Національний університет водного господарства та природокористування
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

ЗАТВЕРДЖУЮ

Голова науково-методичної
ради НУВГП
е-підпис Валерій СОРОКА

16.09.2022

08-02-41S

СИЛАБУС
освітньої компоненти

SYLLABUS

Фізична терапія в геронтології		**Physical therapy in gerontology**
Шифр за ОП	ВВ4	Code in Degree Programme
Освітній рівень: магістерський (другий)		Level of education: master's (second)
Галузь знань **Охорона здоров'я**	22	Field of knowledge **Healthcare**
Спеціальність **Фізична терапія, ерготерапія**	227	Field of study: **Physical therapy, occupational therapy**
Спеціалізація **Фізична терапія**	227.1	**Specialization:** **Physical therapy**
Освітня програма **Фізична терапія**		Degree Programme: **Physical therapy**

РІВНЕ – 2022

Силабус освітньої компоненти **«Фізична терапія в геронтології»** для здобувачів вищої освіти ступеня «магістр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «**Фізична терапія»**, спеціальності **227 «Фізична терапія, ерготерапія»,** спеціалізація **227.1 «Фізична терапія».** Рівне. НУВГП. 2022. 39 с.

ОПП на сайті університету: http://ep3.nuwm.edu.ua/23908/

Розробник силабусу: Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Силабус схвалений на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Протокол № 12 від «30» червня 2022 року

Завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії: *е-підпис* Нестерчук Наталія Євгенівна, д.фіз.вих., професор.

Гарант освітньої програми: *е-підпис* Нестерчук Наталія Євгенівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 13 від «30» червня 2022 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ: *е-підпис* Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор

СЗ №-3945 в ЕДО НУВГП

© Ногас А.О., 2022
© НУВГП, 2022

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	*Магістр*
Освітня програма	*Фізична терапія*
Спеціальність Спеціалізація	*227 Фізична терапія, ерготерапія* *227.1 Фізична терапія*
Рік навчання, семестр	*1 рік, 2 семестр*
Кількість кредитів	*4*
Лекції:	*14 год*
Лабораторні роботи:	*26 год*
Самостійна робота:	*80 год*
Курсова робота:	
Форма навчання	*Денна/заочна*
Форма підсумкового контролю	*Залік*
Мова викладання	*Українська*

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА

Лектор 	*Ногас Анжела Олександрівна* *кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії*
Вікіситет	Вікіситет: *http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/* Google Академія:https://scholar.google.com.ua/citations?user=GlIH8kAAAAAJ&hl=uk
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-1287-9828
Як комунікувати	a.o.nohas@nuwm.edu.ua Актуальні оголошення на сторінці дисципліни в системі MOODLE

ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНЮ КОМПОНЕНТУ	
Анотація освітньої компоненти, в т.ч. мета та цілі	Метою викладання освітньої компоненти є формування у студентів поняття про старіння організму, вікові періоди життя, організацію геріатричної допомоги в Україні; вивчення особливостей перебігу захворювань систем: кровообігу, дихання, травлення, сечовидільної, а також інших систем (нервової, ендокринної, зору, слуху) та принципів обстеження і побудови програм фізичної терапії осіб літнього та старечого віку. Завдання вивчення освітньої компоненти: полягають у розширенні світогляду студентів, набутті навичок роботи з пацієнтами літнього та старечого віку, які мають захворювання різних органів та систем; теоретична та практична підготовка студентів за спеціальністю; оволодіння діагностичним і реабілітаційним обстеженням, вміння складати програми фізичної терапії при різних нозологіях у осіб літнього та старечого віку та прогнозування їх результатів.
Посилання на розміщення освітньої компоненти на навчальній платформі Moodle	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447
Компетентності	ЗК 1. Здатність до аналізу медичних, соціальних та особистісних проблем на основі біопсихосоціальної моделі обмежень життєдіяльності (МКФ). ЗК 2. Здатність виявляти, формулювати і вирішувати проблеми пацієнта/клієнта, застосовуючи у практичній діяльності базові знання, клінічне та рефлективне мислення. ЗК 3. Здатність оцінювати, критично обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у практичній діяльності. ЗК 6. Здатність працювати автономно, проявляти наполегливість та відповідальність щодо поставлених завдань і обов'язків. ЗК 7. Здатність ефективно працювати у складі мультидисциплінарної команди. ЗК 8. Здатність до ефективного письмового та усного професійного міжособистісного спілкування з клієнтами, членами мультидисциплінарної команди, фахівцями охорони здоров’я, соціальної та освітньої галузей. ЗК 9. Здатність адаптовуватися та знаходити оптимальне рішення у нових ситуаціях, співпрацюючи з пацієнтом/клієнтом і членами мультидисциплінарної команди. ЗК 11. Здатність керувати, мотивувати людей рухатися до спільної мети, оцінювати та забезпечувати якість виконуваних

