

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця  
Кафедра фізичної реабілітації та спортивної медицини

“ЗАТВЕРДЖУЮ”  
Проректор науково-педагогічної та  
навчальної роботи  
професор \_\_\_\_\_ О.М. Власенко  
2020 рік



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

з дисципліни «**Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини**»

Освітній рівень перший рівень вищої освіти – бакалавр

Галузь знань 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

2019–2023 рік

Робоча програма  
медицини»  
(назва навчальної дисципліни)

«Основи фізичної реабілітації та спортивної  
для студентів

за освітнім рівнем бакалавр, спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

курсу та факультету **III курсу, медико-психологічного факультету**

Розробники: д.мед.н., професор Дорофєєва О.Є.  
к.педн., доцент Яримбаш К.С.  
к.мед.н., доцент Коршак В.М.  
к.мед.н., асистент Волинець Л.М.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри **фізичної реабілітації та спортивної медицини**

Протокол від «30» серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_ (Дорофєєва О.Є.)  
(підпис) (прізвище та ініціали)

Перезатверджено:

на 2020/2021н.р. \_\_\_\_\_ «30» серпня 2020 р. протокол № 1  
(підпис) (ПІБ)

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

на 20\_\_/20\_\_ н.р. \_\_\_\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р. протокол №\_\_  
(підпис) (ПІБ)

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань _____. (шифр і назва)	Нормативна	
	Напрямок підготовки _____ (шифр і назва)		
Модулів – 1	Спеціальність: 227 «Фізична терапія, ерготерапія»	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів –		III-й	-
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ - _____ (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин – 90		V-й	-
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – самостійної роботи студента –	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «бакалавр»	<b>Лекції</b>	
		10 год	-
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		40 год.	-
		<b>Лабораторні</b>	
		-	-
		<b>Самостійна робота</b>	
40 год	-		
<b>Індивідуальні завдання:</b> -			
Вид контролю: диф.залик			

Співвідношення аудиторної роботи до самостійної роботи студентів: 5:4.

## 2. Мета, очікувані результати навчання та критерії оцінювання результатів навчання

**Мета.** Формування у студентів цілісного уявлення про можливості, форми та методи лікарського контролю в процесі оздоровчого і спортивного тренування, а також при проведенні фізичної реабілітації, розуміння значення своєчасного застосування засобів фізичної культури для профілактики захворювань, а також в комплексному відновному лікуванні хворих різноманітного профілю.

### знати:

- мати уявлення про спортивну медицину, знати її мету та основні завдання;
- значення медичного (лікарського) контролю при оздоровчому та спортивному тренуванні;

- основні завдання, форми й особливості медичного контролю під час занять фізичними вправами;
- методика комплексного лікарського обстеження, включаючи дослідження та оцінку фізичного розвитку, функціональних здібностей організму та стану здоров'я людини;
- аналізувати дані обстеження та формувати лікарський висновок;
- поняття «реабілітація», мету, завдання та основні напрямки (аспекти) реабілітації;
- мати уявлення про «фізичну реабілітацію» (ФР), визначати її мету, завдання, основні засоби та методичні принципи;
- розуміти значення ФР для більш швидкого відновлення здоров'я, порушених функцій і працездатності хворих, підвищення якості їх життя, попередження або ліквідації наслідків патологічного процесу;
- знати визначення та особливості методу лікувальної фізкультури (ЛФК) як основного засобу ФР, пояснювати механізми лікувальної дії фізичних вправ та масажу на організм, розуміти основні принципи підбору та дозування фізичних навантажень;
- ранні ознаки перевтоми, передпатологічні та патологічні стани, що виникають при неадекватних фізичних навантаженнях, знати засоби їх профілактики та надавати при цьому невідкладну допомогу;
- причини виникнення передпатологічних та патологічних станів, а також фактори ризику раптової смерті при нераціональних заняттях фізичною культурою і спортом;
- оптимальні режими рухової активності для призначення хворим на стаціонарному, амбулаторно-поліклінічному та санаторно-курортному етапах відновного лікування, їх завдання і зміст залежно від періоду ФР;
- основні завдання, особливості окремих методик ЛФК та спеціальні вправи при патології внутрішніх органів, захворюваннях і ушкодженнях нервової системи, травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату, при оперативних втручаннях, а також в акушерсько-гінекологічній практиці та педіатрії;
- визначення, особливості фізичної реабілітації та пояснювати механізми лікувальної дії фізичних вправ.

