

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені БОРИСА ГРІНЧЕНКА

Факультет здоров'я, фізичного виховання і спорту

Кафедра спорту та фітнесу



"ЗАТВЕРДЖУЮ"

Проректор з науково-методичної
та навчальної роботи

Олексій Жильцов

2021 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Кінезіологічне тейпування

Для студентів

спеціальності: 227 Фізична терапія, ерготерапія

освітнього рівня: першого (бакалаврського)

освітньої програми: 227.00.02 «Фізична терапія, ерготерапія»

вибіркова спеціалізація Кінезіологія

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА
Ідентифікаційний код 02135554
Начальник відділу
моніторингу якості освіти

Програма № 1437/21
Жильцов
(підпис) (прізвище, ініціали)

« » 2021 р.

Київ - 2021

Розробники:

Виноградов Валерій Євгенович, професор кафедри спорту та фітнесу, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

Викладачі:


Виноградов Валерій Євгенович, професор кафедри спорту та фітнесу, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри спорту та фітнесу

Протокол від « 10 » січня 2019р. № 6

Завідувач кафедри  (В.В.Білецька)
(підпис)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої (професійної/наукової) програми (керівником проектної групи) «Фізична терапія, ерготерапія»
10.01.2019 р.

Грант освітньої (професійної/наукової) програми
(керівник проектної групи)  (М.Ф.Хорошуха)
(підпис)

Робочу програму перевірено


10.01.2019 р.

Заступник директора/декана  (О.С. Комоцька)
(підпис)

Проланговано :

На 2019/2020 н.р.  (Білецька В.В.) « 29 » 01 2019 р., протокол № 1
(підпис) (ПІБ)

На 2020/2021 н.р.  (Білецька В.В.) « 31 » 01 2020 р., протокол № 1
(підпис) (ПІБ)

На 2021/2022 н.р.  (Білецька В.В.) « 01 » 09 2021 р., протокол № 9
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р. (_____) « __ » 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

На 20__/20__ н.р. (_____) « __ » 20__ р., протокол № ____
(підпис) (ПІБ)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	Денна	Заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	4/120	
Курс	2	-
Семестр	4	-
Кількість модулів	4	
Обсяг кредитів	4	-
Обсяг годин, в тому числі:	120	-
Аудиторні	56	-
Модульний контроль	8	-
Семестровий контроль	-	-
Самостійна робота	56	-
Форма семестрового контролю	залік	-

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета дисципліни – формування базових професійних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну та практичну підготовку фізичного терапевта, ерготерапевта.

Завдання дисципліни:

Вивчення дисципліни спрямовано на досягнення компетенцій:

1. Технологічно-реабілітаційна. Здатність визначити ефективні підходи до вибору необхідної методики застосування фізичних вправ з лікувальним призначенням, усвідомлювати особливості використання засобів фізичної реабілітації при різних захворюваннях і травмах.
2. Здатність виконувати тейпування м'язів та зв'язок, застосовувати тейпи при особливих показаннях.
3. Здатність застосовувати тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлестова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів.

3. Результати навчання за дисципліною

Під час занять та самостійної роботи студенти **набувають уміння та навички:**

1. Здатен використовувати основні принципи медичної активності особи для профілактики захворювань, здатен здійснювати комплексну взаємодію різних компонентів здорового способу життя.
2. Здатен накладати тейпи на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальцю.

3. Здатен накладати тейпи на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зvezди для тригерних точок, видаляти тейпи.
4. Здатен застосовувати тейпування при функціональній корекції та при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів.

