

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено  
Валерій СОРОКА  
2023-02-14 16:51:37.722

08-02-36S

**СИЛАБУС**

навчальної дисципліни

«Лікувальна фізична культура і  
лікарський контроль»

Шифр за ОП

**ФП 20**

Освітній рівень:

бакалаврський (перший)

Галузь знань:

**Освіта/Педагогіка**

**01**

Спеціальність:

**Фізична культура і спорт**

Освітня програма:

**Фізична культура і спорт**

**SYLLABUS**

«Therapeutic physical culture and  
medical control»

Code in Degree Programme

Level of Education:

Bachelor`s (first)

Field of Knowledge:

**Education/Pedagogy**

Field of Study:

**Physical culture and sports**

Degree Programme:

**Physical culture and sports**

**РІВНЕ-2022**

Силабус навчальної дисципліни «Лікувальна фізична культура і лікарський контроль» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 8 с.

ОПП на сайті університету: <https://ep3.nuwm.edu.ua/25436/>

Розробник силабусу: Нестерчук Наталія Євгенівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Силабус схвалений на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії  
Протокол № 1 від “30” серпня 2022 року

Завідувач кафедри                      Нестерчук Наталія Євгенівна, д.фіз.вих., професор

*Гарант освітньої програми: кандидат біологічних наук, доцент,  
в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання*

*Т.В. Гамма*

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від “06” вересня 2022 року

Голова науково-методичної

ради з якості ННІОЗ

Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор

## ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Ступінь вищої освіти	бакалавр
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціальність	Фізична культура і спорт
Рік навчання, семестр	3-й рік 6-й семестр, 4 рік 7-й семестр
Кількість кредитів	6 кредитів ЄКТС
Лекції	28
Лабораторні	44
Самостійна робота	108
Курсова робота	ні
Форма навчання	денна, заочна
Форма підсумкового контролю	6 семестр – залік, 7 семестр – екзамен
Мова викладання	Українська

## ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

### ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА



#### Нестерчук Наталія Євгенівна

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Вікіситет

[http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Нестерчук\\_Наталія\\_Євгенівна](http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Нестерчук_Наталія_Євгенівна)

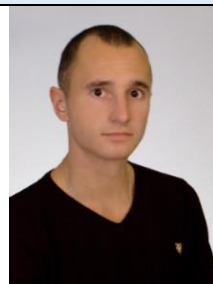
ORCID

<https://orcid.org/0000-0003-2199-3403>

Як комунікувати

[n.e.nesterchuk@nuwm.edu.ua](mailto:n.e.nesterchuk@nuwm.edu.ua)

### ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА



#### Ніколенко Олександр Іванович

Старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Вікіситет

[http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Сидорук\\_Інна\\_Олександрівна](http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Сидорук_Інна_Олександрівна)

ORCID

<https://orcid.org/0000-0002-4167-5499>

Як комунікувати

[i.o.osipchuk@nuwm.edu.ua](mailto:i.o.osipchuk@nuwm.edu.ua)

## ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

### Анотація навчальної дисципліни, у т.ч. мета та цілі

Під час вивчення дисципліни студенти отримують ґрунтовні знання щодо проведення лікувальної фізичної культури і лікарського контролю у разі наявності різних патологій та під час спортивної діяльності; ознайомлюються із відомостями про хвороби й травми, у комплексному лікуванні яких послуговуються засобами лікувальної фізичної культури; а також відбувається розвиток у майбутніх фахівців спостережливості, дослідницьких інтересів, здатності аналізувати загальний стан хворого, простежувати у ньому найменші зміни, а відтак забезпечувати гнучку тактику застосування лікувальної фізичної культури на етапах відновлювального лікування.

### Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=2415>

### Компетентності

ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК3. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.  
 ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

### Програмні результати навчання

ПРН13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

### СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

Лекцій – 28 год

Лабораторних – 44 год

Самостійна робота – 108 год

#### Результати навчання – ПРН – 13

Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти застосовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості під час планування рухової активності, занять з фізичної культури і спорту.
Методи та технології навчання	<u>Методи:</u> демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації. <u>Технології:</u> <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри). <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео). <i>Робота в малих групах (команді).</i> <i>Проектна технологія.</i> <i>Аналіз конкретних ситуацій (case study).</i>
Засоби навчання	Тренажери, лабораторне обладнання, графічні засоби, мультимедіа, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, спортивні споруди/приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар.