**вміти:**

- визначати ключові поняття фізичної реабілітації і спортивної медицини як клінічної дисципліни;
- давати рекомендації щодо вибору найбільш оптимального виду занять фізичними вправами, рекреаційно-оздоровчих та тренуючих рухових режимів в залежності від фізичного стану;
- трактувати зміни основних фізіологічних систем під впливом фізичних навантажень різної інтенсивності;
- виявляти зовнішні ознаки різних ступенів стомлення при виконанні фізичних вправ;
- вміти проводити діагностику гострого та хронічного фізичного перенапруження, а також інших захворювань і ушкоджень, що виникають

внаслідок неадекватних фізичних навантажень; володіти методами невідкладної допомоги і лікування гострого та хронічного фізичного перенапруження;

- давати рекомендації щодо медико-біологічних й інших засобів профілактики перевтомлення та відновлення фізичної працездатності при оздоровчому тренуванні й у сучасному спорті;
- аналізувати показання та протипоказання до застосування засобів ФР у хворих різноманітного профілю;
- здійснювати вибір найбільш ефективних засобів ФР з урахуванням клінічного перебігу захворювань (фази, стадії, ступеня функціональних розладів), супутньої патології, а також відповідно до індивідуальних особливостей організму: віку, статі, функціональних здібностей, рівня фізичної підготовленості та толерантності до фізичних навантажень;
- надавати хворим різноманітного профілю рекомендацій щодо самостійних занять фізичними вправами за вказівкою лікаря, з поясненням особливостей самоконтролю під час занять;
- оцінювати ефективність застосування засобів фізичної реабілітації в процесі відновного лікування.

### **Критерії оцінювання результатів навчання**

Реалізація основних завдань контролю знань здобувачів вищої освіти у НМУ досягається системними підходами до оцінювання та комплексністю застосування різних видів контролю. Згідно з діючою в університеті системою комплексної діагностики знань студентів, з метою стимулювання планомірної та систематичної навчальної роботи, оцінка знань студентів здійснюється за 200-бальною системою.

Форми контролю знань студентів:

- поточний;
- підсумковий модульний;
- семестровий підсумковий (залік, диференційований залік, екзамен).

**Компетентності та результати навчання, формуванню яких сприяє дисципліна** (взаємозв'язок з нормативним змістом підготовки здобувачів вищої освіти, сформульованим у термінах результатів навчання у Стандарті).

Згідно з вимогами стандарту, дисципліна забезпечує набуття студентами **компетентностей**:

Загальні:

ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 04. Здатність працювати в команді.

ЗК 05. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 07. Здатність спілкуватися іноземною мовою.

- ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом.
- ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.
- ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.
- ЗК 14. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- ЗК 15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Спеціальні:

- СК 01. Здатність пояснити пацієнтам, клієнтам, родинам, членам міждисциплінарної команди, іншим медичним працівникам потребу у заходах фізичної терапії, ерготерапії, принципи їх використання і зв'язок з охороною здоров'я.
- СК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.
- СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.
- СК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.
- СК 05. Здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших областях медицини.
- СК 06. Здатність виконувати базові компоненти обстеження у фізичній терапії та/або ерготерапії: спостереження, опитування, вимірювання та тестування, документувати їх результати.
- СК 07. Здатність допомогти пацієнту/клієнту зрозуміти власні потреби, обговорювати та пояснювати зміст і необхідність виконання програми фізичної терапії та ерготерапії.
- СК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.
- СК 09. Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.
- СК 10. Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами (додаток 3) та документувати отримані результати.

СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

СК 12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

СК 13. Здатність навчати пацієнта/опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та неповносправності, здоровому способу життя.

СК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.

### **Результати навчання з дисципліни:**

ПР 01. Демонструвати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПР 02. Спілкуватися усно та письмово українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; складати документи, у тому числі іноземною мовою (мовами).

ПР 03. Використовувати сучасну комп'ютерну техніку; знаходити інформацію з різних джерел; аналізувати вітчизняні та зарубіжні джерела інформації, необхідної для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень.

ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 05. Надавати долікарську допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі; вибирати оптимальні методи та засоби збереження життя.

ПР 06. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі (додаток 3), трактувати отриману інформацію.

ПР 07. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП).

ПР 08. Діяти згідно з нормативно-правовими вимогами та нормами професійної етики.

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

ПР 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності (додаток 4).

ПР 11. Здійснювати заходи ерготерапії для ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмежень активності та участі в діяльності.

ПР 12. Застосовувати сучасні науково-доказові дані у професійній діяльності.

ПР 13. Обирати оптимальні форми, методи і прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.

ПР 14. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

ПР 15. Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, у мультидисциплінарній команді.

ПР 16. Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

ПР 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій (додаток 3), та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

ПР 18. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини.**

##### **Тема 1. Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію.**

Медичний контроль в процесі занять фізичними вправами. Методика комплексного лікарського обстеження. Визначення та оцінка фізичного розвитку.

**Тема 2. Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.** Поняття «функціональна проба». Класифікація функціональних проб. Методика проведення та інтерпретація результатів.

**Тема 3. Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.** Рекомендації щодо допуску до занять спортом та режиму тренувань. визначення і оцінка рівня ФП за велоергометричним тестом PWC 170. визначення і оцінка рівня аеробних можливостей за величиною МСК за номограмою Астранд-Римінг. проведення і оцінка рівня ФП та тренуваності за результатами Гарвардського степ-тесту.

**Тема 4. Передпатологічні і патологічні стани.** Захворювання та ушкодження, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Проблеми допінгу в спорті.

#### **Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації**

**Тема 5. Загальні основи фізичної реабілітації.** Загальні і спеціальні задачі ФР Лікувальна фізкультура в системі ФР.

**Тема 6. Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.** ФР при захворюваннях органів травлення. ФР хворих кардіологічного профілю. ФР в пульмонології. Мета, завдання, засоби та методи.

**Тема 7. Фізична реабілітація при захворюваннях та травмах нервової системи.** Патологічні зміни при центральних і периферичних парезах та паралічах особливості ФР. принципи дозування ФН при захворюваннях та травмах центральної та периферичної нервової системи з руховими порушеннями.



спеціальні ФВ, масаж при захворюваннях центральної та периферичної нервової системи

**Тема 8. Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.** Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації (ФР) при хірургічних захворюваннях. Показання та протипоказання до призначення засобів ЛФК. Особливості окремих методик ЛФК при хірургічних захворюваннях легень, при уроджених та набутих пороках серця, аортокоронарному шунтуванні, захворюваннях шлунково-кишкового тракту.

**Тема 9. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології.** ФР в різних триместрах вагітності, неправильних положеннях плоду, пологах, післяпологовий період, запальних процесах статевих органів, аномалій положень матки.

