

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-42 S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

Основи фізкультурно-спортивної реабілітації		Fundamentals of physical education and sports rehabilitation	
Шифр за ОП	ФП 3	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of education: bachelor's (first)	
Галузь знань: Освіта/Педагогіка	01	Field of knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність: Фізична культура і спорт	017	Field of study: Physical culture and sports	
Спеціалізація: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Specialization: Physical culture and sports rehabilitation	
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical education and sports rehabilitation	

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента «Основи фізкультурно-спортивної реабілітації» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», 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/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

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА	
Основи фізкультурно-спортивної реабілітації	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
Рік навчання, семестр	1-й (1 семестр)
Кількість кредитів	3 кредити ЄКТС
Лекції:	18 год денна/ 2 год заочна
Практичні заняття:	18 год денна/ 8 год заочна

Самостійна робота:	54 год/ 80 год
Курсова робота:	Ні
Форма навчання	Денна/заочна
Форма підсумкового контролю	Екзамен
Мова викладання	Українська

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА

ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА

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

ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ

Мета та завдання

Метою викладання освітньої компоненти «Основи фізкультурно-спортивної реабілітації» є формування компетентностей, системи теоретичних знань та професійних навичок, методичних вмінь, комунікаційних здібностей щодо управління процесом відновлення здоров'я, працездатності та покращення якості життя після захворювань, травм чи ушкоджень за допомогою засобів фізкультурно-спортивної реабілітації з урахуванням особливостей фізичного розвитку та функціональних можливостей організму.

Досягнення мети передбачає виконання завдань, сутність яких зводиться до вивчення професійних компетенцій з основ фізкультурно-спортивної реабілітації, використання знань майбутніх фахівців про принципи, завдання, види, періоди, етапи та засоби фізкультурно-спортивної реабілітації, для правильного вибору реабілітаційних заходів та складання програм фізкультурно-спортивної реабілітації, їх реалізація і оцінка ефективності.

Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6727>

Компетентності

ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК4. Здатність працювати в команді.
ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
ФК4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.
ФК5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.
ФК7. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.
ФК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

Програмні результати навчання

ПРН1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.
ПРН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
ПРН10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН11. Обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту.
ПРН15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (18 год)

Тема 1. Розвиток, становлення, мета та завдання фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 2. Організаційні підходи щодо фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 3. Принципи, засоби та методи фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 4. Обстеження та оцінювання у фізкультурно-спортивній реабілітації (2 год).
Тема 5. Загальні положення, методичні основи фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 6. Сучасні підходи до розробки програм фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 7. Оцінка та контроль ефективності процесу фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 8. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації осіб різних вікових груп (2 год).
Тема 9. Фізкультурно-спортивна реабілітація спортсменів (2 год).

ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ (18 год)

Тема 1. Основні поняття та значення фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 2. Організаційні підходи щодо проведення фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 3. Основні принципи, засоби та методи фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 4. Обстеження та оцінювання у фізкультурно-спортивній реабілітації (2 год).
Тема 5. Загальні положення, методичні основи фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 6. Сучасні технології розробки програм фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 7. Оцінка та контроль ефективності процесу фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).
Тема 8. Організаційні підходи щодо проведення фізкультурно-спортивної реабілітації осіб різних вікових груп (2 год).
Тема 9. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації спортсменів (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, проєкційна 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 колоквиуму 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. Григус І.М. Фізична реабілітація в пульмонології: навч. посібник. Рівне: НУВГП, 2018. 258.
2. Григус І.М., Нагорна О.Б. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб. Одеса: Олді+, 2023. 176.
3. Григус І.М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навчальний посібник. Львів: «Новий Світ-2000», 2024. 170.
4. Григус І.М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології: навчальний посібник. Рівне : НУВГП, 2018. 268.
5. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150.
6. Воропаєв Д.С. Основи фізичної реабілітації (загальна характеристика засобів фізичної реабілітації) [Електронний документ] навч. посіб / Д.С. Воропаєв, О.О. Єжова. Суми : СумДУ, 2019. 72.

Допоміжна література:

1. 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.
2. Гета А. В Фізкультурно-спортивна реабілітація спортсменів у волейболі. Збірник наукових матеріалів VIII Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю. Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка. Полтава 2022. 100-102
3. Основи внутрішньої медицини та фізичної реабілітації: підручник / М. І. Швед, С. М. Тернопіль : ТНМУ, "Укрмедкнига", 2021. 412. 10.
4. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підруч. для студентів I рівня вищ. освіти: галузь знань 22 "Охорона здоров'я", спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" / за заг. ред.: Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. Тернопіль : ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. 372 с2.
5. Ногас А.О. Покращення якості життя хворих на ревматоїдний артрит за допомогою фізичної активності. *Rehabilitation & recreation*. 2022;13:48-53.
5. Ногас А.О. Ефективність впливу реабілітаційних заходів на відновлення функції верхніх кінцівок у хворих на ревматоїдний артрит. *Public Health Journal*. 2023;3:88-94.
6. Rudenko R., Mahlovanyy A., Kunynets O., Grygus I. Physical rehabilitation of disabled athletes by the method of corrective massage. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини=Rehabilitation & recreation*. Рівне, 2020. 7. 85-89.
7. Kashuba, V., Andriieva, O., Hakman, A., Grygus, I., Smoleńska, O., Ostrowska, M., Napierała, M., Hagner-Derengowska, M., Muszkiet, R., & Zukow, W. (2021). Impact of Aquafitness Training on Physical Condition of Early Adulthood Women. *Teoriâ Ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 21(2), 152-157.
8. 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.
9. Influence of physical culture and sports on the formation of an individual healthy lifestyle: Scientific monograph. Grygus I.M., Kashuba V.O., Mahlovanyi A.V., Skalski D.W. Riga, Latvia: "Baltija Publishing", 2023. 396 p.

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://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/017_fizyczna_kultura_i_sport_doktor_filosofiyi.pdf

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)
Здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід зі складних ситуацій, взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності.
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 здачі 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 №1186
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100