4. Структура навчальної дисципліни

Тематичний план для денної форми навчання

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					Самостійна
		Аудиторна:					
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Змістовий модуль 1. ВСТУП ДО ОСНОВ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ТЕЙПУВАННЯ, КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ.							
Тема 1. Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування.		2					
Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування.				2			
Тема 2. Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	2	2					
Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	4			4			
Показання та протипоказання до накладення кінезіотейпу, теорія кольору.	2			2			
Анатомія поверхневих м'язів.	2			2			
Будова та функції м'язів.	2			2			
Будова та функції зв'язок.	2			2			
Будова та функції лімфатичної системи.	2			2			
Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування	4						4
Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	4						4
Модульний контроль	2						

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
Усього	30	4		16			8
Змістовий модуль 2. Тейпування м'язів.							
Тема 3. Тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз.	2	2					
Біль (адгезія), пропріо- та інтеро- та екстерорецептори, поняття ноцицептивного болю	2			2			
Накладання тейпу на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальцю.	4			4			
Тейпування м'язів.	20						20
Модульний контроль	2						
Усього	30	2		6			20
Змістовий модуль 3. Тейпування зв'язок.							
Тема 4. Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.	2	2					
Будова зв'язок, функціональні особливості	4			4			
Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.	4			4			
Накладення тейпа на зв'язки.	18						18
Модульний контроль	2						
Усього	30	2		8			18
Змістовий модуль 4. Застосування тейпів при особливих показаннях							
Тема 5. Застосування тейпування при функціональній корекції та при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного	2	2					

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					Самостійна
		Аудиторна:					
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів.							
Функціональні порушення постави. Хвороба тунельного синдрому.	2			2			
Остеоартроз (колінного суглобу), поняття хлистової травми.	2			2			
Застосування тейпування при функціональній корекції	4			4			
Застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів.	4			4			
Безпека при заняттях в тренажерній залі, травмонебезпечні вправи	4			4			
Застосування тейпування при функціональній корекції та при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового суглобів.	10						10
Модульний контроль	2						
Разом	30	2		16			10
Підготовка та проходження контрольних заходів							
Усього	120	10		46			56

Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. ВСТУП ДО ОСНОВ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ТЕЙПУВАННЯ, КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ

Лекція 1. Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування.

Основні питання / ключові слова: десмургія, перевязочний матеріал, техніка бинтування.

Практичне заняття 1. Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування.

Основні питання / ключові слова: десмургія, перевязочний матеріал, техніка бинтування.

Лекція 2. Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи.

Основні питання / ключові слова: методи тейпування, стабілізація суглобу, екзоскелет, підтейпник, еластичні та нееластичні матеріали для тейпування, механічне та сенсорне тейпування, ножиці та тейпорізи, вплив тейпування на процеси відновлення та реабілітації, ефекти тейпування.

Практичне 2-3. Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи.

Основні питання / ключові слова: методи тейпування, стабілізація суглобу, екзоскелет, підтейпник.

Практичне 4. Показання та протипоказання до накладення кінезіотейпу, теорія кольору.

Основні питання / ключові слова: кінезіотейп, Показання та протипоказання до накладення кінезіотейпу, теорія кольору, компресія, аутоадгезивний еластичний бинт, стандартні заготовки кінезіотейпу.

Практичне заняття 5. Анатомія поверхневих м'язів.

Основні питання / ключові слова: будова м'язового волокна, класифікація м'язів, поверхневі м'язи.

Практичне заняття 6. Будова та функції м'язів.

Основні питання / ключові слова: тонус м'язів, функції м'язів, механізм скорочення та розслаблення м'язів, скелетні м'язи.

Практичне заняття 7. Будова та функції зв'язок.

Основні питання / ключові слова: функції, будова зв'язок, властивості зв'язок.

Практичне заняття 8. Будова та функції лімфатичної системи.

Основні питання / ключові слова: будова, функції лімфатичної системи, міжклітинна речовина, поняття дренажу, лімфовузли, лімфоток, антитіла, продукти життєдіяльності.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ТЕЙПУВАННЯ М'ЯЗІВ.

Лекція 3. Тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз.

Основні питання / ключові слова: загальні правила тейпування, техніка тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз.

Практичне заняття 9. Біль (адгезія), пропріо- та інтеро- та екстерорецептори, поняття ноцицептивного болю.
Основні питання / ключові слова: міофасціальний больовий синдром (МФБС), гострі, підгострі, хронічні стадії МФБС, ноцицептивна біль.