#### Результати навчання – ПРН – 18

Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом. Вміти аналізувати отриману інформацію та застосовувати ці знання у практичній діяльності під час занять фізичною культурою і спортом.
Методи та технології навчання	<u>Методи:</u> демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації. <u>Технології:</u> <i>Імітаційні</i> (рольові та ділові ігри). <i>Неімітаційні</i> (розгляд проблемних питань, демонстрація відео). <i>Робота в малих групах (команді).</i> <i>Проектна технологія.</i> <i>Аналіз конкретних ситуацій (case study).</i>
Засоби навчання	Тренажери, лабораторне обладнання, графічні засоби, мультимедіа, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, спортивні споруди/приміщення та обладнання, реабілітаційний інвентар.

#### 3-й рік 6-й семестр, 4 рік 7-й семестр

За поточну (практичну) складову оцінювання  
60 балів

За модульний контроль знань,  
Модуль 1 – 20 балів  
Модуль 2 – 20 балів

#### 3-й рік 6-й семестр, 4 рік 7-й семестр

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів

60

Усього за модульний (теоретичний) контроль знань: модуль 1, модуль 2, балів	40
Усього за дисципліну	100

## ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

### 6 семестр

**1. Лікарський контроль під час занять фізичною культурою, під час реабілітації та спортивної діяльності.** Сутність ЛФК. Принципи застосування ЛФК. Основні завдання лікарського контролю. Медичні обстеження. Самоконтроль.

**2. Поняття про лікувальну фізичну культуру.** Коротка історія розвитку лікувальної фізичної культури. Фізіологічне обґрунтування лікувальної фізичної культури. Основні педагогічні принципи побудови методики лікувальної фізичної культури. Засоби, методи й форми лікувальної фізичної культури.

**3. Форми лікувальної фізичної культури та рухові режими.** Ранкова гігієнічна гімнастика. Лікувальна гімнастика. Самостійні (індивідуальні), заняття. Лікувальна ходьба. Теренкур. Гідрокінезотерапія. Рухові режими.

**4. Лікарське обстеження дітей та дорослих, які займаються оздоровчою фізичною культурою, фізичною реабілітацією, фізичною культурою та спортом.** Медичне обстеження стану здоров'я, фізичного розвитку та функціонального стану організму. Лікарські спостереження. Санітарно-гігієнічний контроль за місцями та умовами проведення занять фізичними вправами і різних спортивних змагань, а також за відповідністю одягу та взуття під час занять. Лікарсько-педагогічний контроль за змістом і методами проведення занять фізичною культурою, фізичною реабілітацією та спортом, за відповідністю фізичного навантаження функціональним можливостям організму.

**5. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гострої пневмонії.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**6. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності плевриту.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**7. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гострого бронхіту.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

### 7 семестр

**1. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності бронхіальної астми.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**2. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності хронічного гастриту.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**3. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності виразкової хвороби шлунку та дванадцятипалої кишки.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**4. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності ожиріння.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**5. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гіпотонічної хвороби.** Етіологія. Патогенез. Клініка. Особливості застосування ЛФК. Профілактика.

**6. Види успадкування м'язових дистрофій.** Аутосомно-домінантний тип спадковості. Ризик за наявності міотонічної дистрофії. Визначення доклінічних випадків. Аутосомно-рецесивний тип спадковості. Х-зчеплена рецесивна спадковість. Визначення носія.

**7. Лікування та специфіка застосування лікувальної фізичної культури за наявності м'язової дистрофії.** Прогресуюча м'язова дистрофія Бекера. Кінцівко-поперекові форми прогресуючих м'язових дистрофій. Дистальні міопатії. Спинальні м'язові атрофії. Критерії діагнозу прогресуючих спадкових м'язових дистрофій. Прогресуюча м'язова дистрофія Дюшена. Критерії діагнозу. Особливості застосування ЛФК. Розподіл навантаження. Комплекси вправ.

## ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

### Семестр 6

1. Лікарський контроль занять фізичною культурою під час реабілітації та спортивної діяльності (2 год)
2. Поняття про лікувальну фізичну культуру (2 год)
3. Форми лікувальної фізичної культури та рухові режими (2 год)

4. Лікарське обстеження дітей та дорослих, які займаються оздоровчою фізичною культурою, фізичною реабілітацією, фізичною культурою та спортом (2 год)
5. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гострої пневмонії (2 год)
6. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності плевриту (2 год)
7. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гострого бронхіту (2 год)
8. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності бронхіальної астми (2 год)
9. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності хронічного гастриту (2 год)

### Семестр 7

1. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності виразкової хвороби шлунку та дванадцятипалої кишки (2 год)
2. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності ожиріння (4 год)
3. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності цукрового діабету (2 год)
4. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль у разі уражень центральної нервової системи (4 год)
5. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності захворювань і травм спинного мозку (4 год)
6. Лікувальна фізична культура та лікарський контроль за наявності гіпотонічної хвороби (2 год)
7. Види успадкування м'язових дистрофій (2 год)
8. Критерії діагнозу прогресуючих спадкових м'язових дистрофій (2 год)
9. Лікування та специфіка застосування лікувальної фізичної культури за наявності м'язової дистрофії (4 год)

### Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)

Взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності (креативність).

