

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-39S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

Основи фізичної реабілітації		Basics of physical rehabilitation
Шифр за ОП	BB 1.1	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
Освітня програма: Фізкультурно-спортивна реабілітація		Degree Programme: Physical culture and sports rehabilitation

РІВНЕ – 2024

Силабус освітнього компонента «**Основи фізичної 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. 9 с.

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

Розробники 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 ОСВІТЬОГО КОМПОНЕНТА	
ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізкультурно-спортивна реабілітація</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Рік навчання, семестр	<i>1-й (1 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>4 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>24 год денна / 4 год заочна</i>
Лабораторні заняття:	<i>24 год денна / 8 год заочна</i>
Самостійна робота:	<i>72 год / 108 год</i>
Курсова робота:	<i>Ні</i>
Форма навчання	<i>Денна/заочна</i>
Форма підсумкового контролю	<i>Залік</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА	

<p>Лектор</p> 	<p><i>Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін</i></p>
<p>Вікіситет ORCID Як комунікувати</p>	<p>http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/ https://orcid.org/0000-0003-1287-9828 a.o.nohas@nuwm.edu.ua</p>

Мета та завдання

Мета освітнього компонента: «Основи фізичної реабілітації» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація», спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» є формування компетентностей, формування системи професійних знань, методичних вмінь, навичок і комунікацій щодо управління процесом збереження здоров'я, з урахуванням особливостей фізичного розвитку та функціональних можливостей організму, шляхом оптимізації рухової активності та дотримання здорового способу життя, а також забезпечення більш швидкого відновлення здоров'я, працездатності та якості життя після захворювань, травм чи ушкоджень за допомогою засобів фізичної реабілітації, попередження, або ліквідація ускладнень патологічного процесу.

Завдання ОК: передбачає оволодіти професійними знаннями і навичками, доцільно діяти на рівні сучасних технологій відновлення фізичного здоров'я, до оптимального рівня, вміти поєднувати різні засоби фізичної реабілітації.

Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle

<https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5130>

Компетентності

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 4. Здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують.

Програмні результати навчання

ПРН 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення

ПРН 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

ПРН 14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (24 год)

- Тема 1. Історія фізичної реабілітації. Нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність (2 год.)
- Тема 2. Організаційні основи системи фізичної реабілітації. Загальні положення фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 3. Основні закономірності розвитку та відновлення фізичних якостей. Традиційні та нетрадиційні методики оздоровлення людини (2 год.)
- Тема 4. Принципи, засоби та методи фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 5. Механізми лікувальної дії терапевтичних вправ (2 год.)
- Тема 6. Поєднання засобів фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 7. Вплив фізичного навантаження на опорно-руховий апарат та функціональний стан спортсменів. Основи фізичної реабілітації при захворюваннях опорно-рухового апарату (2 год.)
- Тема 8. Особливості фізичної реабілітації при хірургічних захворюваннях і травмах нервової системи (2 год.)
- Тема 9. Особливості фізичної реабілітації при захворюваннях внутрішніх органів та порушенні обміну речовин (2 год.)
- Тема 10. Особливості фізичної реабілітації при захворюваннях серцево-судинної системи та патології дихальної системи (2 год.)
- Тема 11. Особливості фізичної реабілітації людей з інвалідністю (2 год.)
- Тема 12. Особливості фізичної реабілітації при патологічних станах, які виникають при заняттях спортом (2 год.)

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (24 год)

- Тема 1. Загальні уявлення про фізичну реабілітацію (2 год.)
- Тема 2. Основні терміни, поняття, складові фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 3. Основні механізми лікувальної дії терапевтичних вправ. Особливості проведення лікувального масажу (4 год.)
- Тема 4. Особливості оздоровлення людини, відновлення фізичних якостей (2 год.)
- Тема 5. Основні засоби і методи фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 6. Основні поєднання засобів фізичної реабілітації (2 год.)
- Тема 7. Особливості завдання, принципи фізичної реабілітації при захворюваннях опорно-рухового апарату (2 год.)
- Тема 8. Особливості завдання, принципи фізичної реабілітації для відновлення здоров'я після перенесених захворювань внутрішніх органів та порушенні обміну речовин. (2 год.)
- Тема 9. Особливості завдання, принципи фізичної реабілітації для відновлення здоров'я після перенесених захворювань серцево-судинної системи та органів дихання (2 год.)
- Тема 10. Методичні принципи застосування фізичної реабілітації при патологічних станах, які виникають при заняттях спортом. Профілактика спортивних травм (4 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 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.

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.

Модульний контроль проходитиме 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:

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

Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна література:

1. Воропаєв Д.С. Основи фізичної реабілітації (загальна характеристика засобів фізичної реабілітації): навч. посіб / Д.С. Воропаєв, О.О. Єжова. Суми: СумДУ, 2019. 72 с.
2. Григус І.М. Фізична реабілітація в пульмонології: навч. посібник. Рівне: НУВГП, 2018. 258 с.
3. Григус І.М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навчальний посібник. Львів: «Новий Світ-2000», 2023. 170 с.
4. Григус І.М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології: навчальний посібник. Рівне : НУВГП, 2018. 268 с.
5. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навчальний посібник. Херсон: Олді+, 2022. 150 с.
6. Швед М.І. Основи внутрішньої медицини та фізичної реабілітації: підручник. Тернопіль: ТНМУ, "Укрмедкнига", 2021. 412 с.

Допоміжна література:

1. 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. С. 100-102.
2. Григус І.М., Хома О.В. 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, 2022. № 11. С. 163-172.
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 с.
4. Ногас А.О. Ефективність впливу реабілітаційних заходів на відновлення функції верхніх кінцівок у хворих на ревматоїдний артрит. *Public Health Journal*. 2023. № 3: С. 88-94.
5. Ногас А.О. Покращення якості життя хворих на ревматоїдний артрит за допомогою фізичної активності. *Rehabilitation & recreation*. 2022. № 13 С. 48-53.
6. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : підручник для студентів I рівня вищ. освіти: галузь знань 22 "Охорона здоров'я", спец. 227 "Фізична терапія, ерготерапія" / за заг. ред.: Вакуленко Л.О., Клапчука В.В. Тернопіль: ТДМУ "Укрмедкнига", 2020. 372 с.
7. 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

1. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text> Закон України Про фізичну культуру і спорт.

2. <https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi> Реабілітаційно-спортивні заходи серед осіб з інвалідністю.

3. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1188-2021-%D0%BF#Text> Про затвердження Державного соціального стандарту фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни, членів їх сімей та сімей загиблих (померлих) ветеранів війни.

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 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 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.

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/naukova-dijaljnistj/aspirantura-doktorantura/normativni-dokumenty>.

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 №1430
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC00304000009B6C3700C8C2C100