Практичне заняття 10-11. Накладання тейпу на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальцю.

Основні питання / ключові слова: еластичні та нееластичні матеріали для тейпування, механічне та сенсорне тейпування, ножиці та тейпорізи, вплив тейпування на процеси відновлення та реабілітації, ефекти тейпування.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ТЕЙПУВАННЯ ЗВ'ЯЗОК.

Лекція 4. Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.

Основні питання / ключові слова: техніка тейпування зв'язок, фаціальна техніка, коректуючи техніка, техніка накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.

Практичне заняття 12-13. Будова зв'язок, функціональні особливості.

Основні питання / ключові слова: профілактика травм м'язово-зв'язкового апарату, компресійні ущільнювачі, фіксатори, лікувальні мазі та розтирки.

Практичне заняття 14-15. Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зvezди для тригерних точок, видалення тейпа.

Основні питання / ключові слова: техніка накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зvezди для тригерних точок, видалення тейпа.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. ЗАСТОСУВАННЯ ТЕЙПІВ ПРИ ОСОБЛИВИХ ПОКАЗАННЯХ.

Лекція 5. Застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглоба.

Основні питання / ключові слова: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного суглоба, застосування тейпування при цих захворюваннях, вісцеросенсорний рефлекс Макензі.

Практичне заняття 16. Функціональні порушення постави. Хвороба тунельного синдрому.

Основні питання / ключові слова: зап'ясток, серединний нерв, постава, здоров'я.

Практичне заняття 17. Остеоартроз (колінного суглобу), поняття хлистої травми.

Основні питання / ключові слова: дегенератино-дистрофічні захворювання суглобів, ураження хрящової тканини суглобних поверхонь.

Практичне заняття 18-19. Застосування тейпування при функціональній корекції.

Основні питання / ключові слова: профілактика захворювань та деформацій кістково-мязової системи, ЛФК, фізичне навантаження з обтяженням.

Практичне заняття 20-21. Застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, «хлистова» травма шиї, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглоба.

Основні питання / ключові слова: прояви травми, вертеброневрологічні порушення, симптоми, ступінь важкості, застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, «хлистова» травма шиї, остеоартроз колінного, плечового суглоба.

Практичне заняття 22-23. Безпека при заняттях в тренажерній залі, травмонебезпечні вправи

Основні питання / ключові слова: протипоказання до занять спортом, технології виконання вправ без травм, «заборонені» вправи, правила виконання безпечних рухів.

6. Контроль навчальних досягнень

6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна кількість балів	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3		Модуль 4	
		Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	1	1	1	1	1	1
Відвідування семінарських									
Відвідування практичних	1	8	8	3	3	4	4	8	8

занять									
Робота на семінарському занятті									
Робота на практичному занятті	10	4	40	2	20	2	20	4	40
Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист)									
Виконання завдань для самостійної роботи	5	2	10	1	5	1	5	1	5
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ									
	Разом		85		54		55		79

6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії оцінювання

Змістовий модуль теми курсу	Академічний контроль	Бали
Змістовий модуль 1. ВСТУП ДО ОСНОВ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ТЕЙПУВАННЯ, КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ		
Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування	Поточний	5
Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	Поточний	5
Змістовий модуль 2. ТЕЙПУВАННЯ М'ЯЗІВ		
Тейпування м'язів	Поточний	5
Змістовий модуль 3. ТЕЙПУВАННЯ ЗВ'ЯЗОК		
Накладення тейпа на зв'язки	Поточний	5
Змістовий модуль 4. ЗАСТОСУВАННЯ ТЕЙПІВ ПРИ ОСОБЛИВИХ ПОКАЗАННЯХ		
Застосування тейпування при функціональній корекції та при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлестова травма, остеоартроз колінного, плечового суглобів.	Поточний	5
		25

За самостійну роботу студент отримує від 1 до 5 балів.