### Порядок та критерії оцінювання

Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на лабораторних заняттях та колоквіуму по всьому матеріалу.

Теоретичні знання, отриманні під час лекцій оцінюватимуться у практичному вмінні складання програми фізичної терапії.

За аудиторні заняття отримують від 0 до 60 балів.

Модульний контроль проходить у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції: <http://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdili/navch-nauk-tsentri-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan/dokumenty>

### Поєднання навчання та досліджень

Діючий студентський науковий гурток "Фізична терапія, ерготерапія: обстеження, складання та впровадження програм фізичної терапії, ерготерапії"

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.

### Інформаційні ресурси

1. Алан Е.Г. Емері. М'язова дистрофія : факти. Нью-Йорк: Oxford University Press, 2001. 164 с.
2. Гері Окамото. Основи фізичної реабілітації. Перекл. з англ. Львів: Галицька видавнича спілка, 2002. 294 с.
3. Грейда Б.П., Столяр В.А., Валецький Ю.М., Грейда Н.Б. Реабілітація хворих засобами лікувальної фізкультури. Луцьк: Видавництво «Волинська обласна друкарня», 2003. 310 с.
4. Карпюк І.Ю. Дихання в оздоровчій фізичній культурі: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл К.: Знання України, 2004. 196 с.
5. Лобода М.В. Медична реабілітація – перспективи та шляхи її удосконалення. Медицинская реабилитация, курортология, физиотерапия, 2006. №4. С. 3–5.
6. Михайлова Н.Є. Лікувальна фізична культура і лікарський контроль : навчальний посібник (Гриф



Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України № 1/11-8115 від 29.08.11 р.) / Н.Є. Михайлова. Рівне, 2011. 232 с.

7. Христова Т.Є. Основи лікувальної фізичної культури: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізичне виховання». Мелітополь: Тов «Колор Принт», 2015. 172.

8. Язловецький В.С., Верич Г.Е., Мухін В.М. Основи фізичної реабілітації: навч. посібник. Кіровоград РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2004. 238 с

#### **Дедлайни та перескладання**

Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі кафедри.

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно «Порядку ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <https://ep3.nuwm.edu.ua/25072/>. Згідно цього документу і реалізується право студента на повторне вивчення дисципліни чи повторне навчання на курсі.

Перездача модульних контролів здійснюється згідно графіку. Оголошення стосовно дедлайнів задачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

#### **Неформальна та інформальна освіта**

Студенти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного Положення про неформальну освіту. <http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/>.

Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати 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 даного освітнього компонента, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

#### **Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання**

До викладання курсу долучений завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії, доктор наук з фізичного виховання і спорту (спеціальність 24.00.03 Фізична реабілітація), професор, має практичний досвід розробки та впровадження програм фізичної терапії, довготривалі закордонні стажування.

#### **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 роботи та ін.

В цілому студенти та викладачі мають дотримуватися «Порядку перевірки навчальних, випускних кваліфікаційних, навчально-методичних та наукових робіт на наявність ознак академічного плагіату в НУВГП» (<https://ep3.nuwm.edu.ua/24856/>).

#### **Вимоги до відвідування**

Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.

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 консультацій з предмету.

Заняття онлайн можуть проводитися 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.

#### **Оновлення**

За ініціативою викладача зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення 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/>

- Порядок перезарахування результатів навчання за програмами академічної мобільності в Національному університеті водного господарства та природокористування <http://ep3.nuwm.edu.ua/19458/>.

- Положення про порядок реалізації права на академічну мобільність, затвердженого постановою

Кабінету Міністрів України від 12 серпня 2015 року № 579 <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/579-2015-%D0%BF#n8>. Здобувачі можуть отримати доступ до таких міжнародних інформаційних ресурсів:  
- електронні бібліотеки: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki>  
- Як знайти статтю у Scopus: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohuavtoram>  
- База періодичних видань: <https://www.scimagoir.com/>  
- Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: <http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvostidostupu-do-resursiv-i-servisiv>

*Лектор*  
доктор наук, професор, завідувач

*Н.Є. Нестерчук*

*Автор*  
Завідувач кафедри

Наталія НЕСТЕРЧУК



документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №79 від 2023-02-14 16:51:37.722  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП): СОРОКА ВАЛЕРІЙ СТЕПАНОВИЧ  
Сертифікат 2B6C7DF9A3891DA104000003947CE001A498F03  
Дійсний з 05.08.2022 15:21 до 05.08.2023 23:59