	робіт. ЗК 12. Здатність діяти згідно професійного Етичного Кодексу фізичного терапевта або ерготерапевта та цінувати індивідуальні та культурні відмінності між пацієнтами/клієнтами, членами мультидисциплінарної команди. СК 02. Здатність розуміти клінічний діагноз пацієнта/ клієнта, перебіг захворювання, принципи та характер лікування. СК 03. Здатність проводити фізичну терапію осіб різного віку, нозологічних та професійних груп при складних прогресуючих та мультисистемних порушеннях. СК 04. Здатність аналізувати, вибирати і трактувати отриману від колег інформацію. СК 05. Здатність обстежувати та визначати функціональний стан, рівень фізичного розвитку, рухові та інші порушення осіб різного віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією. СК 06. Здатність допомагати пацієнту/клієнту зрозуміти, сформулювати та реалізувати власні потреби. СК 07. Здатність прогнозувати результати фізичної терапії, формулювати цілі, складати, обговорювати та пояснювати програму фізичної терапії, або компоненти індивідуальної програми реабілітації, які стосуються фізичної терапії. СК 08. Здатність визначати оптимальний рівень терапевтичного навантаження, контролювати тривалість та інтенсивність реабілітаційних заходів для забезпечення їх відповідності стану здоров'я, функціональним можливостям пацієнта/клієнта. СК 09. Здатність контролювати стан пацієнта/клієнта зі складними та мультисистемними порушеннями відповідними засобами й методами. СК 10. Здатність до ведення фахової документації. СК 11. Здатність впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність. СК 13. Здатність здійснювати менеджмент у фізичній терапії, керувати роботою асистентів та помічників.
Програмні результати навчання	ПР 05. Демонструвати уміння визначати функціональний стан осіб різного віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією. ПР 06. Проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі. ПР 08. Демонструвати уміння виконувати обстеження пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій. ПР 09. Демонструвати уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо його рухової активності та очікуваних результатів фізичної терапії.

	ПР 10. Демонструвати уміння прогнозувати результати фізичної терапії пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій та мультисистемній патології. ПР 11. Демонструвати уміння встановлювати цілі втручання. ПР 13. Демонструвати уміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення. ПР 14. Демонструвати уміння здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програм фізичної терапії. ПР 15. Демонструвати уміння коректувати хід виконання програми фізичної терапії на основі аналізу запланованих та досягнутих результатів.
Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)	Взаємодія з людьми, вміння працювати в команді, гнучкість розуму, здатність до навчання, знаходити вихід з складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, працелюбність, саморозвиток, уміння слухати і запитувати, формування власної думки та прийняття рішень.

СТРУКТУРА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

Лекцій – 14 год Лабораторних робіт – 26 год Самостійна робота – 80 год

Програмові результати навчання – ПРН – 5

Демонструвати уміння визначати функціональний стан осіб різного віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміння визначати функціональний стан осіб зрілого та літнього віку, нозологічних та професійних груп із складною прогресуючою та мультисистемною патологією.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 6

Проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміння збирати дані про скарги пацієнта, анамнез хвороби, анамнез життя (включно з професійним анамнезом); збирати інформацію про загальний стан пацієнта (стан свідомості, конституція) та зовнішній вигляд; визначати особливості рухової активності пацієнта до травми чи захворювання, визначати особливості виникнення та динаміки симптомів; виявляти зв'язок між особливостями рухової активності пацієнта/клієнта та скаргами і симптомами.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, графічні засоби, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 8

Демонструвати уміння виконувати обстеження пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій і мультисистемній патології, використовуючи відповідний інструментарій.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти безпечно та ефективно використовувати методи, обладнання й інструменти для визначення та вимірювання змін на рівні структури та тіла діяльності та участі; пояснювати пацієнту/клієнту суть обстеження та попереджати про можливі реакції; визначати ступінь контролю за рухом; проводити аналіз нормальної та патологічної ходи; застосовувати тести та модифіковані шкали для оцінки сили м'язів, спастичності, когнітивних функцій, рухової функції, рухової активності, побутових можливостей та функціональної незалежності; збирати та проводити аналіз результатів; виявляти основні симптоми, синдроми та порушення серцево-судинної та дихальної, нервової систем і опорно-рухового апарату у геронтологічних хворих.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 9

