

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ

Навчально-науковий інститут охорони здоров'я

08-03-37S

СИЛАБУС

освітнього компонента

SYLLABUS

Психологічні аспекти фізкультурно-спортивної реабілітації		Psychological aspects of physical culture and sports rehabilitation	
Шифр за ОП	ФП 16	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 «Психологічні аспекти 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/>

Розробники силабусу: Ногас Анжела Олександрівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри медико-біологічних

дисциплін; Мерецька Ірина Володимирівна, кандидат медичних наук, 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
© Мерецька

І.В., 2024

© НУВГП, 2024

ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА	
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ	
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітня програма	Фізкультурно-спортивна реабілітація
Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
Рік навчання, семестр	3-й рік, 6-й семестр
Кількість кредитів	4 кредити ЄКТС
Лекції:	18 год денна / 4 год заочна
Лабораторні заняття:	30 год денна / 8 год заочна
Самостійна робота:	72 год/ 108 год
Курсова робота:	Ні
Форма навчання	Денна/заочна
Форма підсумкового контролю	Екзамен

Мова викладання	Українська
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА	
ПРОФАЙЛИ РОЗРОБНИКІВ	
Лектор	<i>Ногас Анжела Олександрівна</i> кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін
	
Вікіситет:	http://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/
ORCID	https://orcid.org/0000-0003-1287-9828
Профіль в Scopus	Scopus: Author ID: 57221919539
Як комунікувати	a.o.nohas@nuwm.edu.ua
Розробник	<i>Мерецька Ірина Володимирівна</i> кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін
	
Вікіситет	https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/
ORCID	https://orcid.org/0000-0002-2953-903X
Як комунікувати	i.v.meretska@nuwm.edu.ua
ІНФОРМАЦІЯ ПРО ОСВІТНІЙ КОМПОНЕНТ	
Мета та завдання	
<p>Мета освітнього компоненту: «Психологічні аспекти фізкультурно-спортивної реабілітації» для здобувачів вищої освіти ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізкультурно-спортивна реабілітація» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» вивчення шляхів і методів формування, збереження, зміцнення та відновлення психічного здоров'я людини. Формування у студентів теоретичної системи знань про основи ментального здоров'я, принципи, етапи, періоди, засоби та механізми впливу на організм методів фізкультурно-спортивної реабілітації, ознайомити з організацією державної системи реабілітації хворих та людей з інвалідністю.</p> <p>Завдання освітнього компоненту: навчити студентів оцінювати психічне здоров'я людини, опанувати принципи здорового способу життя та профілактики порушення психічних функцій в процесі життєдіяльності, розпізнавати особливості характеру людини, освоїти шляхи профілактики психо-невротичних розладів, формувати навички лідерства, знати засоби профілактики перенапруження систем організму.</p>	
Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle	
https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=6723	

Компетентності

ЗК 9. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК11. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.

Програмні результати навчання

ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань

ПРН 15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

ПРН 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.

Структура та зміст освітнього компонента

ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ (18 год)

Тема 1. Основи психологічних аспектів фізкультурно-спортивної реабілітації

(2 год).

Тема 2. Основні поняття, терміни фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).

Тема 3. Основи ментального здоров'я (2 год).

Тема 4. Загальна характеристика фізіологічного та психологічного стресу. Способи подолання стресу (2 год).

Тема 5. Формування мотивації до занять фізкультурно-спортивною реабілітацією (2 год).

Тема 6. Загальна характеристика і діагностика основних типів ставлення до хвороби. Вплив ставлення до хвороби на подальший перебіг захворювання та прогноз. (2 год).

Тема 7. Аналіз індивідуальних потреб спортсмена. Поєднання засобів фізкультурно-спортивної реабілітації у процесі відновлення спортсменів (2 год).

Тема 8. Особливості корекції психологічних розладів при проведенні фізкультурно-спортивної реабілітації. Профілактика психічного перенапруження (4 год).

ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ (30 год)

Тема 1. Особливості психологічних аспектів фізкультурно-спортивної реабілітації (2 год).

Тема 2. Загальні поняття фізкультурно-спортивної реабілітації. Основні види реабілітації (2 год).

Тема 3. Особливості ментального здоров'я (2 год).

Тема 4. Основні характеристики фізіологічного та психологічного стресу. Механізми стресу, види стресових реакцій; психічні та соматичні ефекти стресу (4 год).

Тема 5. Комплексні способи подолання стресу (2 год).