**Тема 10. Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей.** ФР в педіатрії: вроджена м'язова кривошия; дисплазія, підвивих, вивих кульшового суглобу, ДЦП, порушення постави та плоскостопість.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин				
	денна форма				
	усього	у тому числі			
л		п	с.р.	інд.	
1	2	3	4	5	6
<b>Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини</b>					
Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію.	9	1	4	4	Написання реферату за обраною науковою темою
Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.	9	1	4	4	
Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.	9	1	4	4	
Передпатологічні і патологічні стани.	9	1	4	4	
<b>Разом за змістовний модуль 1.</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	
<b>Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації</b>					
Загальні основи фізичної реабілітації.	9	1	4	4	Написання реферату за обраною
Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.	9	1	4	4	
Фізична реабілітація при захворюваннях та травмах нервової системи.	9	1	4	4	

Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.	9	1	4	4	
Особливості застосування засобів фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології.	9	1	4	4	
Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей	7	1	2	4	
<b>Диф залік</b>			<b>2</b>		
<b>Разом за змістовний модуль 2</b>	<b>54</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	
<b>ВСЬОГО ГОДИН</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	

### 5. Теми лекційних занять

№ з/р	Тема	Кількість годин
<b>Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини</b>		
1	Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію.	1
2	Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.	1
3	Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.	1
4	Передпатологічні і патологічні стани.	1
<b>Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації</b>		
5	Загальні основи фізичної реабілітації. Лікувальна фізкультура в системі ФР.	1
6	Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.	1
7	Фізична реабілітація при захворюваннях та травмах нервової системи.	1
8	Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.	1
9	Особливості застосування засобів фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології.	1
10	Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей	1
	<b>Всього</b>	<b>10</b>

### 6. Теми семінарських занять

Згідно робочої програми навчальної дисципліни «**Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини**» семінарські заняття не заплановані.

## 7. Теми практичних занять

№ з/р	Тема	Кількість годин
<b>Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини</b>		
1	Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію.	4
2	Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.	4
3	Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.	4
4	Передпатологічні і патологічні стани.	4
<b>Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації</b>		
5	Загальні основи фізичної реабілітації. Лікувальна фізкультура в системі ФР.	4
6	Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.	4
7	Фізична реабілітація при захворюваннях та травмах нервової системи.	4
8	Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.	4
9	Особливості застосування засобів фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології.	4
10	Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей	4
	<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>40</b>

## 8. Теми лабораторних занять

Згідно робочої програми з дисципліни «Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини» лабораторні заняття не заплановані.

## 9. Теми самостійної роботи

№ з/р	Тема	Кількість годин
<b>Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини</b>		
1	Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію.	4
2	Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.	4
3	Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.	4

4	Передпатологічні і патологічні стани.	4
<b>Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації</b>		
5	Загальні основи фізичної реабілітації. Лікувальна фізкультура в системі ФР.	4
6	Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.	4
7	Фізична реабілітація при захворюваннях та травмах нервової системи.	4
8	Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.	4
9	Особливості застосування засобів фізичної реабілітації в акушерстві та гінекології.	4
10	Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей	4
	<b>ВСЬОГО ГОДИН:</b>	<b>40</b>

#### **10. Індивідуальні завдання:**

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (далі – ІНДЗ) є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання ІНЗД прилюдним захистом навчального проекту.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання з курсу «**Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини**» – це вид навчально-дослідної роботи бакалавра, яка містить результати дослідницького пошуку, відображає певний рівень його навчальної компетентності.

**Мета ІНДЗ:** самостійне вивчення частини програмового матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

**Зміст ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, семінарських, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Вид ІНДЗ** – написання реферату з дисципліни «**Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини**» або підготовка доповіді з презентацією за однією з переліку наданих нижче тем.

#### **Тематика рефератів та доповідей за переліком:**

1. Методики кількісної оцінки рівня фізичного (соматичного) здоров'я за «адаптаційною» та «енергетичною» концепціями.
2. Сучасні методики визначення «біологічного» віку людини та їх прогностичне значення.
3. Морфофункціональний профіль спортсменів високого класу.