Демонструвати уміння спілкування з пацієнтом/клієнтом, проводити опитування пацієнта/клієнта для визначення його потреб та очікувань щодо його рухової активності та очікуваних результатів фізичної терапії.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти пояснити пацієнту геронтологічного віку ефективність вправ та змін оточення для відновлення і підтримки здоров'я; пояснити необхідність профілактичних заходів фізичної терапії.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, графічні засоби, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 10

Демонструвати уміння прогнозувати результати фізичної терапії пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій та мультисистемній патології.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти визначати доцільність проведення фізичної терапії; вміти визначати цільовий/очікуваний рівень результатів втручання таких як відновлення, підтримка, формування компенсацій, сповільнення втрати, профілактика вторинних ускладнень; визначати пріоритетність застосування заходів фізичної терапії при складній прогресуючій та мультисистемній патології.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 11

Демонструвати уміння встановлювати цілі втручання.

Види навчальної	Вміти оцінити потреби та реабілітаційний потенціал пацієнта/клієнта

роботи студента (що студенти повинні виконати)	геронтологічного віку; трактувати програму фізичної терапії та пояснювати її пацієнту/клієнту; обґрунтовувати та встановлювати цілі реабілітаційного втручання при різних захворюваннях чи травмах.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 13

Демонструвати уміння реалізовувати індивідуальні програми фізичної терапії відповідно до наявних ресурсів і оточення.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти безпечно та ефективно виконувати програму фізичної терапії, ерготерапії; діяти наполегливо та цілеспрямовано; модифікувати обсяг навантаження, зміст та спрямованість занять в залежності від функціонального, психологічного та когнітивного стану пацієнта геронтологічного віку; вибирати необхідний рівень допомоги; визначати частоту занять і тривалість курсу фізичної терапії, ерготерапії; координувати реалізацію індивідуальної програми реабілітації з усіма учасниками реабілітаційного процесу; за необхідності корегувати цілі; обговорити реабілітаційний процес з пацієнтом/клієнтом та/або родичами, опікунами, близькими, іншими фахівцями; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійних занять в письмовому вигляді.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 14

Демонструвати уміння здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програм фізичної терапії.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти проводити оперативний, поточний та етапний контроль за станом пацієнта/клієнта та документувати їх результати; оцінювати ефективність фізичної терапії, ерготерапії; визначати ставлення пацієнта/клієнта до отриманих результатів; навчати пацієнта/клієнта застосувати методи самоконтролю; дотримуватися стандартизованих протоколів під час вимірювання результатів; інтерпретувати отримані дані; керувати процесом фізичної терапії, ерготерапії.
Методи та технології навчання	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні, практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

Програмові результати навчання – ПРН – 15

Демонструвати уміння коректувати хід виконання програми фізичної терапії на основі аналізу запланованих та досягнутих результатів.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти підбирати, коректувати та змінювати засоби, методи і форми фізичної терапії, ерготерапії основі аналізу запланованих та досягнутих результатів.
Методи та технології	Навчальна дискусія, демонстрація, міні-лекція. Методи: словесні, наочні,

навчання	практичні. Тестування, самостійна робота студентів, самоконтроль. Проектна технологія. Аналіз конкретних ситуацій (case study).
Засоби навчання	Лабораторне обладнання, тренажери, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар, масажні столи.

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 - 20 балів

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань, модуль 1, модуль 2, бали	40
Усього за дисципліну	100

ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

1. Геронтологія як наука про старість і старіння. Діагностичні та реабілітаційні методи обстеження геріатричних хворих.

Результати навчання **РН – 5, РН – 6, РН – 8, РН – 9**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150 с. 2. Григус І.М., Нагорна О.Б., Горчак В.В. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб. Рівне, 2017. 128 с. 3. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447

		р.). Рівне, 2011. 186. 4. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 5. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 6. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 7. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. Геронтологія – (з грец. мови геронтос – старіння і логос – наука) – це наука про старість і старіння, що вивчає процеси старіння із загальнобіологічних позицій, а також досліджує суть старості та вплив її приходу на людину і суспільство. Необхідно чітко розрізняти поняття старіння і старість. Старість – закономірно наступаючий заключний період вікового індивідуального розвитку. Старіння – це руйнівний процес, що призводить до зниження фізіологічних функцій організму. Старіння представляє собою постійно розвиваючі і незворотні зміни структур і функцій живої системи. Старіння – це перш за все функція часу, його не можна зупинити. Старість і смерть – неминучі.			
2. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями дихальної та			

