

Міністерство охорони здоров'я України
Національний медичний університет імені О.О. Богомольця
Кафедра фізичної реабілітації та спортивної медицини

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор науково-педагогічної та
навчальної роботи
професор

 О.М. Власенко

2019 року



РОБОЧА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА

з дисципліни «Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини»

для студентів III курсу
медико-психологічного факультету
за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
галузь знань 22 Охорона здоров'я
рівень освіти: перший (бакалаврський)

«ЗАТВЕРДЖЕНО»


цикловою методичною комісією з
терапевтичних дисциплін

голова циклової методичної комісії
реабілітації з терапевтичних
дисциплін,
професор _____ Яременко О.Б.

протокол № _____
від « _____ » _____ 2019 р.

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

на методичній раді кафедри
фізичної реабілітації та спортивної
медицини

Завідуюча кафедрою фізичної
реабілітації та спортивної
медицини
професор  Дорофєєва О.Є.

протокол № 1
від « 30 » серпня _____ 2019р.

2019–2023 рік

Робоча програма **«Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини»**

(назва навчальної дисципліни)

для студентів IV курсу.

“ 30 ” серпня 2019 року - 20 с.

Розробник: д.мед.н., професор Дорофєєва О.Є.

к.педн., доцент Яримбаш К.С.

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

Протокол від. “ 30 ” серпня 2018 року № 1_

Завідувач кафедри

(підпис)

(Дорофєєва О.Є)

(прізвище та ініціали)

“ 30 ” серпня 2019 року

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»	Рік підготовки:	
Змістових модулів –		III-й	-
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ - _____ (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин – 90		V-й	-
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – самостійної роботи студента –	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «бакалавр»	Лекції	
		10 год	-
		Практичні, семінарські	
		40 год.	-
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
40 год	-		
Індивідуальні завдання: -			
Вид контролю: ПМК			

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

Програма з дисципліни «Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини» (для студентів III курсу медико-психологічного факультету спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія») складена відповідно до проекту Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт) першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» та примірного навчального плану підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти галузі знань 22 «Охорона здоров'я» у вищих навчальних закладах МОЗ України за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» кваліфікації освітньої «Бакалавр з фізичної терапії», кваліфікації професійної «Спеціаліст з фізичної реабілітації».

Опис навчальної дисципліни (анотація)

Вивчення дисципліни «**Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини**» передбачає розв'язання низки завдань фундаментальної професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації, зокрема: нагальну потребу у вивченні комплексу критеріїв, що мають як суто медичне, так і важливе фізичне, соціальне, педагогічне значення.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1 Мета дисципліни «Основи фізичної реабілітації та спортивної медицини» – є 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.

Завдання дисципліни:

- аналізувати і прогнозувати вплив фізичних навантажень на організм осіб, що займаються фізичними вправами за даними лікарського контролю та призначати відповідні реабілітаційні заходи у відновлювальних періодах.
- планувати та застосовувати засоби фізичної реабілітації в комплексному відновному лікуванні хворих на стаціонарному, поліклінічному та санаторному етапах при захворюваннях, травмах, ушкодженнях та після хірургічних втручань, а також в акушерсько-гінекологічній практиці та педіатрії.
- діагностика стану здоров'я, функціонального стану, фізичного розвитку та фізичної роботоздатності здорових та хворих;
- визначення показань та протипоказань до занять фізичною реабілітацією;
- оцінка адекватності фізичних навантажень, профілактика захворювань та травм, пов'язаних з фізичною перенапругою;
- своєчасне надання лікарняної допомоги хворим, відновлення фізичної роботоздатності;
- корекція програм фізичної реабілітації хворих;
- вторинна профілактика захворювань;
- вдосконалення знань в галузі спортивна медицина та фізична реабілітація.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

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;
- методіку 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.

1.2 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:

1. Здатність до організаційної роботи зі створення та забезпечення функціонування організацій зі спортивної медицини, організовувати служби здорового способу життя.

2. Здатність здійснювати наукові дослідження з проблематики професійного спрямування,

3. Здійснювати підготовчу роботу з проведення наукових досліджень, використовувати ефективні методи дослідження у спортивній медицині.

4. Здатність використовувати новітні сучасні організаційні системи реабілітаційного процесу у професійній діяльності.

Спеціальні:

1. Здатність адаптувати та застосовувати теоретичні знання у різних специфічних ситуаціях, що виникають під час освітнього процесу та професійної діяльності.

2. Здатність до розв'язання складних спеціалізованих завдань та практичних проблем, що виникають під час професійної діяльності.

3. Здатність до самостійного удосконалення знань та розуміння специфічних особливостей своєї професійної спеціалізації та цінності своєї професії.

4. Здатність проявляти лідерські та комунікативні якості, включаючи здатність до ефективного спілкування на вищому професійному рівні та відповідальність за прийняття рішень у непередбачуваних умовах.