4. Фізична працездатність та спортивні досягнення з позиції спортивної генетики.
5. Фізіометричний профіль спортсменів високого класу.
6. Психофізіологічний профіль спортсменів, що тренуються в різних видах спорту.
7. Добові біоритми і фізична працездатність.
8. Розминка, варіанти та значення її в тренуванні і змаганнях спортсмена.
9. Експрес методи діагностики відновних процесів в організмі спортсмена.
10. Дисплазія сполучної тканини, її діагностика та значення в спортивній медицині.
11. ФР хворих на ІХС після аорто-коронарного шунтування.
12. ФР хворих на ІХС після стентування коронарних артерій.
13. ФР хворих на гострий коронарний синдром після тромболітичної терапії.
14. Фізичне тренування чи статини? Що краще для хворого на ІХС.
15. Дихальна гімнастика за Бутейко.
16. Дихальна гімнастика за Стрельніковою.
17. Масаж за Кузнецовим при захворюваннях органів дихання.
18. «Плачуче» дихання при цукровому діабеті.
19. Особливості призначення ФР при гастро-езофагальній рефлюксійній хворобі.
20. Особливості призначення ФР при дуодено-гастральному рефлюксі.
21. Культура жування в профілактиці виникнення захворювань органів травлення та ожиріння.
22. ФР хворих з внутрішньосуглобовими переломами ліктьового, плечового, колінного суглобу.
23. ФР хворих з артрозом кульшового та колінного суглобів.
24. ФР хворих після ендопротезування кульшового і колінного суглобів.
25. Особливості ФР осіб похилого віку з переломами шийки стегна.
26. ФР хворих з остеохондрозом хребта.
27. Використання профілактора Євмінова при остеохондрозі хребта.
28. Постізометрична релаксація при остеохондрозі хребта.
29. ФР при закритій черепно-мозковій травмі.
30. БОБАТ-терапія при спастичних формах ДЦП.
31. Іппотерапія при ДЦП.
32. ФР дітей з гіпокінетичною формою ДЦП.
33. ФР дітей із сколіотичною хворобою 3 ступеня після оперативної корекції викривлення хребта.
34. Фізична активність здорової дитини на першому році життя.
35. Плавання дітей на першому році життя.
36. Фізичні вправи для очей при роботі на комп'ютері.
37. Загартування дітей дошкільного та шкільного віку.
38. ВУМ-білдинг.
39. Особливості ФР при порушеннях оваріально-менструального циклу.
40. ФР вагітної жінки з поперечним положенням плода.
41. Особливості ФР у післяпологовому періоді після проведення оперативного родорозрішення.

42. Масаж у післяпологовому періоді для профілактики і ліквідації лактостазу.
43. Гінекологічний масаж.
44. Профілактика корінцевого синдрому остеохондрозу під час вагітності та в післяпологовому періоді.
45. Передпатологічні стани та патологічні зміни в наслідок гострого фізичного перевантаження.
46. Симптоми, клініка, та лікування печінкового больового синдрому
47. Симптоми, клініка та лікування перетренованості
48. Характеристика допінгів. Організація антидопінгового контролю в Україні
49. Медичне забезпечення спортивного тренування та змагань
50. Самоконтроль в масовій фізичній культурі та спорті
51. Загальна характеристика захворювань у спортсменів
52. Профілактика спортивного травматизму
53. Оздоровче тренування. Методи дозування фізичних навантажень в оздоровчому тренуванні. Методи контролю адекватності і ефективності оздоровчого тренування
54. Методика електрокардіографічного обстеження спортсменів. Особливості електрокардіограми спортсменів.
55. Сучасні методики тестування спортсменів інвалідів
56. Класифікація відновлювальних засобів. Загальні принципи використання відновлювальних заходів. Фармакологічні засоби відновлення спортсменів
57. Медичні аспекти спортивного добору. Морфофункціональні показники спортивного добору
58. Визначення фізіологічних показників тренуваності. Фактори які погіршують фізичну працездатність і здоров'я спортсменів.

## **11. Методи навчання**

1. Словесний метод.
2. Наочний метод.
3. Вивчення та аналіз прикладного матеріалу.
4. Аналіз та синтез інформації.
5. Поєднання логічного та історичного аналізу.
6. Функціонально-структурного аналізу.
7. Порівняння та зіставлення.