серцево-судинної систем.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150 с. 2. Григус І.М., Нагорна О.Б., Горчак В.В. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб. Рівне, 2017. 128 с. 3. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 4. Григус І.М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології: навчальний посібник. Рівне : НУВГП, 2018. 268 с 5. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 6. Коркушко О. В. Методика	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.youtube.com/watch?v=Wi5zXCgWf38

		застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 7. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 8. Григус І.М. Фізична реабілітація в пульмонології: навч. посібник. Рівне: НУВГП, 2018. 258 с. 9. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	

Опис теми. Відбуваються виражені морфологічні зміни, які проявляються такими показниками:

1) нерівномірністю вентиляції легень;
2) дискоординацією вентиляції та кровотоку в легенях;
3) збільшенням анатомічного шунтування;
4) зменшенням альвеоло-капілярної дифузії кисню.

Тому в людей віком 40 – 70 років часто зустрічаються такі захворювання, як гострий і хронічний бронхіт, пневмонія, рак легень.

Проводяться заняття з ЛФК, які підтримують нормальний рівень діяльності та працездатності людини. Застосовуються вправи малої та середньої інтенсивності, з помірною амплітудою рухів. Велику увагу приділяють виробленню та постановці правильного дихання: воно має бути вільним, глибоким. Заняття проводять індивідуально або груповим методом. Якщо настає втома, їх відразу припиняють. Важливо також, щоб у групі всі були одного віку, статі, фізичної підготовленості. За віком групи комплектують так: 41−60 років, 61 року і старші, жінки − 46−55 років, 56 років і старші. Під час призначення фізичних методів лікування

враховуються особливості старіючого організму й передусім серцево-судинної системи, зміни її реактивності.

Вікові зміни кровообігу обмежують адаптивні можливості організму і тому створюють умови для розвитку захворювань. У процесі старіння змінюється структура судинної стінки, особливо у великих артеріях. Це проявляється у вигляді склеротичних змін інтими (внутрішньої оболонки), атрофії м'язового шару, зниження еластичності. Порушується здатність судин до розширення і звуження, збільшується швидкість пульсової хвилі, змінюється форма кривої реограми. З віком зменшується кількість функціонуючих капілярів на одиницю площі, стовщується їх базальна мембрана, що призводить до порушень мікроциркуляції. З віком систолічний тиск має тенденцію до більшого зростання, ніж діастолічний тиск.

Зміст різних аспектів реабілітації при ССС, а також мета та завдання практичного здійснення реабілітаційних заходів ґрунтуються на загальних організаційних принципах.

3. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями органів травлення.

Результати навчання **РН – 10, РН – 11, РН – 13, РН – 14, РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”,	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=h8GaCJUY51E

		2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. Найбільш виражені зміни спостерігають з боку органів ротової порожнини: 1) зуби стають жовтими, мають різний ступінь стертості; 2) зменшується об'єм ротової порожнини, слинних залоз; 3) зникають ниткоподібні сосочки язика; 4) атрофуються жувальні та мімічні м'язи, кістки лицевого черепа. Атрофія верхньої щелепи більша за атрофію нижньої, що порушує прикус, утруднює відкушування і жування. Слини продукується менше, тому в роті сухо, характерні тріщини язика і кутів рота. Процедуру лікувальної гімнастики проводять груповим методом у кабінеті ЛФК із різних вихідних положень. Використовують вправи для всіх м'язових груп кінцівок і тулуба, включаючи спеціальні вправи для зміцнення м'язів черевного преса і посилення жовчовиділення. Загальнорозвиваючі вправи поєднують зі статичними і динамічними (1:3; 1:4), включається дозована ходьба з високим підніманням стегна, малорухливі ігри.			
4. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями сечовивідної системи.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=5pjKvGXQQNg

		посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ "Алкон", 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. З віком розвивається атрофія частини нефрону, формується старечий нефросклероз. Відбувається поступове гальмування функціональної активності нирок, виникає їх вікова гіпофункція. Зменшення маси і розмірів нирок відбувається з 40 років. Внаслідок дистофії, а потім атрофії нефронів зменшується загальна маса нефронів, що діють, зменшуються розміри нирок, поверхня їх стає горбистою. З невідомих причин інволютивні процеси в структурі ниркової тканини більше виражені у осіб чоловічої статі. При лікуванні цього контингенту хворих повинні дотримуватися все ті ж основні принципи комплексної терапії, що і у осіб молодого і середнього віку. Проте при цьому необхідно враховувати як особливості старечого організму в цілому, так і вікові особливості стану структури і функції нирок.			
5. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями ендокринної системи і обміну речовин.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 11,**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

РН – 13, **РН – 14,** **РН – 15**		захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне,	

