

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-02-90S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

**Фізкультурно-спортивна
реабілітація осіб різного віку**

**Physical education and sports
rehabilitation for people of all
ages**

Шифр за ОП

**ФП
5**

Code in Degree Programme

Освітній рівень:
магістерський (другий)

Level of Education:
Master's (second)

Галузь знань:
Освіта/Педагогіка

01

Field of Knowledge:
Education/Pedagogy

Спеціальність:
Фізична культура і спорт

017

Field of Study:
Physical culture and sports

Освітня програма:
**Фізкультурно-спортивна
реабілітація**

Degree Programme:
**Physical culture and sports
rehabilitation**

РІВНЕ-2024

Силабус освітнього компонента «Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб різного віку» для здобувачів вищої освіти ступеня «магістр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2024.8 с.

ОПП на сайті університету:
<https://ep3.nuwm.edu.ua/30633/>

Розробник силабусу:

е-підпис Нестерчук Н.Є., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії.

Силабус схвалений на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії
Протокол № 1 від “28” серпня 2024 року
Завідувач кафедри фізичної терапії, ерготерапії:
е-підпис Нестерчук Н.Є., д.фіз.вих., професор.

Керівник освітньої програми:
е-підпис Гамма Т.В., кандидат біологічних наук, доцент.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від “29” серпня 2024 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ:

е-підпис Григус І.М., д.м.н., професор.

©Нестерчук Н.Є.
2024
©НУВГП, 2024

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА	
Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб різного віку	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	магістр
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Спеціальність	Фізична культура і спорт
Рік навчання, семестр	1-й рік, 2-й семестр
Кількість кредитів	4,5 кредити ЄКТС
Лекції	20
Лабораторні	26
Самостійна робота	89
Форма підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО РОЗРОБНИКА	
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
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2199-3403
Канали комунікації	n.e.nesterchuk@nuwm.edu.ua

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ**Мета та завдання**

Мета ОК "Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб різного віку" – оволодіння здобувачами вищої освіти теоретичними знаннями та практичними вміннями проведення фізкультурно-спортивної реабілітації з особами різного віку, застосовуючи засоби та методи фізичної культури і спорту. Завдання навчальної дисципліни: навчити майбутніх фахівців розвивати у собі спостережливість, дослідницькі інтереси, здатність вивчати загальний стан людини, бачити найменші зміни у фізичному, емоційному стані і тим самим забезпечувати гнучку тактику застосування фізкультурно-спортивної реабілітації.

Посилання щодо розміщення освітнього компонента на навчальній платформі Moodle
<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6679>

Передумови вивчення

Для опанування даного ОК здобувачі вищої освіти мають володіти знаннями з ОК: ФП 2 «Методи та засоби фізичного виховання у процесі фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з різними проблемами у здоров'ї», ФП 3 «Функціональна діагностика у процесі фізкультурно-спортивної реабілітації».

Компетентності

ЗК 1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
ЗК 2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
ЗК 3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
ЗК 5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
СК 1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.
СК 4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
СК 5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури і спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.
СК 6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту.
СК 7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту.
СК 8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.
СК 9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.
СК 10. Здатність проводити фізкультурно-спортивну реабілітацію для осіб різного віку та з різними проблемами у здоров'ї.
СК 11. Здатність впроваджувати каністерапію у практичну діяльність фахівців з фізичної культури і спорту.

Програмні результати навчання

ПРН 2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури і спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.
ПРН 6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.
ПРН 10. Демонструвати здатність проводити фізкультурно-спортивну реабілітацію для осіб різного віку та з різними проблемами у здоров'ї.
ПРН 11. Демонструвати вміння проведення каністерапії у практичну діяльність фахівців з фізичної культури і спорту.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (20 год)

Тема 1. Базові поняття та терміни фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 2. Загальні положення і принципи реабілітації (2 год).
Тема 3. Засоби та методи фізичної культури і спорту як базові компоненти фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 4. Оцінки стану здоров'я та вікова періодизація дітей (2 год).
Тема 5. Фізкультурно-спортивна реабілітація дітей дошкільного віку (2 год).
Тема 6. Фізкультурно-спортивна реабілітація дітей шкільного віку (2 год).
Тема 7. Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини, проблеми ментального здоров'я (2 год).
Тема 8. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб зрілого віку (2 год).
Тема 9. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб похилого та старечого віку (2 год).
Тема 10. Каністерапія як додаткова методика у процесі реабілітації (2 год).

