

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ «УНІВЕРСУМ»  
Циклова комісія фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Проректор з науково-методичної  
та навчальної роботи  
Олексій ЖИЛЬЦОВ  
« 09 » 2021 р.



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

для студентів

спеціальності	014.11 Середня освіта (фізична культура)
предметна спеціальність	Фізична культура
освітнього рівня	молодший спеціаліст

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
Ідентифікаційний код 02136554  
Начальник відділу  
моніторингу якості освіти  
Програма № 0725/21  
СЖ  
(підпис) (прізвище, ініціали)  
«    » 20 21 р.

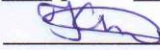
Київ – 2021

**Розробник:** Буряк О. Ю., старший викладач кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології, факультету Здоров'я фізичного виховання і спорту.

**Викладач:** Буряк О. Ю., старший викладач кафедри фізичної реабілітації та біокінезіології, факультету Здоров'я фізичного виховання і спорту.


**Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні циклової комісії фізичного виховання**

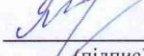
Протокол від 28.08.2021 р. №     

Голова циклової комісії  Надія КОЛОСКОВА  
(підпис)

**Робочу програму перевірено**

04.09.2021 р.

Заступник директора з навчально-методичної роботи  Зоя ГЕЙХМАН  
(підпис)

Заступник директора з навчальної роботи  Яніна КАРЛІНСЬКА  
(підпис)

**Пролонговано:**

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ПІБ), «\_\_»\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ПІБ), «\_\_»\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ПІБ), «\_\_»\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_\_\_

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ПІБ), «\_\_»\_\_ 20\_\_ р., протокол № \_\_\_\_

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма навчання	
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання, оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів/годин	4,5 /135	
Курс	3	
Семестр	5	6
Кількість змістових модулів з розподілом:	2	2
Обсяг кредитів	2,5	2
Обсяг годин, в тому числі:	75	60
Аудиторні	36	28
Модульний контроль	4	4
Семестровий контроль	-	
Самостійна робота	35	28
Форма семестрового контролю	екзамен	

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Мета курсу** – засвоєння студентами теоретичного положення про механізми лікувальної дії фізичних вправ, масажу, засобів фізіотерапії; застосування засобів та форм лікувальної фізичної культури, масажу, засобів фізіотерапії для профілактики та повного відновлення здоров'я і працездатності учнів та спортсменів.

### **Завданнями дисципліни є:**

- формування у студентів здатності вчитися та оволодівати сучасними знаннями;
- формування у студентів здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях;

- формування у студентів здатності застосувати знання про найбільш поширенні захворювання людини на сучасному етапі, основні клінічні симптоми захворювань, пошкоджень і травм;
- формування у студентів здатності визначати показання і протипоказання до застосування засобів фізичної реабілітації ;
- формування у студентів здатності добирати комплекси вправ лікувальної фізичної культури, добирати комплекси відновлювальних засобів, оволодіти основними прийомами масажу ;
- формування у студентів здатності використовувати методи контролю за ефективністю використання засобів фізичної реабілітації.

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

**«Середня освіта (Фізична культура)» (ОС Фаховий молодший бакалавр)**

<b>Номер в освітній програмі</b>	<b>Зміст компетентності</b>	<b>Номер теми, що розкриває зміст компетентності</b>
<b>Загальні компетентності за освітньою програмою</b>		
ЗК-8	Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.	8-11; 15-20
<b>Фахові компетентності за освітньою програмою</b>		
ФК-1	Здатність застосовувати знання щодо принципів, засобів та методів фізичного виховання, основ навчання рухових дій та методики розвитку рухових якостей.	1-4; 12-14
12ФК-2	Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини, надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.	5-7; 12-14; 18
ФК-5	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.	1-4;
ФК-6	Здатність проводити практичні заняття з плавання у ЗЗСО а також використовувати різні види рухової активності у воді з оздоровчою метою, під час організованого відпочинку (літні табори тощо).	15-20
ФК-8	Здатність застосовувати фізичну реабілітацію та адаптивне фізичне виховання для осіб, що їх потребують.	15-20
<b>Програмні результати навчання за освітньою програмою</b>		
ПРН-1	Вміє спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіє фаховою термінологією та дотримується етики ділового спілкування.	1-2
ПРН-9	Обґрунтовує вибір засобів з фізичної реабілітації та адаптивного фізичного виховання.	1-4
ПРН-11	Застосовує у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.	5-11
ПРН-12	Визначає функціональний стан організму учнів та обґрунтовує вибір	12-14;