		2012. 100.	
Опис теми. У процесі старіння залози внутрішньої секреції змінюються самі, а також значною мірою визначають розвиток змін в організмі в цілому та можливості пристосовуватися до цих змін. Зміни відбуваються в різні періоди життя людини: згасання функцій тімусу (загрудинної залози) закінчується до періоду статевого дозрівання, діяльність статевих залоз знижується в клімактеричний період, який у жінок варіює в межах 45-55 років, у чоловіків – 55-65 років; функції щитоподібної залози знижуються до 60-65 років; найпізніше настають вікові зміни в структурі і функціях гіпофіза і надниркових залоз.			
6. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями опорно-рухового апарату.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

		в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Ніколенко О.І., Ногас А.О., Гуцман С.В., Орел І.О., Гайнуліна І.М. Фізична культура і спорт як засіб попередження передчасного старіння людини. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & recretation) : науковий журнал. Рівне : НУВГП, 2021. № 9. 52- 60.	
Опис теми. Вікові зміни кістково-хрящової тканини й апарату зв'язок хребта і кінцівок проявляються дистрофічно-деструктивними порушеннями з остеопорозом і гіперпластичними процесами. Паралельно розвиваються компенсаторно-пристосувальні реакції. Старіння кістково-суглобового апарату корелює зменшення росту. Остеопороз розвивається в другій половині життя. Віковий остеопороз – біологічний процес розрідження кісткової тканини зі зменшенням кількості кісткової речовини на одиницю об'єму без змін співвідношення органічного і мінерального компонентів.			
7. Фізична терапія, ерготерапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями нервової системи, органів зору та слуху.			
Результати Навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

		України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	

Опис теми. З віком зменшується вища нервова діяльність, сила, рухомість, врівноваженість нервових процесів. Клінічно це проявляється астенічним синдромом – падає працездатність, послаблюються увага, пам'ять, порушуються складні форми психічної діяльності й цілеспрямованість поведінки. Разом з цим у людей старечого віку зберігається нормальний стан нервової системи. Є одне з поширених уражень нервової системи, яке особливо часто зустрічається в старечому віці – Паркінсонізм.

По даним ВООЗ, однією з чотирьох основних причин сліпоти на всій Планеті є катаракта,

головним чином вікова. Катаракта – помутніння кришталика, як правило, виліковна причина сліпоти і тому дуже важливо знати її етіологію, патогенез і методи попередження і лікування. До теперішнього часу ці питання до кінця не вивчені. Тому основним завданням є своєчасне виявлення хворих на катаракту, їх диспансеризація і лікування.			
ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ			
1. Геронтологія як наука про старість і старіння.			
Результати навчання **РН – 5,** **РН – 6** **РН – 8,** **РН – 9**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії :	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447

		підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. Видиста ріння: Природнє (фізіологічне, нормальне) старіння характеризується визначеним типом і послідовністю вікових змін, що відповідають біологічним, адаптаційно-регулятивним можливостям даної людської популяції. Сповільнене (ретардіроване) старіння відмічається більш повільним, темпом вікових змін. Проявом цього типу старіння є феномен довголіття. Передчасне (патологічне, прискорене) старіння характеризується раннім розвитком вікових змін чи більш вираженим їх проявом в цей чи інший віковий період.			
2. Діагностичні та реабілітаційні методи обстеження геріатричних хворих.			
Результати навчання **РН – 5,** **РН – 6,** **РН – 8,** **РН – 9**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447

		віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. Ретельне обстеження хворого і встановлення його реабілітаційного діагнозу є тією основою, на якій будується подальша програма фізичної терапії. Реабілітаційне обстеження включає аналіз скарг і анамнезу пацієнта, проведення клінічних та інструментальних досліджень. Його особливістю є аналіз не тільки фізичних дефектів, але і впливу цих дефектів на життєдіяльність хворого. Згідно рекомендацій ВООЗ, необхідно визначати як ступінь пошкодження органів або систем, так і рівень соціальних обмежень унаслідок хвороби або травми.			
3. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями дихальної системи.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.youtube.com/watch?v=Wi5zXCgWf38

		геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Григус І.М., Хома О.В. (2022). Оздоровчо-рекреаційна рухова активність у профілактиці хронічних неінфекційних захворювань чоловіків похилого віку в умовах	

