

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-33 S

**СИЛАБУС**

**освітнього компонента**

**SYLLABUS**

<b>Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату</b>		<b>Physical culture and sports rehabilitation for disorders of the musculoskeletal system</b>	
Шифр за ОП	ФП 19	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of education: bachelor's (first)	
Галузь знань: <b>Освіта/Педагогіка</b>	01	Field of knowledge: <b>Education/Pedagogy</b>	
Спеціальність: <b>Фізична культура і спорт</b>	017	Field of study: <b>Physical culture and sports</b>	
Спеціалізація: <b>Фізкультурно-спортивна реабілітація</b>		Specialization: <b>Physical culture and sports rehabilitation</b>	
Освітня програма: <b>Фізкультурно-спортивна реабілітація</b>		Degree Programme: <b>Physical culture and sports rehabilitation</b>	

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента «Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною

програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2024. 7 с.

ОПП на сайті університету: <https://ep3.nuwm.edu.ua/30764/>

Розробник силабусу: Ногас А.О., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін.

Силабус схвалений на засіданні кафедри медико-біологічних дисциплін. Протокол № 1 від «28» серпня 2024 року

Завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін:  
е-підпис Гуцман С.В., кандидат біологічних наук, доцент.

Гарант освітньої програми: е-підпис Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ  
Протокол № 1 від «29» серпня 2024 року

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

© Ногас А.О., 2024


© НУВГП, 2024

<b>ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА</b>	
<b>Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату</b>	
<b>ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ</b>	
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
Рік навчання, семестр	3-й (6 семестр)

Кількість кредитів	4,5 кредитів ЄКТС
Лекції:	24 год денна/ 6 год заочна
Лабораторні заняття:	24 год денна/ 8 год заочна
Самостійна робота:	87 год/ 121год
Курсова робота:	Ні
Форма навчання	Денна/заочна
Форма підсумкового контролю	Екзамен
Мова викладання	Українська

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

#### ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА

<p>Лектор</p> 	<p><i>Ногас Анжела Олександрівна</i> кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін</p> <p>Вікіситет: <a href="http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/">http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/</a>          Google Академія: <a href="https://scholar.google.com.ua/citations?user=G1IH8kAAAAAJ&amp;hl=uk">https://scholar.google.com.ua/citations?user=G1IH8kAAAAAJ&amp;hl=uk</a>          ORCID: <a href="https://orcid.org/0000-0003-1287-9828">https://orcid.org/0000-0003-1287-9828</a>          Як комунікувати: <a href="mailto:a.o.nohas@nuwm.edu.ua">a.o.nohas@nuwm.edu.ua</a></p>
--	--

### ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

#### Мета та завдання

Метою навчальної дисципліни «Фізкультурно-спортивна реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату» є формування знань у студентів про проведення фізкультурно-спортивної реабілітації у осіб з патологією опорно-рухового апарату та набуття ними теоретичних знань і практичних навичок, які необхідні для відновлення здоров'я і працездатності цієї категорії хворих.

Завдання навчальної дисципліни: навчити майбутніх фахівців діагностувати патологію опорно-рухового апарату, вміти проводити обстеження, розробляти та реалізовувати програму фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з даною патологією, оцінювати її ефективність.

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

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6716>

#### Компетентності

ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.

ФК15. Здатність планувати та реалізовувати програми занять з фізкультурно-спортивної реабілітації з урахуванням віку, клінічних форм захворювання, травми та функціональних можливостей організму.

ФК16. Здатність проводити реабілітаційне обстеження, визначати обмеження активності, рівень фізичного розвитку, функціональний стан здоров'я при складанні програм фізкультурно-спортивної реабілітації для різних вікових категорій осіб.

ФК17. Здатність здійснювати контроль за проведеними заходами з фізкультурно-спортивної реабілітації.

#### **Програмні результати навчання**

ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

ПРН11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.

ПРН23. Вміти організувати та проводити заняття з фізкультурно-спортивної реабілітації з урахуванням віку, клінічних форм захворювання, травми та функціональних можливостей організму.