### **3. Результати навчання за дисципліною**

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні набути наступних компетентностей:

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

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семінари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>Змістовий модуль 1. Застосування фізіотерапії, механотерапії та працетерапії у спортивній реабілітації</b>							
Тема 1. Історія розвитку реабілітації як науки. Види реабілітації	9	1					8
Тема 2. Мета, завдання і принципи застосування спортивної реабілітації. Періоди та етапи спортивної реабілітації	7	1	2				4
Тема 3. Засоби спортивної реабілітації. Поєднання лікувальної фізичної культури з іншими засобами спортивної реабілітації	6	2					4
Тема 4. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації.	4	2	2				
Тема 5. Застосування механотерапії у спортивній реабілітації	2	1	1				
Тема 6. Застосування працетерапії у спортивній реабілітації	6	1	1				4
Модульний контроль	2						
Разом(без урахування модульного контролю)	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>6</b>				<b>20</b>
<b>Змістовий модуль 2. Лікувальний масаж як засіб спортивної реабілітації</b>							
Тема 7. Історія розвитку масажу. Види масажу	5	2					3
Тема 8. Вплив масажу на організм людини. Механізми лікувальної дії масажу	8	4					4
Тема 9. Основні прийоми класичного масажу	8			4			4
Тема 10. Техніка масажу окремих частин тіла	4			4			
Тема 11. Методика використання масажу при різних захворюваннях	4			4			
Тема 12. Методика використання спортивного масажу	8			4			4
Модульний контроль	2						
Разом(без урахування модульного контролю)	<b>37</b>	<b>6</b>		<b>16</b>			<b>15</b>

Назва змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт					
		Аудиторна:					Самостійна
		Лекції	Семинари	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	
<b>Змістовий модуль 3. Застосування лікувальної фізичної культури у спортивній реабілітації</b>							
Тема 13. Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи застосування лікувальної фізкультури	5	1					4
Тема 14. Засоби та форми лікувальної фізкультури	5	1					4
Тема 15. Механізми лікувальної дії фізичних вправ	6		2				4
Тема 16. Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими	1	1					
Тема 17. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК	3	1					2
Модульний контроль	2						
Разом(без урахування модульного контролю)	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>2</b>				<b>14</b>
<b>Змістовий модуль 4. Застосування лікувальної фізичної культури при різних захворюваннях</b>							
Тема 18. Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи	6	2		2			2
Тема 19. Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання	8	2		2			4
Тема 20. Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин	4	2		2			
Тема 21. Лікувальна фізкультура при захворюваннях і травмах нервової системи	8			4			4
Тема 22. Застосування ЛФК у спортивній травматології	10		2	4			4
Модульний контроль	2						
Разом(без урахування модульного контролю)	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>14</b>			<b>14</b>
Підготовка та проходження контрольних заходів	30						
Усього	<b>127</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>30</b>			<b>63</b>
<b>Всього за дисципліною</b> *з урахуванням МКР 8 год.	<b>135</b>						

## 5. Програма навчальної дисципліни

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I

#### ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗІОТЕРАПІЇ, МЕХАНОТЕРАПІЇ ТА ПРАЦЕТЕРАПІЇ У СПОРТИВНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

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

*Основні питання/ключові слова:* історія реабілітації, види реабілітації, мета, завдання, принципи, періоди та етапи реабілітації.

Семінарське заняття 1. Мета, завдання і принципи застосування спортивної реабілітації. Періоди та етапи спортивної реабілітації. (2 год.)

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

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

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

**Тема 3.** Лекція 3. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації.

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

Семінарське заняття 2. Класифікація фізіотерапевтичних засобів. Застосування фізіотерапії у спортивній реабілітації. (2 год.)

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

**Тема 4.** Лекція 4. Застосування механотерапії у спортивній реабілітації. Застосування працетерапії у спортивній реабілітації.