		карантинних обмежень. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини=Rehabilitation & recreation. Рівне, № 11. С. 163-172. 7. Grygus I., Nesterchuk N., Zukow W., Nikolenko O., Prymachok L. (2019). The quality of life in COPD patients in the process of physical rehabilitation. Journal of Physical Education and Sport, Vol. 19 (issue 2), 1126–1132.	
Опис теми. В програму фізичної терапії включають заняття з ЛФК, які підтримують нормальний рівень діяльності та працездатності людини. Застосовуються вправи малої та середньої інтенсивності, з помірною амплітудою рухів. Велику увагу приділяють виробленню та постановці правильного дихання: воно має бути вільним, глибоким. Заняття проводять індивідуально або груповим методом.			
4. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями серцево-судинної системи.			
Результати Навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А.	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.youtube.com/watch?v=3_Rw11lXpgQ https://www.youtube.com/watch?v=O5cIU3y2fIw

		Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Григус І., Міскевич К., Скальскі Даріуш. Основні аспекти фізичної реабілітації хворих на гіпертонічну хворобу=The main aspects of physical rehabilitation of patients with	

		essential hypertension. Medycyna i zdrowie. Wybrane aspekty ratownictwa. Redakcja naukowa. Tom 3. Gdynia – Gdańsk – Starogard Gdański. 2018. C. 22-33.	
Опис теми. Форми занять ЛФК такі: РГГ, заняття ЛГ, самостійні заняття ЛГ, тренувальна ходьба по сходинках, дозована лікувальна ходьба в присадибній або парковій зоні лікарні. Груповий метод занять при даному руховому режимі є бажаним. Велике значення в комплексній реабілітації хворих із захворюваннями серцево-судинної системи відводиться масажу. Масаж, спричиняючи посилення процесів гальмування в рецепторах шкіри й у вищих відділах нервової системи, гальмування проведення нервового імпульсу, зменшує больовий синдром, надає седативну дію. Крім того, масаж посилює кровообіг і збільшує кровотік у дрібних судинах шкіри та м'язів, покращує їх тонус і скоротність.			
5. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями органів травлення.			
Результати Навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=h8GaCJUY51E

		віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Григус І., Богуцька І., Скальскі Д. Клініко-фізіологічні основи застосування фізичної реабілітації хворих на виразкову хворобу шлунку=Clinical and physiological foundations application of physical rehabilitation of patients with peptic ulcer. Medycyna i zdrowie. Wybrane aspekty ratownictwa. Redakcja naukowa. Tom 3. Gdynia – Gdańsk	

		– Starogard Gdański. 2018. С. 12-21. 7. Григус І.М., Лавренчук А.В. Особливості перебігу та планування фізичної реабілітації хворих на хронічний гастрит. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини. Рівне, 2017. № 2. 23-26.	
Опис теми. Фізичні навантаження за допомогою аферентної, пропріорецептивної імпульсації від м'язів, що працюють, чинять вплив на центральні механізми регуляції травлення в головному мозку. Спеціальні фізичні вправи для м'язів черевного пресу роблять безпосередню дію на внутрішньочеревний тиск, вправи в діафрагмальному диханні міняють положення діафрагми, що чинить тиск на печінку, жовчний міхур. Поєднання усіх цих чинників визначає позитивну роль застосування ЛФК в комплексному лікуванні хворих захворюваннями органів травлення. Основні завдання ЛФК: сприяти зміцненню, оздоровленню організму; оказати вплив на нервово-гуморальну регуляцію травлення; стимулювати кровообіг в черевній порожнині і малому тазу; зміцнити м'язи черевного пресу; сприяти нормалізації секреторній, моторній і усмоктувальних функцій; запобігати застійним явищам в черевній порожнині, сприяти розвитку функції повного дихання, умінню використовувати переваги діафрагмального дихання при цій патології; зробити позитивну дію на психоемоційну сферу.			
6. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями сечовивідної системи.			
Результати Навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=5pjKvGXQQNg

		геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. У комплексному лікуванні хворих хронічним гломерулонефритом і пієлонефритом, поряд з медикаментозними засобами і повноцінною дієтою, широко використовується лікувальна фізична культура. Лікувальна фізкультура призначається тільки в період видужання або ремісії захворювання. У період загострення, при наявності виражених змін з боку нирок (гематурія, альбумінурія, набряки) заняття ЛФК протипоказані. Із засобів ЛФК застосовуються: ·загально-розвиваючі вправи; ·пасивно-актині вправи; ·активні вправи; ·фізичні вправи ·дозована ходьба; ·рухливі ігри; ·елементи спортивних ігор та спорту.			
7. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями ендокринної системи і обміну речовин.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,**	Кількість годин: 4	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

РН – 11, **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**		захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне,	

		2012. 100. 6. Ногас А., Григус І., Смольська Л.М., Подоляка П.С., Андреєва О. Фізична реабілітація жінок із надмірною вагою. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк, 2019. Вип. 33. С. 98-103. 7. Maikova T., Afanasiev S., Afanasieva O., Kashuba V., Andrieieva O., Grygus I., Sierpinska L., Dovgan O. (2021). Effect of physical therapy on the oxidative homeostasis state in women with metabolic syndrome. Journal of Physical Education and Sport, Vol 21 (Suppl. issue 5), 3060–3067. 8. Karpukhina Y., Vasylieva N., Grygus I., Muszkieta R., Zukow W.	