5. Здатність до формування пізнавальних навичок, безпосередньо пов'язаних з отриманням нових знань, розвитком уяви та креативності серед студентів.

6. Здатність до ефективного спілкування та вирішення проблем іноземною мовою.

7. Здатність до самореалізації творчого потенціалу на шляху до вищих досягнень у професійній діяльності.

Деталізація компетентностей відповідно до дескрипторів НРК у формі «Матриці компетентностей».

Класифікація компетентностей за НРК	Знання	Уміння	Комунікація	Автономія та відповідальність
Загальні компетентності				
1. Здатність до аналізу та синтезу	Знати способи аналізу, синтезу інформації.	Вміти проводити аналіз інформації, приймати обґрунтовані рішення.	Встановлювати відповідні зв'язки для досягнення цілей.	Нести відповідальність за своєчасне набуття сучасних наукових та практичних знань.
2. Здатність визнавати принципи наставництва, співпрацювати в команді з іншими фахівцями та робити свій внесок у командну роботу.	Знати методи ефективного спілкування, менеджменту командної роботи.	Вміти працювати у команді, дотримуватися меж професійної компетентності, етичних та моральних принципів; демонструвати поведінку, яка сприяє формуванню сприятливої робочої атмосфери.	Здатність обмінюватися інформацією з членами колективу, спілкуватися з ними вербально та невербально; дотримуватися відповідного стилю одягу, спілкування та поведінки.	Бути відповідальним при дотриманні етичних, юридичних та професійних вимог
3. Здатність застосовувати методи ефективного спілкування.	Знати методи вербального та невербального спілкування з пацієнтами/клієнтами у різних станах, опікунами, членами сім'ї, близькими та усіма учасниками реабілітаційного процесу.	Вміти враховувати чинники, які можуть впливати на ефективність спілкування; використовувати відкриті і закриті питання; визначати і інтерпретувати невербальні сигнали спілкування; спілкуватися професійно та зрозуміло з пацієнтами/клієнтами, опікунами, членами сім'ї, близькими та усіма	Продемонструвати навички уважного слухача та уміння правильно поставити запитання; виразити письмову інформацію зрозумілою мовою.	Бути відповідальним при дотриманні етичних та юридичних вимог, критично аналізувати свої комунікативні уміння та удосконалювати навички спілкування.

		учасниками реабілітаційного процесу; перевіряти чи пацієнт/клієнт розуміє надану інформацію.		
4. Здатність навчатися, здійснювати особистий професійний розвиток та впроваджувати знання у практичну діяльність.	Знати методи пошуку навчальних ресурсів та баз даних, принципів навчання; мати спеціалізовані концептуальні знання, набуті у процесі навчання.	Вміти оцінювати себе критично; вибирати навчальні ресурси; критично аналізувати існуючу реабілітаційну практику, опираючись на сучасні наукові данні; застосовувати знання на практиці, розв'язувати складні задачі і проблеми, які виникають у професійній діяльності.	Користуватися засобами комунікації; зрозуміло і недвозначно доносити власні висновки, знання та пояснення, що їх обґрунтовують, до фахівців та нефахівців; вивчати досвід колег.	Самостійно вибирати оптимальні навчальні ресурси та впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність; відповідати за професійний розвиток, професійно навчатися з високим рівнем автономності.
5. Здатність відповідати за результати професійної діяльності.	Знати свої професійні права та обов'язки; принципи науково доказової практики.	Вміти формувати свою професійну відповідальність, діяти відповідно до неї; приймати рішення застосовуючи принципи науково доказової практики; діяти у межах посадових обов'язків та професійної компетентності.	Здатність донести свою позицію до фахівців та нефахівців; ефективно формувати комунікаційну стратегію у професійній діяльності	Відповідати за свою професійну позицію та діяльність; відповідати за прийняття рішень у складних умовах.
6. Здатність до використання інформаційно-комунікаційних технологій у спортивній медицині.	Мати знання в галузі інформаційних технологій, що застосовуються у професійній діяльності	Вміти використовувати інформаційні технології у професійній діяльності	Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології у професійній діяльності	Нести відповідальність за розвиток професійних знань та умінь.
Спеціальні компетентності				
1. Здатність пояснювати потребу у заходах лікарського контролю, принципи їх використання і	Знати принципи медичної та біопсихосоціальної моделей обмеження життєдіяльності; особливості	Вміти пояснити поняття «здоров'я» та шляхи його зміцнення в контексті стану конкретного пацієнта/клієнта; пояснити ефективність	Здатність донести свою позицію до фахівців та нефахівців; співробітництво з широким колом осіб (колеги, керівники, клієнти) для	Здатність працювати автономно, нести відповідальність за достовірність озвученої інформації.

