

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-02-100S

СИЛАБУС

SYLLABUS

навчальної дисципліни

Кінезіотейпування в косметології		Kinesiotaping in cosmetology
Шифр за ОП	-	Code in Degree Programme
Освітній рівень: бакалаврський (перший) магістерський (другий)		Level of Education Bachelor's (first) Master's (second)
Галузь знань Усі галузі знань НУВГП		Field of Knowledge All fields of knowledge
Спеціальність Усі спеціальності НУВГП		Field of Study All fields of study
Освітня програма Усі освітні програми		Degree Programme All degree programmes

Рівне – 2024

Силабус навчальної дисципліни «Кінезіотейпування в косметології» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів всіх освітньо-професійних програм спеціальностей НУВГП. Рівне : НУВГП, 2024. 10 с.

Розробник силабусу:

Ніколенко Інна Михайлівна, старший викладач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Силабус схвалений на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії

Протокол № 10 від 20 травня 2024 року

Завідувач кафедри: е-підпис Н.Є. Нестерчук, д.фіз.вих., професор

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 9 від 21 травня 2024 року

Голова НМРЯ ННІОЗ: е-підпис І.М. Григус, д.мед.н., професор.

Схвалено науково-методичною радою НУВГП

Протокол № 7 від 03.07. 2024 року


Вчений секретар НМР *е-підпис* Т. А. Костюкова

© НУВГП, 2024

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр/магістр</i>
Освітня програма	Усі ОП НУВГП
Спеціальність	Усі спеціальності НУВГП
Рік навчання, семестр	-
Кількість кредитів	<i>3 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>10</i>
Практичні заняття:	<i>20</i>
Самостійна робота:	<i>60</i>
Курсова робота/проект:	-
Форма підсумкового контролю	<i>залік</i>
Мова викладання	<i>українська</i>

ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКА (ІВ)

<p>Лектор</p> 	<p>Ніколенко Інна Михайлівна, старша викладачка кафедри фізичної терапії, ерготерапії.</p>
Вікіситет	https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Інна_Михайлівна_Ніколенко
ORCID	https://orcid.org/0009-0009-3570-0369

Канали комунікації	i.m.hainulina@nuwm.edu.ua
Мета та завдання	
<p>Навчальна дисципліна призначена для студентів різних напрямів та спеціальностей.</p> <p>Під час навчання здобувачі вивчають принципи та методи застосування кінезіотейпування в косметології, як ефективного інструменту для покращення зовнішнього вигляду, збереження та відновлення здоров'я шкіри, а також спосіб запобігання вікових змін. Розвиватимуть навички планування та виконання індивідуальних програм кінезіотейпування для себе з урахуванням власних, індивідуальних потреб і проблем. Вивчити методи оцінки ефективності кінезіотейпування та вміння здійснювати корекцію програми відповідно до вимог.</p>	
Посилання на розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle, на платформі освітніх програм та їхніх освітніх компонентів	
https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5425	
Компетентності	
<p>ЗК 1 Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК 4. Здатність працювати в команді. ЗК 5 Здатність планувати та управляти часом ЗК 8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій. ЗК 10 Здатність бути критичним і самокритичним.</p>	
Програмні результати навчання (ПРН). Результати навчання (РН)*	
<p>РН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення. РН 5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.</p>	
Структура та зміст освітнього компонента	

Лекцій – 10 год. Практичні – 20 год. Самостійна робота – 60 год.

ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

1. Будова кісток. Скелет черепа. Скелет тулуба. Скелет кінцівок. М'язи тулуба і голови. М'язи кінцівок.
2. Типи та стани шкіри, основні типи старіння.
3. Основи кінезіотейпування: історія та сучасний стан розвитку.
4. Індивідуальний підхід у використанні кінезіотейпування в косметології: адаптація до потреб клієнта.
5. Основні правила нанесення кінезіотейпів. Техніки кінезіотейпування. Кінезіотейпування в косметології.