		(2020). Study of quality of life and effectiveness of physical therapy of women after mastectomy in the COVID-19 pandemic conditions. Balneo Research Journal. 11(3):315-322.	
Опис теми. Комплексне лікування хворих *включає:* навчання і самоконтроль; дієтотерапію; дозовані фізичні вправи; пероральне приймання протидіабетичних засобів; інсулін. Фізичні навантаження є обов'язковою складовою в лікуванні хворих на ЦД 2 типу, оскільки підвищують чутливість периферичних тканин до інсуліну, знижують інсуліно-резистентність, зменшують атерогенність сироватки крові, знижують артеріальний тиск. Найбільш загальними рекомендаціями є прогулянки по 30–60 хв щодня або через день. Триваліші навантаження не рекомендуються внаслідок небезпеки погіршення серцево-судинних захворювань або провокації гіпоглікемії.			
8. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями опорно-рухового апарату.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 4	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

		віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Afanasyev S., Maikova T., Afanasyeva O., Rokutov S., Proskura V., Mukvych V., Zakalyak N., Grygus I. Physical therapy of patients with post-traumatic gonarthrosis with imbalance of osteo-associated macronutrients. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини=Rehabilitation & recreation. Рівне, 2022. № 10. С. 17-23. 7. Ніколенко О.І., Ногас А.О.,	

		Гуцман С.В., Орел І.О., Гайнуліна І.М. Фізична культура і спорт як засіб попередження передчасного старіння людини. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & recretation) : науковий журнал. Рівне : НУВГП, 2021. № 9. 52- 60.	
Опис теми. За наявності гострого болю в хребті необхідно провести короткочасну імобілізацію – покласти хворого в ліжко з щитом і матрацем, призначити легкі вправи для м'язів. За наявності тривалих ниючих болей в спині показано тимчасове розвантаження хребта, масаж, вологе тепло, лікувальна гімнастика, ходіння з тростиною або за допомогою милиць. Комплекс рухових вправ і теренкур необхідно проводити з урахуванням вираженості остеопорозу, віку людини і стану його органів і систем. Виключається підйом важких речей.			
9. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями нервової системи.			
Результати навчання **РН – 9, РН – 10, РН – 11, РН – 13, РН – 14, РН – 15**	Кількість годин: 4	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011.	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447 https://www.uzhnu.edu.ua/en/infocentre/get/2661 https://www.youtube.com/watch?v=85OaR9bElEc

		167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ “Алкон”, 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100. 6. Grygus Igor, Nogas Angela, Nebova Nataliia. Clinical and psycho-functional features of rehabilitants with chronic fatigue syndrome. Journal of Education, Health and Sport. 2017;7(4):920-928.	
Опис теми. Лікування та реабілітація на ранніх етапах розвитку хвороби, дає можливість істотно уповільнити розвиток патології, підвищити ефективність медикаментозної терапії, а також збільшити побутову та соціальну активність хворого. Застосовувані методи реабілітації при хворобі Паркінсона прямо залежать від стадії її розвитку на момент початку лікування. При цьому реабілітація може застосовуватися на всіх			

стадіях розвитку патології. Завданнями програми фізичної терапії, ерготерапії для осіб похилого віку з хворобою Альцгеймера є: підвищення психоемоційного стану або зниження рівня перезбудження; підвищення рівня добової рухової активності; розвиток основних фізичних якостей: загальної витривалості, м'язової сили, координаційних здібностей (орієнтація у просторі, рівновага) та збільшення амплітуди рухів у суглобах; уповільнення прогресування когнітивних порушень.			
10. Фізична терапія осіб літнього та похилого віку з захворюваннями органів зору та слуху.			
Результати навчання **РН – 9,** **РН – 10,** **РН – 11,** **РН – 13,** **РН – 14,** **РН – 15**	Кількість годин: 2	Література: 1. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи : навчальний посібник (Гриф Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8114 від 29.08.11 р.). Рівне, 2011. 186. 2. Кайдашев І. П., Борзих О. А. Основи геронтології : навчальний посібник. Частина перша. Полтава, 2011. 167. 3. Коркушко О. В. Методика застосування оздоровчих фізичних тренувань у людей похилого віку для попередження прискорення старіння та залежної від віку патології: Метод. реком. К. : ІВУ "Алкон", 2000. 20. 4. Тарасюк В. С., Кучанська Г.Б. Медсестринство в геронтології і	https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447

