як функціональне і соціально-трудове відновлення хворих та інвалідів.
2. Превентивна реабілітація.
3. Поняття про соціальну реабілітацію.
4. Засоби фізичної реабілітації. Її характеристика.
5. Правила поєднання засобів фізичної реабілітації.
6. Мета, завдання, об'єкт та предмет вивчення фізичної реабілітації. Взаємозв'язок фізичної реабілітації з іншими навчальними дисциплінами.
7. Особливості фізичної реабілітації як лікувального засобу.
8. Методичні принципи застосування засобів фізичної реабілітації, їх обґрунтування.
9. Періоди та етапи фізичної реабілітації.
10. Поняття про ЛФК. Характеристика ЛФК як лікувального засобу.
11. Форми застосування ЛФК та їх характеристика.
12. Рухові режими хворих у післялікарняний період та їх характеристика.

13. Критерії дозування фізичних навантажень у лікувальній фізичній культурі. Фізіологічна крива і моторна щільність занять.
14. Вплив фізіотерапевтичних чинників на організм.
15. Фізіотерапевтичні методи, засновані на використанні імпульсивних струмів. Їх характеристика.
16. Фізіотерапевтичні методи з використанням струмів високої частоти та електричного поля, їх характеристика.
17. Методи водолікування. Їх характеристика. Показання до застосування.
18. Поняття про механотерапію. Типи механотерапевтичних апаратів та їх характеристика. Показання і протипоказання до застосування механотерапії.
19. Поняття про душ як засіб водолікування. Види душів. Їх характеристика. Показання, протипоказання до застосування.
20. Поняття про ванну як засіб водолікування. Види ванн. Їх характеристика. Показання. Протипоказання до застосування.
21. Загальна характеристика масажу, як засобу фізичної реабілітації. Короткий історичний нарис про розвиток масажу.
22. Прийоми масажу, їх характеристика. Критерії дозування масажних прийомів. Абсолютні протипоказання до застосування масажу.
23. Методичні основи масажу і їх обґрунтування. Схеми масажу.
24. Суб'єктивні та об'єктивні методи дозування фізичних навантажень. Види контролю за реакцією організму.
25. Законодавчі та організаційні аспекти фізичної реабілітації як професії та галузі знань
26. Компетентнісна характеристика фахівця з фізичної реабілітації
27. Особливості підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні та світі
28. Проведення реабілітаційного обстеження та постановка реабілітаційного діагнозу.
29. Визначення реабілітаційного потенціалу хворого. Реабілітаційний прогноз та його значення у структурі ФР.
30. Моніторинг стану пацієнта та поточний контроль у процесі фізичної реабілітації.
31. Визначення ефективності реабілітаційних заходів.

**«0» варіант залікового/іспитового білету**

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Рівень вищої освіти – бакалавр

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Навчальна дисципліна – **«Сучасні методики фізкультурно-спортивної реабілітації»**

**ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 0**

1. Перерахуйте функціональні проби з фізичним навантаженням. З якою метою вони застосовуються?
2. Основні принципи методики ЛФК при недостатності кровообігу.
3. ЛФК при бронхоектатичній хворобі.
4. Відновно-комплексна терапія при невриті лицьового нерва.

*Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту № \_\_ від \_\_\_\_\_.*

Завідувач кафедри

С.В. Гетманцев

За кожне питання студент отримує по 10 балів максимум.

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;

#### 6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Виконання практичних завдань	16 x 3 = 48
2	Виконання завдання до самостійної роботи студентів	12
3	Екзамен	40
	<b>Всього</b>	<b>100</b>

#### Усна відповідь на практичному занятті

3 бали	Студент має глибокі міцні і системні знання з теми, використовує наукову термінологію, вільно володіє понятійним апаратом. Правильно планує свою самостійну роботу. Будує відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи наукову термінологію.
2 бали	Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей.
1 бали	Студент знає програмний матеріал повністю; має практичні навички в аналізі системи заходів, які здійснюються при оздоровчо-рекреаційній руховій активності з різними верствами населення; недостатньо вміє самостійно мислити, не може вийти за межі теми.