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ

1. Ефективність кінезіотейпування у відновленні тонусу шкіри.
2. Вплив кінезіотейпування на зменшення набряків та темних кіл під очима.
3. Ознайомлення з різними методами кінезіотейпування та їх ефективність у запобіганні виникнення зморшок.
4. Використання кінезіотейпування для поліпшення тонусу шкіри тіла та зменшення проявів целюліту.
5. Кінезіотейпування для зміцнення м'язів шиї та підтягнення контуру підборіддя.
6. Аналіз різних технік кінезіотейпування та їх вплив на стан шкіри в залежності від віку.
7. Вплив кінезіотейпування на процеси лімфотоку та видалення токсинів з організму.
8. Програми кінезіотейпування для підтримання здоров'я та краси шкіри під час вагітності.
9. Програм кінезіотейпування для різних типів шкіри та проблемних ділянок.
10. Роль кінезіотейпування у процесі реабілітації після косметичних процедур.

Форми та методи навчання

Методи: пояснювально-ілюстративний або інформаційно-рецептивний, який передбачає пред'явлення готової інформації викладачем та її засвоєння студентами, демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації, репродуктивний, в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком.

Форми проведення: робота в групах, самостійна робота, круглий стіл.

Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, масажні столи, засоби для виконання самомасажу та масажу обличчя, демонстраційні плакати, засоби гігієни, кінезіологічний тейп.

Порядок оцінювання програмних результатів навчання/результатів навчання

Знання, вміння та навички, набуті під час занять, оцінюватимуться на практичних заняттях та теоретичні знання, отримані під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні кінезіологічного косметичного тейпування.

Модульний контроль проходить 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.

Рекомендована література (основна, допоміжна)

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Глиняна О.О., Копочинська Ю.В. Основи кінезіотейпування. Підр. Вінниця, 2020. 142 с.
2. Глиняна О.О., Копочинська Ю.В. Основи кінезіотейпування: навч. посіб. Київ, КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2018. 125 с.
3. Кіндзер Б.М., Бабич Н.Л., Сіренко Р.Р., Рибчич І.Є., Ільницький І.М., Петренко Н.В. Methods of Physical Therapy for athletes who Specialize in the Sambo wrestling with the use of Kinesiological Taping for neck injuries. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (11 (143)), 2021. С. 75-83.
4. Котуранова Т В., Семенова О.О. Проблеми та перспективи розвитку косметологічних послуг в Україні. *Економічний простір* № 119, 2017. С. 77-85.
5. Hanafy H.M., Amira A.N., Rokia A.S., Marwa A.R. Efficacy of intermittent compression therapy versus kinesio tape on cellulite in females. *The Medical Journal of Cairo University*. 2019. № 87 December. P. 4587-4595.
6. Wilk T., Nieweglowska-Wil, M., Spiewak R. Kinesiology taping in cellulite: A proposal for a novel treatment and report of first results. *Estetol Med Kosmetol*. 2012. № 2(4). P. 115-117.
7. Trybulec B., Orzechowska S. Efektywność masażu bańką chińską w leczeniu cellulitu u kobiet. *Rehabilitacja w Praktyce*. 2015. № 2. P. 120-127.

ДОПОМІЖНА ЛІТЕРАТУРА:

1. Анатомія людини: підручник у 3 томах. Головацький А.С., Черкасов В.Г., Сапін М.Р., Парахін А.І., Ковальчук О.І. Вид. 6-те, доопрацьоване. Вінниця: Нова книга, с. 2019.
2. Бабенко В.Г., Євдокимова Л.Г., Корж Є.М. Кінезіотейпування: історія і дещо про основне. *Фізична культура і спорт: традиції, досвід, інновації : матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції, 16 березня 2023 р. Запоріжжя НУ Запорізька політехніка, Запоріжжя, 2023. С. 123.*
3. Горошко В.І. Масаж і тейпування в реабілітації: комплексний посібник для фахівців: навчальний посібник для студентів усіх спеціальностей. Полтава : Нац. ун-т ім. Юрія Кондратюка, 2023. 138 с.: іл.