ПРН24. Використовувати методи контролю наявності та ступеню порушень функцій та структур організму, обмеження життєдіяльності та здоров'я при складанні та реалізації програм фізкультурно-спортивної реабілітації для різних вікових категорій осіб.

ПРН25. Проводити контроль ефективності програм фізкультурно-спортивної реабілітації та за потреби корегувати поточну діяльність.

#### **Структура та зміст освітнього компонента**

### ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (24 год)

- Тема 1. Поняття про анатомо-фізіологічні особливості опорно-рухового апарату (2 год).  
Тема 2. Обстеження хворого з патологією опорно-рухового апарату(2 год).  
Тема 2.Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб зі сколіозом та дефектами постави (2 год).  
Тема 3. Фізкультурно-спортивна реабілітація за наявності плоскоступності та клишоногості (2 год).  
Тема 4. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з вродженим вивихом стегна(2 год).  
Тема 5. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з артрозом (2 год).  
Тема 6. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з ревматоїдним артритом (2 год).  
Тема 7. Особливості застосування фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з ампутаціями Протезування. (2 год).  
Тема 8. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з ендопротезуванням кульшового суглоба (2 год).  
Тема 9. Фізкультурно-спортивна реабілітація за наявності артрогрипозу (2 год).  
Тема 10. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з переломами (2 год).  
Тема 11. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітація осіб з пошкодженням зв'язкового апарату колінного суглоба (2 год).  
Тема 12. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з контрактурами (2 год).

### ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (24 год)

- Тема 1. Анатомо-фізіологічні особливості опорно-рухового апарату у різні вікові періоди (2 год).  
Тема 2. Методика обстеження хворого з патологією опорно-рухового апарату(2 год).  
Тема 2.Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб зі сколіозом та дефектами постави (2 год).  
Тема 3. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації за наявності плоскоступності та клишоногості (2 год).  
Тема 4. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з вродженим вивихом стегна(2 год).  
Тема 5. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з артрозом (2 год).  
Тема 6. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з ревматоїдним артритом (2 год).  
Тема 7. Складові програм фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з ампутаціями. Протезування. (2 год).  
Тема 8. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з ендопротезуванням кульшового суглоба (2 год).  
Тема 9. Фізкультурно-спортивна реабілітація за наявності артрогрипозу (2 год).  
Тема 10. Механізми дії фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з переломами (2 год).  
Тема 11. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітація осіб з пошкодженням зв'язкового апарату колінного суглоба (2 год).  
Тема 12. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб з контрактурами (2 год).

### Методи та технології навчання

Методи: вербальні, наочні, практичні та ін., зокрема 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).

### Форми проведення занять

Форми проведення занять: проблемні та оглядові лекції, міні-лекції, аналіз конкретних ситуацій, презентації, дискусії, ситуаційні дослідження, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо.

### Інструменти, обладнання, програмне забезпечення

Лабораторне обладнання, тренажери, реабілітаційне обладнання, масажні столи, реабілітаційний та спортивний інвентар, мультимедіа-, відео- і звуковідтворююча, проекційна апаратура, комп'ютерні системи та мережі, бібліотечні фонди.

### 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 студентам потрібно вчасно виконати завдання, пов'язані з пошуком інформації стосовно вибраної професійної діяльності, вчасно здати модульні контролі знань.

Теоретичні знання, отримані під час лекцій, оцінюватимуться у практичному вмінні.

За аудиторні заняття студенти отримують від 0 до 60 балів.

Викладач проводить оцінювання індивідуальних завдань студентів шляхом виставлення балів за визначеними критеріями, що вчасно доводяться здобувачам освіти. Також студент під наглядом викладача самостійно оцінює свою роботу.

За вчасне та якісне виконання завдання студент отримує бали: 10 балів за вчасне (згідно з визначеним графіком) виконання завдання; 20 балів за якісне оформлення завдання; 15 балів за представлення завдання; 15 балів за відповіді на усні чи письмові запитання.

Модульний контроль проходитиме у формі тестування:

20 балів – модуль 1;

20 балів – модуль 2.