Тема 6. Загальні методи підвищення мотивації, покращення навичок лідерства. Їхній вплив на фізкультурно-спортивну реабілітацію (4 год).

Тема 7. Характеристика основних типів ставлення до хвороби (2 год).

Тема 8. Загальні характеристики стадії відновлення після інтенсивних навантажень (2 год).

Тема 9. Використання методів психологічної допомоги у фізкультурно-спортивній реабілітації (2 год).

Тема 10. Психологічна реабілітація осіб з різними видами травматизації у спорті (4 год).

Тема 11. Основні психологічні ресурси подолання наслідків травм. Загальне поняття корекції психологічних розладів у фізкультурно-спортивній реабілітації (4 год).

Тема 12. Профілактика перенапруження систем організму у 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

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 контролю 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.

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. Бочелюк В.Й., Черепехіна О.А. Психологія спорту: підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2022. 224 с.
2. Дуткевич Т.В. Загальна психологія: теоретичний курс підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. 387 с.
3. Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості: колективна монографія за в /ред. Н.І. Тавровецька. Херсон: ФОП Вишемирський В.С., 2019. 354 с.
4. Кашуба В.О., Попадюха Ю.А. Біомеханіка просторової організації тіла людини: сучасні методи та засоби діагностики і відновлення. Київ: ЦУЛ, 2018. 768 с.
5. Михалюк Є. Л., Сиволап В. В. Діагностика і профілактика захворювань та травм, що виникають в наслідок нераціональних занять спортом: навч. посіб., Львів: Магнолія, 2022. 200 с.
6. Охорона ментального здоров'я та медико-психологічна реабілітація військовослужбовців в умовах гібридної війни: теорія і практика /за ред. В.І. Цимбалюка. Київ: Медицина, 2021. 256 с.
7. Майкова Т.В., Афанасьєв С.М., Кашуба В.О. Основи фізкультурно-спортивної реабілітації: навч. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2024. 312 с.
8. Пророк Н, Запорожець О. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник. Київ: ОБСЄ, 2018. Т1. 208 с.
9. Пророк Н, Запорожець О. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник. Київ: ОБСЄ, 2018. Т2. 240 с.
10. Сокрут В.М. Фізична реабілітація та спортивна медицина: навчальний посібник. Львів: Магнолія, 2021. Т1. 480 с.

Допоміжна література:

1. Альошина А.І., Кашуба В.О., Афанасьєв С.М. Фізкультурно-спортивна реабілітація осіб із порушенням біомеханіки просторової організації тіла: навч. посіб., Луцьк: Вежа-Друк, 2024. Т2. 408 с.
2. Петров В.Г., Ширяєв Ю.В. Фізкультурно-спортивна реабілітація у практиці лікаря. Київ: Здоров'я, 2018. С. 56–72.
3. Психологічні ресурси особистості: соціально-психологічний: збірник наукових праць за матеріалами науково-практичної конференції. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2019. 8 с.
4. Савчин М.В. Загальна психологія: підручник Київ: Академія, 2024. 352 с.
5. Скрипник О.І. Основи фізичної реабілітації та рекреації. Львів: Спорткнига, 2016. С. 89–104.
6. Тараріна О. Практикум з арт-терапії. Скриня майстра. Київ: Астамір-В, 2024. 224 с.

Інформаційні ресурси в Інтернет

1. <https://www.npa-ua.org/> Національна психологічна асоціація.
2. <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.
3. <https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-zahodi> Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту. Реабілітаційно-спортивні заходи серед осіб з інвалідністю.

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)

<p>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.</p>
<p>Дедлайни та перескладання</p>
<p>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/</p>
<p>Неформальна та інформальна освіта</p>
<p>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.</p>
<p>Правила академічної доброчесності</p>
<p>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</p>
<p>Вимоги до відвідування</p>
<p>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.</p>

Лектор
дисциплін

Ногас А.О., доцент кафедри медико-біологічних

Розробник
дисциплін

Мерецька І.В., доцент кафедри медико-біологічних

Автор
Доцент КМБД

Анжела НОГАС

Затверджено

Проректор з науково-педагогічної та
навчальної роботи

Валерій СОРОКА



документ підписаний КЕП
Номер документа СИЛ №1516
Підписувач Сорока Валерій Степанович
Підписувач (дані КЕП):
Сертифікат 3FAA9288358EC003040000009B6C3700C8C2C100