

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**«ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ. СПОРТИВНА МЕДИЦИНА**  
**ТА ПСИХОЛОГІЯ СПОРТУ»**

Рівень вищої освіти: другий (магістр)

Освітня програма: 225 «Медична психологія»

**1. Анотація курсу:**

**Семестр(и):** VIII

**Обсяг модуля:** загальна кількість – 90 годин; з них лекції – 10 годин; практичні заняття – 30 годин; самостійна робота – 50 годин; кількість кредитів ECTS – 3.

**Мета курсу** – здобуття студентами загальних та спеціальних (фахових) компетентностей, формування системи професійних знань, методичних вмінь, навичок і комунікацій, під час реабілітаційного процесу для вирішення складних спеціалізованих задач. Розширення та поглиблення знань зі спортивної медицини, психології спорту, фізичної реабілітації та ерготерапія, які допоможуть майбутнім фахівцям в практичній роботі кваліфіковано оцінити стан здоров'я людини яка займається фізкультурою чи спортом, вплив фізичного навантаження в тренувальному і змагальному процесі і ефективність фізичної реабілітації, відповідно науковим вимогам, віковим та індивідуальним особливостям організму людини та спортсмена.

**Результати навчання:**

*знати:*

- методи дослідження та оцінки фізичного розвитку та функціональних резервів людини.
- механізми лікувальної дії та фізіологічну класифікацію ФВ;
- клінічні ефекти прийомів масажу;
- засоби та форми фізичної реабілітації;
- принципи дозування фізичних вправ;
- показання та протипоказання до застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях внутрішніх органів.
- вплив гіподинамії на стан СК;
- нормальну та патологічну анатомію, фізіологію серцевого скорочення, біохімію ліпідного обміну, фібринолітичної активності крові, енергетичного забезпечення м'язової діяльності
- механізми і ознаки відновлення після фізичного навантаження;

*вміти:*

- оцінити функціональний стан порушеної системи
- формулювати загальні і спеціальні задачі ФР
- аналізувати результати об'єктивного обстеження органів травлення, визначення характеру функціональних порушень тонуусу і моторики жовчно-вивідних шляхів, кишечника, визначення ступеня ожиріння.
- здійснювати клініко-фізіологічне обґрунтування та самостійно призначати засоби та форми фізичної реабілітації, проводити оперативний контроль адекватності фізичних навантажень, оцінювати кумулятивний ефект тренувань у хворих та інвалідів із різною патологією

- використовувати результати оцінки функціонального стану організму для індивідуалізації ФР;
- призначати ФВ, адекватні стану хворого за інтенсивністю, тривалістю і кратністю;
- демонструвати спеціальні ФВ при різних захворюваннях
- оцінювати адекватність ФН при проведенні ФР;
- визначати ефективність призначеної ФР при різних захворюваннях
- збирати спортивний анамнез;
- проводити функціональну діагностику серцево-судинної, дихальної та центральної нервової системи;
- давати оцінку функціонального стану і функціональних резервів організму людини

*володіти навичками:*

- демонструвати спеціальні ФВ при різних захворюваннях
- оцінювати адекватність ФН при проведенні ФР;
- визначати ефективність призначеної ФР при різних захворюваннях
- вміти використовувати інструменти ерготерапії
- психодіагностики в спорті.

*Самостійно вирішувати:*

- проводити аналіз інформації, приймати обґрунтовані рішення;
- стратегію професійної діяльності.

**Необхідні навчальні компоненти (пререквізити, кореквізити і постреквізити):**

**Пререквізити.** Теоретичною базою вивчення дисципліни є попередні навчальні дисципліни: «Анатомія людини», «Фізіологія людини», «Пропедевтика внутрішньої медицини».

**Постреквізити.** Дисципліни, які будуть використовувати результати навчання даного курсу: «Фізична реабілітація, фізіотерапія та курортологія»

**Зміст дисципліни:**

**Змістовий модуль 1. «Фізична реабілітація та ерготерапія. Спортивна медицина та психологія спорту»**

**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. Спортивний анамнез. Соматоскопія, соматометрія. Первинний, повторний, оперативний лікарський контроль. Фізичний розвиток**

**Тема 2 Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб. Функціональні проби, Класифікація. Функціональний стан.**

**Тема 3. Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної продуктивності та толерантності до фізичних навантажень. Фізична працездатність, велоергометрія. Тест Наваккі. Тест Купера. Індекс Гарвардського степ-тесту, Толерантність до фізичних навантажень. Функціональні ознаки порогу толерантності. Лікарсько-педагогічне спостереження**