## **12. Методи та форми контролю, розподіл балів, які отримують студенти, оцінювання**

1. Поточний контроль – відвідування занять, відповіді за темами, виконання самостійної та індивідуальної роботи, написання контрольної роботи за змістовним модулем.
  2. Підсумковий контроль – диф. залік.
- Контроль з навчальної діяльності студента здійснюється за модульно-рейтинговою системою результати якої оцінюються за 200-бальною шкалою.

### Розподіл балів, які отримують студенти

Максимальна кількість балів за поточний контроль за ПЗ										ІНДЗ	Бали
ПЗ 1	ПЗ 2	ПЗ 3	ПЗ 4	ПЗ 5	ПЗ 6	ПЗ 7	ПЗ 8	ПЗ 9	ПЗ10		
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	2	200
ПЗ11	ПЗ12	ПЗ13	ПЗ14	ПЗ15	ПЗ16	ПЗ17	ПЗ18	ПЗ19	ПЗ20		
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10		

Здійснюється під час практичного заняття та включає загальну оцінку теоретичних та практичних знань з теми заняття:

«5» - 10 балів;

«4» - 8 балів;

«3» - 6 балів;

«2» - 0 балів.

Самостійна робота студента (доповідь написаного реферату, презентація) оцінюється: 1 – 2 балів.

### 13. Методичне забезпечення

1. Рекомендована література.
2. Мільтимедійний лекційний матеріал.

### 14. Рекомендована література

#### Основна:

1. Вайнбаум Я. С. Гигиена физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А.Родионова. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 240 с.
2. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті: підручник / І.О.Ячнюк, О.О.Воробйов, Л.В.Романів, Ю.Б.Ячнюк та ін. – Чернівці: Книги – ХХІ, 2009. – 432 с.
3. Дубровский В.И. Спортивная медицина: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 512 с.
4. Куклиненко О.С. Подготовка спортсмена: фармакология, физиотерапия, диета / О.С.Кулиненко. – М.: Сов. спорт, 2009. – 432 с.
5. Лавенець В.М., Спортивна травматологія / В.М.Лавенець, Я.А.Лінько. – К.: Олімп. літ., 2008. -2015 с.
6. Медицинская реабилитация в спорте : Руководство для врачей и студентов / Под общ. ред. В.Н. Сокрута, В.Н. Казакова.— Донецк: «Каштан», 2011. — 620 с.
7. Романчук О.П. Лікарсько-педагогічний контроль в оздоровчій фізичній культурі: навч.-метод. пос. – Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2010. – 206 с.
8. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса Под ред. Дж.Дункана Мак-Дугалля , Говарда Э.Уэнгера, Говарда Дж.Грина. Киев Олимпийская литература. 1998.-431 с.
9. Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручник для студ. вищих мед. навч. закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. Неханевич [та ін.] ; за ред.

професора В. В. Абрамова та доцента О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с.

10. Шаповалова В.А., Коршак В.М., Гончаренко Л.І., Халтагарова В.М., Шимеліс І. В. Спортивна медицина і фізична реабілітація - К.: Медицина, 2008. - 246 с.

**Додаткова:**

1. Валецька Р.О. Основи медичних знань / Р.О.Валецька. – Луцьк: Вол. Обл. друкарня., 2008. – 378 с.

2. Макарова Г. А. Лабораторные показатели в практике спортивного врача : [справочное руководство] / Г. А. Макарова, Ю. А. Холявко. – М. : Советский спорт, 2006. – 200 с.

3. Медико-біологічні основи фізичної культури і спорту / П.С. Назар, О.О.Шевченко, Т.П.Гусев. – К.:Олімп. Л-ра, 2013. – 328 с.

4. Петриченко Т.В. Перша медична допомога / Т.В. Петриченко. – К.: Медицина, 2007. -248 с.