4. Горошко В.І., Москалець В.О., Соловйов, Є. Реабілітаційні методики масажу і тейпування у футболі. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. № 13. С. 35-41.

5. Клеценко Л.В. Кінезіотейпування як метод фізичної реабілітації. Перспективи розвитку медичної та фізичної реабілітації : матеріали Всеукраїнської наук.-практ. конф., з міжнародною участю Тернопіль, 2020. С. 64.

6. Ніколенко І. М. Фізкультурно-спортивна реабілітація як метод відновлення після травм ліктьового суглобу. Проблеми, пріоритети та перспективи розвитку науки, освіти і технологій в ХХІ столітті : матеріали наук.-практ. конф., 15 лютого 2024р. Кременчук, 2024. С. 41-43.

7. Ніколенко І.М. Фізкультурно-спортивна реабілітація після травм ліктьового суглоба. Нове в медицині" XIX з'їзд всеукраїнського лікарського товариства : матеріали наук.-практ. конф., 16-17 листопада 2023р. Остріг, 2023. С. 41.

8. Ніколенко І.М., Ніколенко О.І., Островська Т.О., Кінезіотейпування як засіб запобігання виникнення травм нижніх кінцівок у баскетболістів. *Public Health Journal*. 2024. №5. С.

9. Шарбель Ю., Підкопай Т.В., Підкопай Д.О. Фізична реабілітація футболістів після ушкоджень гомілковостопного суглоба із застосуванням кінезіотейпування. *Rehabilitation and Recreation*. 2023. № 17. С. 142-149.

Інформаційні ресурси в Інтернет

<https://www.youtube.com/watch?v=PBqVafbzViY>
<https://www.youtube.com/watch?v=TJV9OJ1PVEY>
<https://www.youtube.com/watch?v=wUj2eTJqaTA>
<https://www.youtube.com/watch?v=t1x0fjnPVsw>
https://www.youtube.com/watch?v=WB_h0ytuZgo
<https://www.youtube.com/watch?v=-WA7mmxkqf8>
<https://www.youtube.com/watch?v=jQiBPK5B1wk>
<https://www.youtube.com/watch?v=AUWRdRM4ddc>
<https://www.youtube.com/watch?v=e4vNwaD4WfA>
<https://www.coursera.org/programs/natsional-nii-univiersitiet-vodnogho-ghospodarstva-ta-prirodkoristuvannia/learn/anatomyv403-1x>

Інструкція по тейпуванню живота : веб-сайт. URL: <https://physiokit.com.ua/uk/instrukcija-po-tejpirovaniju-zhivota> (дата звернення: 15.05.2024).

Інструкція по тейпуванню обличчя : веб-сайт. URL: <tps://physiokit.com.ua/uk/instrukcija-po-tejpirovaniju-lica> (дата звернення: 14.05.2024).

Поєднання навчання та досліджень*

Здобувачі вищої освіти мають можливість відвідувати науковий гурток «Спортивна реабілітація».

ПОЛІТИКИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

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 із складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності (креативність).

Дедлайни та перескладання

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 <https://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/navch-nauk-tsentr-nezalezhnootsiniuvannia-znan>. Оголошення стосовно дедлайнів здачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <https://exam.nuwm.edu.ua/>

Неформальна та інформальна освіта

Здобувачі мають право на перезарахування результатів навчання набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного положення. <https://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/centr-neformaljnoji-osviti> . 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 даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

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 відвідувати всі заняття. 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.

Лектор

старша викладачка Ніколенко І.М.

Автор
Діловод

Інна НІКОЛЕНКО

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №794
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 58E2D9E7F900307B04000000807E2D0054327D00