Кількість балів за роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, під час виконання самостійної роботи залежить від дотримання таких вимог:

- ✓ своєчасність виконання навчальних завдань;
- ✓ повний обсяг їх виконання;
- ✓ якість виконання навчальних завдань;
- ✓ самостійність виконання;
- ✓ творчий підхід у виконанні завдань;
- ✓ ініціативність у навчальній діяльності.

6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — модульне письмове тестування.

Критерії оцінювання модульного письмове тестування:

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	24 - 25
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	21 - 23
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	18 – 20
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	13 – 17
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	10 -13
Незадовільно <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	6 – 9
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-5

6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання

Форма контролю — залік.

6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.

1. Опишіть історію десмургії, тейпування, кінезіотейпування.
2. Дайте визначення «десмургія», охарактеризуйте перевязочний матеріал, техніку бинтування.
3. Охарактеризуйте матеріали для тейпування.
4. Назвіть методи та техніки застосування тейпування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки.
5. Назвіть особливості застосування тейпування для лімфатичної системи.
6. Дайте визначення: «стабілізація суглобу», «екзоскелет», «підтейпник».
7. Охарактеризуйте еластичні та нееластичні матеріали для тейпування.
8. Опишіть механічне та сенсорне тейпування.
9. Опишіть вплив тейпування на процеси відновлення та реабілітації, ефекти тейпування.
10. Назвіть показання та протипоказання до накладення кінезіотейпу.
11. Опишіть теорію кольору.

12. Дайте визначення «компресія», «аутоадгезивний еластичний бинт», «стандартні заготовки кінезіотейпу».
13. Опишіть будову м'язового волокна.
14. Надайте класифікацію м'язів.
15. Опишіть будову та функції м'язів.
16. Охарактеризуйте механізм скорочення та розслаблення м'язів.
17. Опишіть будову та функції зв'язок.
18. Опишіть будову та функції лімфатичної системи.
19. Дайте визначення «лімфатична система», «міжклітинна речовина», «дренаж», «лімфовузли», «лімфоток», «антитіла», «продукти життєдіяльності».
20. Опишіть та виконайте тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз.
21. Визначте загальні правила тейпування.
22. Охарактеризуйте техніку тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз.
23. Дайте визначення «пропріо- та інтеро- та екстерорецептори», «ноцицептивний біль», «міофасціальний больовий синдром (МФБС)», «гострі, підгострі, хронічні стадії МФБС».
24. Опишіть особливості накладання тейпу на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальцю.
25. Розкрийте особливості накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.
26. Розкрийте будову зв'язок, функціональні особливості.
27. Розкрийте напрямки профілактики травм м'язово-зв'язкового апарату, компресійні ущільнювачі, фіксатори, лікувальні мазі та розтирки.
28. Визначте особливості застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлистова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглоба.
29. Назвіть функціональні порушення постави. Охарактеризуйте хворобу тунельного синдрому.
30. Дайте визначення «остеоартроз (колінного суглобу)», «хлистова травма», «дегенеративно-дистрофічні захворювання суглобів», «ураження хрящової тканини суглобних поверхонь».
31. Розкрийте застосування тейпування при функціональній корекції.
32. Назвіть напрямки профілактики захворювань та деформацій кістково-м'язової системи, особливості ЛФК, фізичного навантаження з обтяженням.
33. Охарактеризуйте протипоказання до занять спортом, технології виконання вправ без травм, «заборонені» вправи, правила виконання безпечних рухів.