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

Семінарське заняття 3. Застосування механотерапії у спортивній реабілітації. Застосування працетерапії у спортивній реабілітації. (2 год.)



*Основні питання/ключові слова:* апарати маятникового типу, апарати блокового типу, тренажери різних конструкцій. Загальнозміцнююча, відновна, професійна – види працетерапії, трудові процеси, трудові режими, ерготерапія.

*Рекомендована література:*

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

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II**

### **ЛІКУВАЛЬНИЙ МАСАЖ ЯК ЗАСІБ СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**Тема 5.** Лекція 5. Історія розвитку масажу. Види масажу.

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

**Тема 6.** Лекція 6. Вплив масажу на організм людини.

*Основні питання/ключові слова:* вплив масажу на: шкіру, суглоби, зв'язки, сухожилки, м'язи, кровоносну та лімфатичну системи, дихальну систему, нервову систему.

**Тема 7.** Лекція 7. Механізми лікувальної дії масажу.

*Основні питання/ключові слова:* нервово-рефлекторний механізм, гуморальний механізм, механічна дія масажу, механізм дії масажу на обмін речовин, на функціональний стан організму.

**Тема 8.** Практичні заняття 1-2. Основні прийоми класичного масажу (4 год).

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

**Тема 9.** Практичні заняття 3-4. Техніка масажу окремих частин тіла (4 год).

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

**Тема 10.** Практичні заняття 5-6. Методика використання масажу при різних захворюваннях (4 год).

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

**Тема 11.** Практичні заняття 7-8. Методика використання спортивного масажу (4 год).

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

*Рекомендована література:*

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

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ ІІІ

#### ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СПОРТИВНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

**Тема 12.** Лекція 8. Історія розвитку лікувальної фізичної культури. Мета, завдання і принципи застосування лікувальної фізкультури. Засоби та форми лікувальної фізкультури.

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

**Тема 13.** Лекція 9. Періоди застосування лікувальної фізкультури. Рухові режими. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК.

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

**Тема 14.** Семінарське заняття 4. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. (2 год.)

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

*Рекомендована література:*

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

3. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник/ [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.]; за заг. ред. Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчука. – Тернопіль: ТМДУ, 2018. – 372с.

4. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізична культура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. – Київ : ВСВ «Медицина», 2010. – 352 с.

## **ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ IV**

### **ЗАСТОСУВАННЯ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

#### **ПРИ РІЗНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ**

**Тема 15.** Лекція 10. Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи.

*Основні питання/ключові слова:* недостатність кровообігу, інфаркт міокарда, ішемічна хвороба серця, гіпертонічна та гіпотонічна хвороби, стенокардія, ревматизм, вади серця. Форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

Практичне заняття 9. Застосування ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи (2 год).

*Основні питання/ключові слова:* терапевтичні вправи при захворюваннях серця та судин, форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

**Тема 16.** Лекція 11. Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання.

*Основні питання/ключові слова:* дихальна недостатність, пневмонія, плеврит, бронхіт, бронхіальна астма, емфізема легень, туберкульоз легень. Форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

Практичне заняття 10. Застосування ЛФК при захворюваннях органів дихання (2год).

*Основні питання/ключові слова:* терапевтичні вправи при захворюваннях органів дихання, форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

**Тема 17.** Лекція 12. Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин.

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

Практичне заняття 11. Застосування ЛФК при захворюваннях органів травлення та при порушеннях обміну речовин (2 год).

*Основні питання/ключові слова:* терапевтичні вправи при захворюваннях органів травлення, терапевтичні вправи при порушеннях обміну речовин, форми та засоби

ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

**Тема 18.** Семінарське заняття 5. Застосування ЛФК при порушеннях постави у школярів. (2 год.)

*Основні питання/ключові слова:* порушення постави у школярів, форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації.

**Тема 19.** Практичні заняття 12-13. Застосування ЛФК при захворюваннях і травмах нервової системи. (4 год.)

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

**Тема 20.** Практичне заняття 14-15. Застосування ЛФК у спортивній травматології. (4 год.)

*Основні питання/ключові слова:* лікувальна фізична культура у травматології та хірургії, форми та засоби ЛФК, складання комплексів вправ на різних етапах реабілітації при різних рухових режимах.