зв'язок з охороною здоров'я.	застосування профілактичних та терапевтичних заходів фізичної реабілітації та їх вплив на стан здоров'я пацієнта/клієнта;	використання фізичних вправ та змін оточення для відновлення і підтримки здоров'я; пояснити необхідність профілактичних заходів фізичної реабілітації.	проведення професійної діяльності	
2. Здатність розуміти та пояснювати патологічні процеси, які піддаються корекції заходами спортивної медицини та фізичної реабілітації.	Основи патології, патофізіології, функціональної анатомії; принципи застосування та вплив засобів та методів фізичної реабілітації.	Вміти пояснити реакції організму на ушкодження; загальні принципи і механізми процесів погіршення стану здоров'я, відновлення та одужання у контексті практичної діяльності у фізичній реабілітації; патологічні процеси, які піддаються корекції заходами фізичної реабілітації.	Здатність ефективно формувати комунікаційну стратегію у професійній діяльності.	Нести відповідальність за своєчасне набуття сучасних наукових та практичних знань.
3. Здатність розуміти та пояснювати медичні, педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної реабілітації.	Знати основи патології, патофізіології, соціології, педагогіки, фізичної реабілітації; взаємозв'язок і взаємовплив фізичної, когнітивної, емоційної, соціальної та культурної сфер.	Вміння інтегрувати знання про патологічні процеси та спричинені ними розлади, що стосуються стану конкретного пацієнта/клієнта.	Встановлювати міждисциплінарні зв'язки для досягнення цілей; спілкуватися вербально та невербально.	Відповідально відноситися до поширення та трактування інформації від фахівців медичної, соціальної, педагогічної, психологічної сфери.
4. Здатність забезпечувати відповідність медичних та реабілітаційних заходів функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.	Знати основи дидактики, теорії та методики фізичної культури, психології; критерії відповідності реабілітаційних заходів	Вміти оцінити функціональні можливості та потреби пацієнта/клієнта; обирати методи впливу/догляду, враховуючи патологію, функціональні розлади, активність та	Налагоджувати обмін досвідом; застосовувати вербальну та невербальну комунікацію з пацієнтом/клієнтом; надавати інформацію в оптимальний спосіб.	Нести відповідальність за прийняття рішення щодо відповідності заходів фізичної реабілітації функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.

	актуальному стану здоров'я, функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.	участь особи, контекстові та особистісні фактори; організувати індивідуальні та групові заняття, обирати необхідне обладнання; моніторити стан пацієнта; передбачати та визначати реакцію пацієнта/клієнта на проведення реабілітаційних заходів.		
5. Здатність провадити професійну діяльність відповідно до потреб здоров'я, культурних цінностей та традицій населення України.	Знати основи законодавства України, етичні норми, культурні особливості та традиції сучасного населення України і їх вплив на ставлення людей до питань здоров'я та способу життя; вплив віку, статі, соціального становища та переконань пацієнта/клієнта на процес фізичної реабілітації.	Вміти діяти етично, відповідно до законодавства, традицій, релігійних та культурних переконань пацієнта/клієнта та поважати його гідність; забезпечити конфіденційність; аналізувати вербальне та невербальне спілкування пацієнта/клієнта і відповідно діяти.	На основі знань медичного права та етичного кодексу спілкуватися з особами та групами осіб різної культурної, етнічної, релігійної та соціальної приналежності; використовувати доступну професійну термінологію та пояснення прийнятні для пацієнта/клієнта та його опікунів/родичів.	Бути відповідальним при дотриманні етичних та юридичних вимог
6. Здатність шукати шляхи постійного покращення якості медичних послуг.	Знати основи менеджменту, принципи науково-доказової практики.	Вміти удосконалювати професійну діяльність відповідно до сучасних науково-довказових даних.	Встановлювати зв'язки для досягнення цілей; спілкуватися вербально та невербально.	Бути відповідальним за дотримання принципу постійного покращення якості реабілітаційних послуг.

Результати навчання з дисципліни:

1. Демонструвати знання професійного дискурсу, термінології свого фаху, джерел поповнення лексики української та іноземної мови; показувати уміння спілкуватися українською мовою у професійному середовищі, уміння дотримуватися етики ділового спілкування; складати різні види документів, у тому числі іноземною мовою; аналізувати іншомовні джерела інформації для отримання даних, що є необхідними для виконання професійних завдань та прийняття професійних рішень..
2. Демонструвати уміння роботи із сучасною комп'ютерною технікою; знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел; здійснювати комунікаційну взаємодію за допомогою соціальних мереж; систематизувати прийоми створення, збереження, накопичення та інтерпретації даних з використанням інформаційних та комунікаційних технологій.
3. Демонструвати уміння використовувати біологічні, медичні, педагогічні та психосоціальні аспекти спортивної медицини та фізичної реабілітації, виявляти взаємозв'язки її різних елементів.
4. Прогнозувати, планувати, встановлювати та коректувати цілі, реалізувати індивідуальну програму зі спортивної медицини та фізичної реабілітації відповідно до наявних ресурсів і оточення.
5. Продемонструвати уміння здійснювати заходи зі спортивної медицини та фізичної реабілітації для корекції порушень структури/функцій організму, ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмеженнями участі в діяльності .
6. Демонструвати уміння ефективно провадити професійну діяльність, застосовуючи сучасні науково-доказові дані.
7. Обирати відповідні прийоми, які б забезпечили шанобливе ставлення до пацієнта/клієнта, його безпеку/захист, комфорт та приватність.
8. Безпечно та ефективно використовувати пристрої, прилади та обладнання для проведення відповідних заходів; пристрої та обладнання для контролю основних життєвих показників пацієнта; технічні допоміжні засоби.
9. Демонструвати уміння вербального і невербального спілкування з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, участі у мультидисциплінарному спілкуванні.
10. Демонструвати готовність до освоєння нового матеріалу та уміння оцінювати себе критично; демонструвати поглиблення базових знань з допомогою самоосвіти; демонструвати уміння представити і оцінити власний досвід та аналізувати й застосовувати досвід колег, демонструвати здатність обміну досвідом з іншими спеціалістами.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Вивчення дисципліни проводиться упродовж навчального року на третьому курсі: 90 годин (10 годин – лекційні заняття, 40 годин – практичні заняття), 3 кредити ЄКТС.

3. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин				
	денна форма				
	усього	у тому числі			
л		п	с.р.	інд.	
1	2	3	4	5	6
Змістовний модуль 1. Загальні основи спортивної медицини					
Сучасні уявлення про спортивну медицину і фізичну реабілітацію. Медичний контроль в процесі занять фізичними вправами. Методика комплексного лікарського обстеження. Визначення та оцінка фізичного розвитку.	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, захворювання та ушкодження, які виникають при нерациональних заняттях фізичною культурою та спортом. Проблеми допінгу в спорті.	9	1	4	4	
Разом за змістовний модуль 1.	36	4	16	16	
Змістовний модуль 2. Загальні основи фізичної реабілітації					
Загальні основи фізичної реабілітації. Лікувальна фізкультура в системі ФР.	9	1	4	4	Написання реферату за обраною науковою темою
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.	9	1	4	4	

Фізична реабілітація при захворюваннях у дітей					
Разом за змістовний модуль 2	54	6	24	24	
Всього	90	10	40	40	

4. Теми лекційних занять

№ з/р	Тема	Кількість годин
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.	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, захворювання та ушкодження, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Проблеми допінгу в спорті.	1
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
	Всього	10

5. Теми практичних занять

№ з/р	Тема	Кількість годин
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.	4
2	Дослідження та оцінка функціонального стану організму за допомогою функціональних проб.	4
3	Визначення та оцінка фізичної працездатності, аеробної	4

	продуктивності та толерантності до фізичних навантажень.	
4	Передпатологічні і патологічні стани, захворювання та ушкодження, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Проблеми допінгу в спорті.	4
5	Загальні основи фізичної реабілітації. Фізична реабілітація в клініці внутрішніх хвороб.	4
6	Фізична реабілітація хворих кардіологічного профілю.	4
7	Фізична реабілітація хворих пульмонологічного профілю	4
8	Фізична реабілітація хворих неврологічного профілю.	4
9	Фізична реабілітація в хірургії, травматології та ортопедії.	4
10	Особливості фізичного виховання немовлят. Фізична реабілітація хворих дітей раннього віку. Фізична реабілітація в акушерсько-гінекологічній практиці	4
	Всього	40

6. Теми лабораторних занять

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

7. Самостійна робота

№ з/р	Тема	Кількість годин
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.	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, захворювання та ушкодження, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою та спортом. Проблеми допінгу в спорті.	4
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	4

	при захворюваннях у дітей	
	Всього	40

8. 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 для ІНДЗ:

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 Кузнєцовим при захворюваннях органів дихання.
18. «Плачуче» дихання при цукровому діабеті.
19. Особливості призначення ФР при гастро-езофагальній рефлюксній 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.

9. 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.

10. Методи контролю

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.

11. Розподіл балів, які отримують студенти

Максимальна кількість балів за поточний контроль за темами										ІНДЗ	Бали
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10		
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	10	200

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.

12. Методичне забезпечення

1. Рекомендована література.
2. Мільтимедійний лекційний матеріал.

13. 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 праездатності у фізичній культурі і спорті: підручник / І.О.Ячнюк, О.О.Воробйов, Л.В.Романів, Ю.Б.Ячнюк та ін. – Чернівці: Книги – XXI, 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: фармакологія, фізіотерапія, дієта / 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. 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.
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.

14. Інформаційне забезпечення.

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