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (26 год)

Тема 1. Практичне застосування базових понять та термінів фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 2. Основні принципи проведення фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 3. Особливості застосування засобів та методів фізичної культури і спорту у процесі фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 4. Оцінки стану здоров'я дітей – як передумова проведення фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 5. Фізкультурно-спортивна реабілітація дітей дошкільного віку (2 год).
Тема 6. Фізкультурно-спортивна реабілітація дітей шкільного віку (6 год).
Тема 7. Характеристика вікових особливостей життя дорослих. Чинники, що впливають на ментальне здоров'я та якість життя людини (2 год).
Тема 8. Покращення фізичного, ментального здоров'я осіб зрілого віку засобами фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 9. Покращення фізичного, ментального здоров'я осіб похилого та старечого віку засобами фізкультурно-спортивної реабілітації (4 год).
Тема 10. Каністерапія як засіб покращення ментального здоров'я та функціонального стану (2 год).

Методи та технології навчання

Методи: демонстрація, творчий метод, проблемно-пошуковий метод, навчальна дискусія/ дебати, мозковий штурм, аналіз ситуації.

Технології:

Імітаційні (рольові та ділові ігри).

Неімітаційні (розгляд проблемних питань, демонстрація відео).

Робота в малих групах (команді).

Проектна технологія.

Аналіз конкретних ситуацій (case study).

Групова робота, спільне вирішення завдань в групах, обговорення теми з метою розвитку критичного мислення, використання відео- та аудіоматеріалів, використання елементів гри для підвищення мотивації до діяльності, розв'язання реальних проблем та ситуацій для засвоєння знань.

Форми проведення занять

Лекції, міні-лекції, аналіз конкретних ситуацій, презентації, дискусії, ситуаційні дослідження та інші.

Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Тренажери, лабораторне обладнання, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проєкційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди, реабілітаційне обладнання, реабілітаційні кушетки, реабілітаційний інвентар, спортивний інвентар.

Порядок оцінювання програмних результатів навчання

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

Для досягнення цілей та завдань курсу здобувачам вищої освіти потрібно вчасно виконати завдання за темами лабораторних занять, вчасно здати модульні контролю знань.

За аудиторні заняття здобувачі вищої освіти отримують від 0 до 60 балів.

Викладач проводить оцінювання індивідуальних завдань шляхом проставлення балів за визначеними критеріями, що вчасно доводяться здобувачам освіти.

За виконання завдання, здобувач вищої освіти отримує бали:

	Короткий зміст завдання	За якісне оформлення завдання, його виконання	За відповіді на запитання	Всього балів
Тема 1 (2 год).	Підготувати та презентувати матеріал щодо практичного застосування базових понять, термінів фізкультурно-спортивної реабілітації (підготуватися до ведення дискусії щодо базових понять та особливостей фізкультурно-спортивної реабілітації).	3	2	5
Тема 2 (2 год).	Підготувати та презентувати матеріал щодо основних принципів проведення фізкультурно-спортивної реабілітації (підготуватися до ведення дискусії щодо особливостей принципів фізкультурно-спортивної реабілітації).	3	2	5
Тема 3 (2 год).	Продемонструвати різні засоби та методи фізичної культури і спорту, які застосовуються у процесі фізкультурно-спортивної реабілітації (засоби та методи на вибір здобувача вищої освіти).	4	2	6
Тема 4 (2 год).	Продемонструвати вміння визначати стан здоров'я дитини та застосування отриманих результатів для впровадження фізкультурно-спортивної реабілітації. (методи оцінки стану здоров'я на вибір здобувача вищої освіти).	4	2	6
Тема 5 (2 год).	Підготувати та продемонструвати програму фізкультурно-спортивної реабілітації дітей дошкільного віку (вік дитини визначає лектор, патологія на вибір здобувача вищої освіти).	4	2	6