#### Написання та захист реферату

15 балів	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить нову, нетрадиційну інформацію з даного питання і пропозиції щодо її практичного застосування.
----------	---

12-14 балів	Запропонована студентом робота викладена в обсязі, що вимагається, оформлена грамотно, спирається переважно на базовий теоретичний і практичний матеріал, містить фрагменти нової, нетрадиційної інформації. Оформлення роботи має незначні недоліки.
8-11 балів	Запропонована студентом робота викладена в необхідному обсязі, оформлена грамотно, включає базовий теоретичний та практичний вихід, але містить певні недоліки у висвітленні питання, яке досліджувалось. Оформлення роботи має деякі недоліки.
4-7 балів	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але не має практичного виходу. Виклад матеріалу неточний, присутні значні недоліки у висвітленні теми та оформленні роботи.
2-3 бали	Робота містить базовий теоретичний та практичний матеріал, але тема розкрита неповністю. Виклад матеріалу неточний, присутні недоліки у висвітленні теми. Обсяг та оформлення запропонованої роботи мають значні неточності.
1 бал	Робота базується на фрагментарних знаннях з курсу. Тема дослідження не розкрита. Оформлення не відповідає вимогам.

## 7. Рекомендовані джерела інформації

### 7.1. Основні:

1. Богдановська, Н. В. Фізична реабілітація засобами фізіотерапії : підруч. / Н. В. Богдановська, І. В. Кальонова. – Суми : Унів. кн., 2020. – 328 с.
2. Григус, І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навч. посіб. / І. М. Григус. – 2–ге вид., стер. – Львів : Новий світ–2000, 2019. – 170 с.
3. Колишкін, О. В. Теоретико-практичні основи адаптивної фізичної культури : навч. посіб. / О. В. Колишкін. – Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. – 424 с.
4. Лікувально-реабілітаційний масаж: навч. посіб. / Д. В. Вакуленко [та ін.]. - Київ : ВСВ Медицина, 2020. - 568 с.
5. Лянной Ю. О. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. / Ю. О. Лянной ; ред. Ю. О. Лянной. - Суми : Вид-во Сум. ДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. - 368 с. .
6. Майкова Т. В. Ерготерапія: підручник / Т. В. Майкова, С. М. Афанасьєв, О. С. Афанасьєва. - Дніпро : Журфонд, 2019. - 374 с.
7. Михалюк, Є. Л. Науково-доказова практична діяльність у фізичній реабілітації : підручник / Є. Л. Михалюк, Ю. Г. Резніченко. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 104 с.
8. Михалюк, Є. Л. Терапевтичні вправи : підручник / Є. Л. Михалюк, Ю. Г. Резніченко. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 228 с.
9. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підруч. для студентів I рівня вищ. освіти: галузь знань 22 "Охорона здоров'я", спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" / за заг. ред.: Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. - Тернопіль : ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. - 372 с.
10. Швесткова Ольга, Сладкова Петра та кол. Фізична терапія: Підручник. – Київ, Чеський центр у Києві, 2019. – 272 с.

### 7.2. Додаткові:

1. Лікувально–реабілітаційний масаж : навч. посіб. / Д. В. Вакуленко [та ін.]. – Київ : ВСВ Медицина, 2020. – 568 с.
2. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підруч. / Л. О. Вакуленко [та ін.] ; за заг. ред.: Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. – Тернопіль : ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. – 372 с.
3. Чурпій І.К., Голод Н.Р., Янів О.В., Федорівська Л.П., Куравська Ю.В., Тудоси В.Г., Зінченко Н.М., Морська Л.В. Навчальний посібник «Термінологічний словник для студентів I-IV курсів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія», 2020р.
4. Яримбаш, К. С. Фізична реабілітація осіб з особливими потребами : підручник / К. С. Яримбаш, О. Є. Дорофєєва, О. С. Афанасьєва. – Дніпро : Журфонд, 2020. – 215 с.

### 7.3. Інтернет-ресурси:

1. [http://www.sportpharma.ru/s\\_sportf.htm](http://www.sportpharma.ru/s_sportf.htm)
2. <http://pda.runners.ru/content/view/2280/57/>



3. <http://www.antidoping-center.narod.ru/nauka/3p.html>
4. <http://medi.ru/doc/a0210602.htm>
5. <http://postroke.ru/?cat=2>
6. [http://revolution.allbest.ru/sport/00087002\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/sport/00087002_0.html)
7. <http://works.tarefer.ru/90/100122/index.html>
8. <http://www.5ka.ru/10/325/1.html>
9. <http://works.tarefer.ru/90/100203/index.html>
10. <http://hardgainer.ru/hard2.view5.page155.htmlf>
11. [http://www.referat.su/refs\\_new/34522/ref\\_part\\_1.shtml](http://www.referat.su/refs_new/34522/ref_part_1.shtml)
12. <http://online14.info/news/view/99.html>
13. <http://referats.qip.ru/referats/preview/76818/2>
14. <http://www.spenecenter.ru/sindrom.htm>
15. <http://www.golkom.ru/news/625.html>
16. <http://www.fitness-online.by/2006/03/11/vosstanovlenie.html>
17. <http://sportbok.narod.ru/Tren/tr42.html>
18. <http://alpinist.clan.su/load/3>