У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 10 запитань по 0,8 бала (8 балів), рівень 2 – 6 запитань по 1 балу (6 балів), рівень 3 – 4 запитання по 1,5 бали (6 балів). Усього – 20 балів.

Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість подання апеляції:

<https://ep3.nuwm.edu.ua/21123/>

**Рекомендована література (основна, допоміжна)**

**Базова література:**

1. Андрійчук О. Я. Фізична реабілітація хворих на гонартроз. [Текст]: монографія / Ольга Ярославівна Андрійчук. - Луцьк : Волин, нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2012. 344.
2. Коваленко, В. М. Сучасні аспекти фізкультурно-спортивної реабілітації. Одеса: Астропринт, 2012. 176.
3. Григус І.М. Реабілітаційне обстеження та визначення стану здоров'я. Рівне, 2013. 72.
4. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150.
5. Новікова, Г. В. Фізіотерапія в лікуванні захворювань опорно-рухового апарату. Київ: Логос, 2016. 148.
6. Таран, В. Г. Фізкультурна реабілітація осіб з захворюваннями опорно-рухового апарату. Львів: Свічадо, 2009. 184.
7. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підручник / Л. О. Вакуленко [та ін.] ; за заг. ред. Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. Тернопіль : Укрмедкн.: ТДМУ, 2018. 371.

**Допоміжна література:**

1. Герцик А. М. Створення програм фізичної реабілітації/терапії при порушеннях діяльності опорнорухового апарату / Андрій Герцик // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 6(56). – С. 37–45.
2. Герцик А. М. Пацієнт як підсистема фізичної реабілітації при порушеннях діяльності опорнорухового апарату [Електронний ресурс] / Андрій Герцик, Оксана Тиравська // Спортивна наука України. – 2016. – №3(73).
3. Методичні рекомендації з проведення семінарських занять з навчальної дисципліни «Основи фізкультурно-спортивної реабілітації» освітньо-професійної програми «Фітнес і фізкультурно-спортивна реабілітація» галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт освітнього рівня першого (бакалаврського) освітнього ступеня бакалавр. Запоріжжя: Крокус, 2023. 20.
4. Ногас А.О., Карпінський А.Ю. Рухова активність хворих на ревматоїдний артрит у фізичній реабілітації. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*.2017;1(37):130-135.
5. Ногас А.О. Покращення якості життя хворих на ревматоїдний артрит за допомогою фізичної активності. *Rehabilitation & recreation*.2022;13:48-53.
6. Ногас А.О. Ефективність впливу реабілітаційних заходів на відновлення функції верхніх кінцівок у хворих на ревматоїдний артрит. *Public Health Journal*.2023;3:88-94.
- Бевзюк В.В. Немедикаментозні методи відновлення функції хребта при болях в області шиї, спини і попереку. Методичні рекомендації. – Херсон, 2016.
7. Бевзюк В.В., Степанюк С.І. Фізична реабілітація при початкових ступенях сколіотичної хвороби. Методичні рекомендації. Херсон, 2015.

**Інформаційні ресурси в Інтернет**

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>  
<https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi>  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text>  
<https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi>

**Поєднання навчання та досліджень**

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.

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

**Дедлайни та перескладання**

Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів.

Ліквідація академічної заборгованості здійснюється згідно з «Порядком ліквідації академічних заборгованостей у НУВГП», <https://ep3.nuwm.edu.ua/30369/1/>. Згідно з цим документом 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 з відповідним Положенням про неформальну освіту. <http://ep3.nuwm.edu.ua/18660/>.

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 даного освітнього компонента, його 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 «Положення про виявлення та запобігання академічного плагіату в НУВГП» <https://nuwm.edu.ua/files>

#### **Вимоги до відвідування**

Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях.

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

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 з відповідним положенням <http://ep3.nuwm.edu.ua/6226/>. Здобувачі можуть на заняттях використовувати мобільні телефони та ноутбуки за дозволом викладача.

*Лектор Ногас А.О., к.фіз.вих., доцент*

Автор  
Доцент КМБД

Анжела НОГАС

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та  
навчальної роботи

Валерій СОРОКА





документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №1130  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП):  
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100