Тема 6 (6 год).	Підготувати та продемонструвати програму фізкультурно-спортивної реабілітації дітей шкільного віку (вік дитини визначає лектор, патологія на вибір здобувача вищої освіти).	6	3	9
Тема 7 (2 год).	Підготувати та презентувати матеріал щодо чинників, які впливають на ментальне здоров'я та якість життя людини (підготуватися до ведення дискусії щодо вікових особливостей життя дорослих).	3	2	5
Тема 8 (2 год).	Підготувати та продемонструвати програму фізкультурно-спортивної реабілітації, метою якої є покращення фізичного, ментального здоров'я у осіб зрілого віку (вік визначає лектор, патологія на вибір здобувача вищої освіти).	4	2	6
Тема 9 (4 год).	Підготувати та продемонструвати програму фізкультурно-спортивної реабілітації, метою якої є покращення фізичного, ментального здоров'я осіб похилого та старечого віку (вік визначає лектор, патологія на вибір здобувача вищої освіти).	5	2	7
Тема 10 (2 год).	Підготувати та презентувати матеріал щодо застосування каністерапії для покращення ментального здоров'я та функціонального стану.	3	2	5
Всього за аудиторні заняття				60

Модульний контроль проходитиме у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

Модульний контроль проходитиме у формі тестування. У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 10 запитань по 0,8 бали (8 балів), рівень 2 – 6 запитань по 1 балу (6 балів), рівень 3 – 4 запитання по 1,5 бали (6 балів). Усього – 20 балів за один модульний контроль.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань здобувачів вищої освіти, можливість подання апеляції:
<https://ep3.nuwm.edu.ua/21123/>

Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна

1. Барсуковська, Г.П., Парна, О. М., Калантай, А.А. (2021, June 24). Технологія використання народних ігор у фізичному вихованні дітей дошкільного віку. *Pedagogy and psychology in the modern world: interaction vectors*, 80-84.

2. Бистра, І., Гаврилова, Н., Литвинова, К. (2017). Корекція маси тіла дітей засобами занять з оздоровчого фітнесу. *Спортивна наука України*, 2(78), 3-8.

3. Виноград, О.В. (2011). Основи службової кінології: навч. посіб. Хмельницький: Меркьюріті-Поділля. 192.

4. Вільчковський, Е. С., Курок, О. І. (2019). Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: підручник. Суми ПФ: «Видавництво «Університетська книга». 467.

5. Комар, І., Гальма, Л. (2012). Соціально-педагогічні аспекти каністерапії. *Молодь і ринок*, 4, 96-99.

6. Нестерчук, Н.Є., Сидорук, І.О. (2022). Залучення батьків до соціальної адаптації дітей з синдромом Дауна. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & Recreation)*, 12, 67-72.

7. Нестерчук, Н.Є., Сидорук, І.О., Зарічнюк, І.Р., Чоповський, Д.П. (2022). Розвиток координаційних здібностей дітей молодшого шкільного віку. *Rehabilitation & Recreation: науковий журнал*, 13, 121-125.

8. Нестерчук, Н.Є., Подолянчук, І.С., Сидорук, І.О., Ніколенко, О.І., Небова, Н.А. (2020). Теоретичні аспекти формування ігрової діяльності дітей дошкільного віку з затримкою психічного розвитку. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*, 2(122), 125.

9. Рубан, В.Ю. (2021). Організаційно-методичні засади оптимізації процесу фізичного виховання учнів початкових класів в умовах сільської загальноосвітньої школи: дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Переяслав-Хмельницький. 391.

10. Скальські, Д., Ковальські, Д., Скальська, Е., Григус, І., Нестерчук, Н. (2020). Фізична культура в контексті ранньої дитячої освіти. *Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia: Monografia*. Starogard Gdański, 15-25.