6.6.Шкала відповідності оцінок

№	Вид діяльності	Кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього за семестр
1.	Відвідування лекційних занять	1	5	5
2.	Відвідування семінарських і практичних занять	1	23	23
3.	Виконання завдань з самостійної роботи	5	5	25
4.	Робота на семінарських та практичних заняттях	10	12	120
5.	Модульна контрольна робота	25	4	100
	Максимальна кількість балів			273
	Коефіцієнт рейтингових балів			2.73

Оцінка	Кількість балів
Відмінно <i>Знання, виконання в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)</i>	90-100
Дуже добре <i>Знання, виконання в повному обсязі зі значною кількістю (3-4) несуттєвих помилок (вище середнього рівень)</i>	82-89
Добре <i>Знання, виконання в неповному обсязі з незначною кількістю (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)</i>	75-81
Задовільно <i>Знання, виконання в неповному обсязі зі значною кількістю (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівень)</i>	69-74
Достатньо <i>Знання, виконання в неповному обсязі, але є достатніми і задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання (нижче середнього рівень)</i>	60-68
Незадовільно <i>Знання, виконання недостатні і не задовольняють мінімальні вимоги результатів навчання з можливістю повторного складання модулю (низький рівень)</i>	35-59
Незадовільно <i>З обов'язковим повторним курсом модуля (знання, вміння відсутні)</i>	1-34

7. Навчально-методична картка дисципліни

Разом: 120 год.: лекції - 10 год., практич. заняття - 46 год., самостійна робота - 56 год., модульн. контроль - 8 год.

Модулі	Змістовий модуль I								Змістовий модуль II		
Назва модуля	ВСТУП ДО ОСНОВ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ТЕЙПУВАННЯ, КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ (max 85 б.)								ТЕЙПУВАННЯ М'ЯЗІВ (max 54 б.)		
Лекції	1	2							3		
Теми лекцій	Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування	Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи							Тейпування м'язів: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз		
Відвідування лекції	1	1							1		
Практичні	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Теми занять	Історія десмургії, тейпування, кінезіотейпування	Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	Матеріали для тейпування, методи та техніки застосування: м'язи, зв'язки, корекційні техніки. Застосування для лімфатичної системи	Показання та протипоказання до накладення кінезіотейпу, теорія кольору	Анатомія поверхневих м'язів	Будова та функції м'язів	Будова та функції зв'язок	Будова та функції лімфатичної системи	Біль (адгезія), пропріо- та інтеро- та екстерорецептори, поняття ноцицептивного болу	Накладання тейпу на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальця	Накладання тейпу на м'язи: дельтовидна, трапецієвидна, підостна, клубова, прямий м'яз стегна, двоголовий м'яз стегна, передній великогомілковий м'яз, довгий згинач великого пальця
Відвідування практичних, бали	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на практичних, бали		10		10		10		10		10	10
Самостійна робота, бали	5							5			5
Модульний контроль		25							25		

Модулі	ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ III				ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ IV							
Назва модуля	ТЕЙПУВАННЯ ЗВ'ЯЗОК (max 55 б.)				ЗАСТОСУВАННЯ ТЕЙПІВ ПРИ ОСОБЛИВИХ ПОКАЗАННЯХ (max 79 б.)							
Лекції	4				5							
Теми лекцій	Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.				Застосування тейпування при функціональній корекції та при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлестова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів							
Відвідування лекції	1				1							
Практичні	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
Теми занять	Будова зв'язок, функціональні особливості	Будова зв'язок, функціональні особливості	Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.	Накладення тейпа на зв'язки: колатеральні зв'язки коліна, зв'язка надколінка, ахілове сухожилля, застосування протиболевої зірки для тригерних точок, видалення тейпа.	Функціональні порушення постави. Хвороба тунельного синдрому	Остеоартроз (колінного суглобу), поняття хлестової травми	Застосування тейпування при функціональній корекції	Застосування тейпування при функціональній корекції	Застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлестова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів	Застосування тейпування при особливих показаннях: сколіоз, синдром зап'ястного каналу, хлестова травма, остеоартроз колінного, плечового, гомілковостопного суглобів	Безпека при заняттях в тренажерній залі, травмонезпечні вправи	Безпека при заняттях в тренажерній залі, травмонезпечні вправи
Відвідування семінарів, бали	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Робота на практичних, бали		10		10		10		10		10		10
Самостійна робота, бали				5								5
Модульний контроль	25				25							
Підсумковий контроль	Залік											