5. Спортивная медицина : практические рекомендации / Г. Дуглас Белл, В. Лан, Д. Линдсей [и др.] ; пер с англ. Г. Гончаренко ; под ред. Р. Джексона. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 383 с.

6. Спортивная метрология : [учебное пособие] / [В. В. Афанасьев, А. В. Муравьев, И. А. Осетров, П. В. Михайлов]; под. ред. В. В. Афанасьева. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2009. – 242 с.

7. Уилмор Дж. Х. Физиология спорта / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – К. : Олимпийская литература, 2005. – 502 с.

8. Эндокринная система, спорт и двигательная активность / Дешене М. Р., Дохи К., Луис А. Б. [и др.] ; под ред. У. Дж. Кремера и А. Д. Рогола ; пер. с англ. И. Андреев. – К. : Олимпийская литература, 2008. – 600 с.

9. ACC/AHA 2006 Guideline for the Management of Patient with Valvular Heart Disease / Bonow R. O. [et al.] // Circulation. – 2006. – № 1. – 148 p.

10. Ades L. Cardiovascular Genetics Working Group. Guidelines for the diagnosis and management of Marfan syndrome / Ades L. // Heart Lung Circ. – 2007. – № 16. – P. 28-30.

11. Chevalier L. Sudden unexpected death in young athletes: reconsidering „hypertrophic cardiomyopathy“ / Chevalier L. // Eur. J. Cardiovasc. Prev. Rehabil. – 2009. – №3. – P. 23.

12. Exercises: friend or foe? / [F. J. Dangardt, W. J. McKenna, T. F. Lusher, J. E. Deanfield] // Nature reviews cardiology. – 2013. – V. 10. – P. 495-507.

13. Guidelines for the management of grown-up congenital heart disease / [Baumgartner H., Bonhoeffer P., De Groot N. M. et al.] // Eur. Heart Journal. – 2010. – P. 249.

14. HCM and other cardiomyopathies / Maron B. J., Ackerman M. J., Nishimura R. A. [et al.] / JACC. – 2005. – 45 (8). – P. 1340-1345.

15. Highlights of the American Heart Association: Guidelines for CPR and ECC / Michael R. Sayre, Marc D. Berg, Robert A. Berg [et al.]; Editor Mary Fran Hazinski. – American Heart Association, 2010. – 28 p.

16. Keer R. Hypermobility syndrome: Recognition and management for physiotherapists / Keer R., Grahame R. – Harley Street, 2003. – 234 p.



17. Maron B. J. The heart of trained athletes: cardiac remodeling and the risks of sports, including sudden death / Maron B. J., Pelliccia A. // *Circulation*. – 2006. – V. 114., № 15. – P. 1633–1644.
18. Recommendations and considerations related to preparticipation screening for cardiovascular abnormalities in competitive athletes / Maron B. J., Thompson P. D., Ackerman M. J. [et. al.] // *Circulation*. – 2007. – № 115. – P. 1643–1655.
19. Recommendations for physical activity and recreational sports participation for young patients with genetic cardiovascular diseases / Maron B. J., Chaitman B. R., Ackerman M. J. [et. al.] // *Circulation*. – 2004. – № 109 (22). – P. 2807–16.
20. Sports cardiology essentials / C. E. Lawless, M. J. Ackerman, Ahmed S. [et al.]. – New York : Springer, 2011. – 412 p.
21. Sudden cardiac death in athletes: the Lusanne recommendations / K. Bille, D. Figueiras, P. Schamasch [et al.] // *European journal of cardiovascular prevention and rehabilitation*. – 2006. – V. 13. – P. 859-875.
22. Trends in sudden cardiovascular death in young competitive athletes after implementation of a preparticipation screening program / Corrado D., Basso C., Pavei A. [et al.] // *JAMA*. – 2006. – V. 296, № 13. – P.1593–601.

## **15. Інформаційне забезпечення.**

1. <http://sport-med.in.ua>