11. Graczyk, M., Skalski, D. W., Kowalski, D., Grygus, I., Kindzer, B., Nesterchuk, N. (2022). Rozwój poznawczy, emocjonalny i społeczny dzieci niepełnosprawnych pod wpływem hipoterapii. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*, 11, 146-156.

12. Nesterchuk, N.O., Kulaj, O., Grygus, I., Skalski, D. (2021). Fitness and physical therapy of obesity patients. *Zarządzanie kultura fizyczna zdrowiem i bezpieczeństwem*. Starogard Gdański, 56-64.

Допоміжна

13. Антонюк, В.І. (2009). Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури: навчальний посібник. Київ: Видавничий дім «Професіонал». 336.

14. Власова, С.В. (2019). Організаційно-методичні засади використання засобів катання на роликових ковзанах у фізкультурно-оздоровчих заняттях з учнями 5-6 класів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту: [спец.] 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Придніпр. держ. ак-я фіз. Культури і спорту. 19.

15. Дикий, О.Ю. (2019). Сучасні підходи до організації фізичного виховання школярів. *Педагогічний пошук*, 1, 24–28.

16. Костюк, М., Нестерчук, Н., Григус, І. (2021). Застосування фізичної реабілітації при сколіозі I-II ступенів. *Фізична терапія, здоров'я, фізична культура та педагогіка: Монографія*. Рівне, 23-36.

17. Михайлова, Н.Є. (2011). 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.). Рівне. 232.

18. Михайлова, Н.Є. (2012). Просвітницька робота з батьками щодо фізичної реабілітації дітей з вродженою клишоногістю. *Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал*, 2(88), 41-43.

19. Педіатрія: національний підручник: у 2-х т. / За ред. професора В.В. Бережного. (2013). Київ. 1024.

20. Романюк, О., Нестерчук, Н. (2021). Облаштування міста під незрячих і слабозорих. *Фізична терапія, здоров'я, фізична культура та педагогіка: Монографія*. Рівне, 85-94.

21. Чудна, Р. В. (2011). Адаптивне фізичне виховання дітей з вадами розвитку: навч.-метод. посіб. Київ; Донецьк: Норд-Прес. 312.

Інформаційні ресурси в Інтернет

<https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi>

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text>

https://www.youtube.com/watch?v=VuRFm0Paie4&ab_channel=PraktyczneRodzicielstwo

Поєднання навчання та досліджень

Здобувачі вищої освіти залучені до реалізації наукових індивідуальних тем досліджень.

Чинний науковий гурток здобувачів вищої освіти "Фізична терапія, ерготерапія, терапія та реабілітація: обстеження, складання та впровадження програм фізичної терапії, ерготерапії, терапії та реабілітації"

Здобувачі вищої освіти 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.

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

Дедлайни та перескладання

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

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно з «Порядком ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <https://ep3.nuwm.edu.ua/25072/>. Згідно з цим документом і реалізується право здобувачів вищої освіти 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

Здобувачі вищої освіти мають право на перезарахування результатів навчання, набутих у неформальній та інформальній освіті, згідно з відповідним Положенням про неформальну та інформальну освіту в НУВГП (<https://nuwm.edu.ua/struktorni-pidrozdili/centr-neformaljnoji-osviti/dokumenty>).

Здобувачі вищої освіти 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 даного освітнього компонента, його програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.

Правила академічної доброчесності

Всі здобувачі вищої освіти, співробітники та викладачі НУВГП мають бути чесними у своїх стосунках, що пов'язані з навчальною роботою. Здобувачі вищої освіти 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.

Вимоги до відвідування

Здобувачі вищої освіти зобов'язані брати участь у всіх заняттях.

Лекції та лабораторні заняття відбуваються в офлайн або онлайн режимі, згідно з розкладом.

Відпрацювати пропущені заняття можна під час консультацій з предмету.

Заняття онлайн можуть проводитися за допомогою Google Meet за кодом.

Здобувач вищої освіти має право оформити індивідуальний навчальний план згідно з відповідним положенням <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/20050>.

Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.

Лектор Н.Є. Нестерчук доктор наук, професор

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №1005
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100