**Тема 4 Передпатологічні і патологічні стани, захворювання та ушкодження, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Причини передпатологічних та патологічних станів перевтома і перенапруження**

Хронічне фізичне перенапруження Основні клінічні формами хронічного фізичного перенапруження Метаболічна кардіоміопатія внаслідок хронічного фізичного перенапруження Артеріальні гіпертензії Печінковий больовий синдром Хронічне перенапруження м'язів. Основні заходи профілактики випадків раптової смерті в спорті

**Тема 5. Основні засоби, що використовуються у цілях оптимізації процесів відновлення та підвищення фізичної працездатності спортсменів.** Педагогічні засоби. Психологічні засоби. Медико-біологічні засоби: гігієнічні засоби та фізичні засоби. Засоби глобальної та виборчої дії. Заходи поточного рівня. Завданням оперативного застосування

**Тема 6. Загальні основи фізичної реабілітації. Лікувальна фізкультура в системі ФР.** Рухові режими. Основними прийомами масажу факторів зовнішнього середовища в ФР Форми та методи проведення лікувальної фізкультури. Мета, завдання, засоби ЛФК. Сфери використання ЛФК. Режим рухів. Періоди застосування лікувальної фізичної культури.

**Тема 7. Загальні основи ерготерапії.** Поняття ерготерапії. Характеристика ерготерапії як галузи професійної діяльності ознайомитися з основними етапами ерготерапевтичного втручання. знати мету, філософію та методи ерготерапії. Роль ерготерапевта в реабілітаційному процесі

**Тема 8. Етапи ерготерапевтичного втручання. Інструменти ерготерапії. Теоретичні основи та моделі ерготерапі.** Етапи ерготерапевтичного втручання. Цілі втручання. Умови успішного ерготерапевтичного втручання Модель ерготерапевтичної оцінки діяльності людини модель ерготерапевтичного втручання. Вміти використовувати інструменти ерготерапії

**Тема 9. Етичний кодекс ерготерапевта. Функціональні обов'язки членів мультидисциплінарної бригади. Ергономіка у ерготерапії Використання ерготерапії в реабілітації пацієнтів похилого віку** Вміти планувати та призначати ерготерапевтичне втручання. Абілітація. Мета та завдання ерготерапії в реабілітації пацієнтів порушеннями та патологією опорно-рухового апарата. Основні види, методи та процедури обрані для ерготерапевтичного втручання.. Методи оцінки функцій у хворого

**Тема 10. Психодіагностика в спорті.** Практичне використання психодіагностики. Проектні методики Конститутивні, Інтерпретативні. Конструктивні. Катартичні. Адитивні. Аналіз продуктів творчості. Вивчення експресії. Імпресивні.

**Види навчальних занять:** лекції, практичні заняття, консультації.

**Форми навчання:** денна.

**Методи навчання:** словесний метод, наочний метод, вивчення та аналіз прикладного матеріалу, аналіз та синтез інформації, поєднання логічного та історичного аналізу, функціонально-структурного аналізу, порівняння та зіставлення.

**Методи контролю:** усний, письмовий, практичний, тестовий.

**Форми підсумкового контролю:** Диференційований залік (VIII семестр).

**Засоби діагностики успішності навчання:** індивідуальні завдання, питання для поточного контролю, тести, питання до заліку.

**Мова навчання:** українська.

## 2. Оцінювання:

### Розподіл балів, які отримують студенти

Максимальна кількість балів за поточний контроль за практичними заняттями					ІНДЗ	Бали
ПЗ 1	ПЗ 2	ПЗ 3	ПЗ 4	ПЗ 5		
19	19	19	19	19		
ПЗ 6	ПЗ 7	ПЗ 8	ПЗ 9	ПЗ 10	10	200
19	19	19	19	19		

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

«5» - 19 балів;

«4» - 15 балів;

«3» - 11 балів;

«2» - 0 балів.

Самостійна робота студента (доповідь написаного реферату, презентація) оцінюється: 1 – 10 балів.

## 3. Методичне забезпечення

1. Рекомендована література.
2. Мільтимедійний лекційний матеріал.

## 4. 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.Гусєв. – 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. Dargardt, 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.

## **5. Інформаційне забезпечення.**

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

### **Обговорено на засіданні кафедри фізичної реабілітації та спортивної медицини**

Протокол від “30” серпня 2020 року № 1

Завідувач кафедри

Викладач



О.Є. Дорофєєва



О.Є. Дорофєєва



К.С. Яримбаш