8. Рекомендовані джерела

Основна:

1. Василевский С. С. Механизмы действия оригинальных кинезиотейпов «К-Active» // Информ. вестник. Физиотерапия и реабилитация / С. С. Василевский, В. Г. Крючок. – 2012. – № 2–3(19–20).– С. 20–23.
2. Кубринк Б. K-Taping. / Б. Кубринк.– Академия K-Taping, Дортмунд, Германия. Verlag Дортмунд, 2016. ООО «Меридиан - С», [перевод с англ. Кошелев И. В., Савич А. Б.]. Второе издание, 2017.– 290 с.: ил.
3. Ключиков А. И. Тейпирование и применение кинезиотейпа в спортивной практике. Методическое пособие / А. И. Ключиков. – М.: РАСМИРБИ, 2009. – 140 с.
4. Нечаев В. И. Стопа это «фундамент» / В. Нечаев // Легкая атлетика. – 2011. – № 7/8. – С. 34–36.
5. Перрин Д. Повязки и ортезы в спортивной медицине / Д. Перрин. – Практика, 2011. – 192 с.
6. Попов Г. И. Биомеханика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Г. И. Попов. – М.: Изд. центр «Академия», 2008. – 256 с.
7. Руководство по медицинскому тейпингу / Г. Пяйнаппел, К. Петер. – Verhlaag печати из Нидерландов, 2012.–224 с.

Додаткова:

8. Виноградов В. Е. Стимуляция работоспособности и восстановительных процессов в тренировочной и соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов : монография / В. Е. Виноградов. – К. : Славутич-Дельфин, 2009. – 368 с.
9. Виноградов В. Е. Влияние кинезиотейпирования на работоспособность легкоатлетов-спринтеров / В. Е. Виноградов // Universitatea de stat de educatie fizica si sport a republicii Moldova. Stiinta culturii fizice. – Chisinau : Editura USEFS, 2015. – № 24/4. – С. 49–54.
10. Роен И. В. Большой атлас по анатомии / И. В. Роен, Ч. Йокочи, Е. Л. Дреколл. – М.: Внешсигма, 1997. – 477 с.
11. Тейпирование в спорте / В. Е. Виноградов, П. Е. Гусев, М. М. Виноградов, О. Н. Грабко // Спортивна медицина. – 2015. – № 1–2. – С. 88–93.
12. Холзер А. Н. Применение кинезиотейпирования у теннисистов 8–9 лет, имеющих деформацию свода стопы, в процессе учебно-тренировочных занятий / А. Н. Холзер, А. А. Джумок // Научно-теорет. журн. «Ученые записки». – 2014. – № 3(109). – С. 186–190.
13. Шубникова Е. А. Мышечные ткани: учеб. пособие. – Е. А. Шубникова, Н. А. Юрина. – М.: 2001. – 240 с.

9. Додаткові ресурси

14. Закон України про «Фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

15. Національний олімпійський комітет України [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://noc-ukr.org/>
16. Aku-Taping. Dr.med. H. U. Hecker, Dr. Med. K. Liebchen. Haug Verlag in MVS, 2005.
17. Myofascial Pain and Dysfunction Trigger point manuel. Volume1 and Volume 2, Lippincott Williams&Wilkins, 1993.
18. Could Kinesio tape replace the bandage in decongestive lymphatic therapy for breast-cancer-related lymphedema? H. J. Tsai, H. C. Hung, J. L. Yang, C. S. Huang, J. Y. Tsauo. Published online: 8 February 2009 @ Springer Verlag 2009.
19. The use of Kinesio Taping® in the management of traumatic patella dislocation D. J. Osterhues. Physiotherapy Theory and Practice 2004; 20: 267-70.
20. The effect of Kinesio Taping on lower trunk range of motion. F. Yoshida. Research in Sports Medicine 2007; 15: 103-12.