*Рекомендована література:*

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

## 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	4	4	3	3	2	2	3	3
Відвідування семінарських	1	3	3			1	1	1	1
Відвідування практичних занять	1			8	8			7	7
Робота на семінарському занятті	10	3	30			1	10	1	10
Робота на практичному занятті	10			8	60			7	50
Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист)									
Виконання завдань для самостійної роботи	5	5	25	4	20	4	20	4	20
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25	1	25	1	25
Разом			87		116		58		116
Максимальна кількість балів : 377									
Розрахунок коефіцієнта : $377 / 60 = 6,28$									

### 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання

Змістовий модуль теми курсу	Академічний контроль	Бали
<b>Змістовий модуль 1. Застосування фізіотерапії, механотерапії та працетерапії у спортивній реабілітації (20 год.)</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія лікувального застосування фізичних вправ та масажу.</li> <li>2. Становлення реабілітації як науки.</li> <li>3. Мета і принципи спортивної реабілітації.</li> <li>4. Періоди та етапи спортивної реабілітації.</li> <li>5. Ерготерапія як засіб реабілітації.</li> </ol>	Поточний	25

<b>Змістовий модуль 2. Лікувальний масаж як засіб спортивної реабілітації (15 год.)</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вплив масажу на функціональні системи організму людини.</li> <li>2. Механізми лікувальної дії масажу.</li> <li>3. Показання й протипоказання до призначення масажу у відповідності до діагнозу.</li> <li>4. Застосування масажу для профілактики і реабілітації професійних травм в обраному виді спорту.</li> </ol>	Поточний	20
<b>Змістовий модуль 3. Застосування лікувальної фізичної культури у спортивній реабілітації (14 год.)</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Історія розвитку лікувальної фізичної культури у Стародавньому Китаї та Індії.</li> <li>2. Поєднання засобів фізичної реабілітації.</li> <li>3. Засоби та форми лікувальної фізкультури.</li> <li>4. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування.</li> </ol>	Поточний	20
<b>Змістовий модуль 4. Застосування лікувальної фізичної культури при різних захворюваннях (10 год.)</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Скласти комплекс вправ ЛФК при захворюваннях серцево-судинної системи у відповідності до діагнозу.</li> <li>2. Скласти комплекс вправ ЛФК при захворюваннях органів дихання у відповідності до діагнозу.</li> <li>3. Скласти комплекс вправ ЛФК при порушеннях постави у школярів.</li> <li>4. Скласти комплекс вправ ЛФК у спортивній травматології у відповідності до діагнозу.</li> </ol>	Поточний	20
Всього: 63 годин		85

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

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

#### Критерії оцінювання:

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

### 6.4. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	90-100
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

### 6.5. Форми проведення екзамену та критерії оцінювання

Форма контролю — екзамен.

Умови допуску — 35 і більше балів.

Форма проведення – тестові запитання. Екзамен (40 балів) складається з тестових запитань.

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

Всього 40 питань по 1 балу.

#### Орієнтовний перелік тем/питань:

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

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



## 8. Рекомендовані джерела

### *Основна:*

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

### *Додаткова:*

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

## 9. Інформаційні ресурси

1. <http://www.booksmed.com/>
2. <http://www.twirpx.com/>
3. [https://kodeksy.com.ua/dictionary/fizkul\\_turno-spor](https://kodeksy.com.ua/dictionary/fizkul_turno-spor).
4. <https://physrehab.org.ua/uk/news/08-09-2021/>

**Прості:**

Лікувальна фізична культура потенціює дію лікарських засобів?

Виберіть одну відповідь:

- Правильно
- Неправильно

**Середні:**

Що з перерахованого є критерієм дозування фізичних вправ у ЛФК?

Виберіть одну відповідь:

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

**Складні:**

Встановіть послідовність проведення окремих вправ процедури лікувальної гімнастики:

- 6 Відповідь 1
- 7 Відповідь 2
- 4 Відповідь 3
- 3 Відповідь 4
- 2 Відповідь 5
- 5 Відповідь 6
- 1 Відповідь 7