		геріатрії : підручник. К. : Медицина, 2010. 624. 5. Ногас А. О., Григус І. М. Фізична реабілітація при множинних захворюваннях : навчально-методичний посібник. Рівне, 2012. 100.	
Опис теми. *Режим.* Після заміни кришталика післяопераційний період проходитиме в облегшеному режимі для організму, але проводити його в ліжку необов'язково. Домашня робота повинна бути посильною, без тривалих нахилів і фізичного перенапруження. Збирання та інші побутові справи, що вимагають значних зусиль, потрібно відкласти на потім. *Гігієна.* У перші 3 дні мити голову не рекомендовано. Далі можна промивати волосся з відкинутою назад головою, щоб вода та шампунь не потрапляли в очі. Не можна вмивати обличчя проточною водою, гігієнічні заходи можуть включати лише протирання шкірних покривів розчином антисептика. При випадковому затіканні води в прооперовані очі необхідно відразу закапати лікувальні краплі, не надаючи тиску на очні яблука.			

Порядок та критерії оцінювання	*Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквіуму по всьому матеріалу. Теоретичні знання, отримані під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні складання програм фізичної терапії.* *Модульний контроль проходитиме у формі тестування на платформі MOODLE.* *За вчасне та якісне виконання завдань, студент отримує такі* ***обов'язкові*** *бали:* *60 балів за практичні завдання;* *20 балів – модуль 1;* *20 балів – модуль 2.* *Усього 100 балів.* *Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції:* https://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnoho-otsiniuvannia-znan/dokumenti
Поєднання навчання та досліджень	*Діючий студентський науковий гурток «Фізична терапія у відновному процесі різних нозологічних груп». Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.*
ПРАВИЛА ТА ВИМОГИ (ПОЛІТИКА)	
Дедлайни та перескладання	*Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів.* *Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно*

	«Порядоку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», http://ep3.nuwm.edu.ua/4273/. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі. *Перездача модульних контролів здійснюється згідно http://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnoho-otsiniuvannia-znan/dokumenti.* *Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/*
Правила академічної доброчесності	*Всі студенти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Студенти мають самостійно виконувати та подавати на оцінювання лише результати власних зусиль та оригінальної праці. Здобувачі не допускаються до списування та обману – за порушення принципів академічної доброчесності викладач може накладати санкції: зниження балів, повернення роботи на доопрацювання, не допущення до захисту та ін. В цілому студенти та викладачі мають дотримуватись «Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП» (http://ep3.nuwm.edu.ua/10325/).*
Вимоги до відвідування	*Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях, не дозволяється пропускати заняття без поважних причин. Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно розкладу. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультації з предмету та ознайомитись з пропущеним матеріалом на платформі MOODLE https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2447* *Заняття онлайн можуть проводитись за допомогою Google Meet за кодом. Студент має право оформити індивідуальний графік навчання згідно відповідного положення http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/ Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.*
Неформальна та інформальна освіта	*Студенти мають право на перезарахування результатів навчання набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного положення http://nuwm.edu.ua/sp/neformalna-osvita.* *Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опановувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.* *Результати навчання, здобуті шляхом неформальної та інформальної освіти, визначаються у порядку відповідно до «Положення про неформальну та інформальну освіту в Національному університеті водного господарства та природокористування» (http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/).*
Практики,	*До викладання курсу долучений кандидат наук з фізичного виховання*

представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	*та спорту, доцент – Ногас Анжела Олександрівна. Має практичний досвід розробки та впровадження програм фізичної терапії, довготривале закордонне стажування.*
Оновлення	*За ініціативою викладача зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення в галузі фізичної терапії, ерготерапії.*
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація	У НУВГП розроблені процедури для реалізації права здобувачам на академічну мобільність: - Положення про академічну мобільність учасників освітнього процесу Національного університету водного господарства та природокористування *http://ep3.nuwm.edu.ua/4398* ***Електронні бібліотеки:*** *http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronnibiblioteki* Як знайти статтю у Scopus: *http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-vdopomohu-avtoram* База періодичних видань: *https://www.scimagoir.com/* Електронний каталог: *http://nuwm.edu.ua/MySql/* Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: *http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvosti-dostupu-do-resursiv-i-servisiv*

Лектор Ногас А.О., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент