

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА

Фізичного виховання і спорту
Кафедра фізичної терапії, ерготерапії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Фізична терапія у спорті»

Рівень вищої освіти - перший (бакалаврський) рівень

Освітня програма «Фізична терапія, ерготерапія»

Спеціальність 227 Терапія та реабілітація

Галузь знань 22 Охорона здоров'я

Затверджено на засіданні кафедри
фізичної терапії, ерготерапії
Протокол № 01 від “28” серпня 2023 р.

м. Івано-Франківськ - 2023

1. Загальна інформація	
Назва дисципліни	Фізична терапія у спорті
Викладач	Асис. Ракаєва Анастасія Євгенівна
Контактний телефон викладача	0950821922
E-mail викладача	anastasiia.makar@pnu.edu.ua
Освітня програма	Фізична терапія, ерготерапія
Формат дисципліни	Очний
Обсяг дисципліни	
Спеціальність	227 Фізична терапія, ерготерапія
Посилання на сайт дистанційного навчання	https://www.d-learn-pnu.edu.ua
Консультація, відправлення, відпрацювання н/б та негативних оцінок	Середа 13.30-16.30
2. Анотація до навчальної дисципліни	
<p>Фізична терапія у спортивній діяльності передбачає надання студентам розуміння теоретичних, методологічних аспектів реабілітації загалом та фізичної терапії зокрема.</p> <p>Навчальна дисципліна «Фізичної терапія у спорті» - є нормативною дисципліною, що включається в навчальні плани як самостійна вибіркова дисципліна. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати студент відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Фізична терапія у спорті», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів.</p> <p>Студенти повинні засвоїти особливості відновлення спортсменів після травм або важких фізичних та психологічних напружень, основи фізіотерапевтичного планування у процесі реабілітації, партнерської роботи у міждисциплінарній команді, модель взаємостосунків «фізичний терапевт-пацієнт».</p>	
3. Мета та цілі навчальної дисципліни	

3.1. **Мета викладення навчальної дисципліни «Фізична терапія у спорті»** є ознайомлення студентів з основними формами і засобами лікувальної фізичної культури як основного методу фізичної реабілітації, сформувати систему знань про вплив фізичних навантажень на організм, правила дозування та контролю фізичних навантажень, відпрацювати навички розробки комплексів лікувальної гімнастики при різних захворюваннях, контролю за станом людини при виконанні фізичних вправ.

3.2. **Основними завданнями навчальної дисципліни «Фізична терапія у спорті» є:**

- сформувати поняття про основні форми і засоби лікувальної фізичної культури;
- ознайомити із механізмами впливу фізичних вправ на організм людини;
- ознайомити із правилами дозування та контролю фізичних навантажень, принципами призначення рухового режиму;
- навчити науково обґрунтовувати мету та завдання призначення різних форм терапевтичних вправ пацієнтам із різними захворюваннями;
- навчити практично використовувати різні форми терапевтичних вправ з метою реабілітації людей різного віку;
- сформувати уміння розробляти комплекси лікувальної гімнастики при різних захворюваннях для людей різного віку;
- навчити контролювати стан людини при виконанні фізичних вправ;
- сформувати уміння оцінювати ефективність проведених курсів терапевтичних вправ.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: механізми лікувальної дії фізичних вправ, основні форми та засоби, рухові режими на різних етапах реабілітаційного процесу, правила дозування та контролю фізичних навантажень, методи контролю за станом людини при виконанні фізичних вправ, особливості терапевтичних вправ в залежності від захворювання та віку.

вміти: практично використовувати різні форми та засоби лікувальної фізкультури з метою реабілітації людей різного віку; розробляти комплекси лікувальної гімнастики при різних захворюваннях для людей різного віку; контролювати стан людини при виконанні фізичних вправ; оцінювати ефективність проведених курсів терапевтичних вправ.

3.3. **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:*

- *інтегральна;*
- *загальні;*
- *спеціальні (фахові, предметні).*

Також вивчення даної дисципліни формує у здобувачів освіти соціальних навичок (soft skills): комунікативність (реалізується через: метод роботи в парах та групах, мозковий штурм, метод самопрезентації), робота в команді (реалізується через: метод проектів, ажурна пилка), конфлікт-менеджмент (реалізується через: метод драматизації, ігрові методи), тайм-менеджмент (реалізується через: метод проектів, робота в групах, тренінги), лідерські навички (реалізується через: робота в групах, метод проектів, метод самопрезентації).

4. Організація навчального курсу

Обсяг курсу 90 год.

Вид заняття	Загальна кількість годин
Семінарські заняття, /практика, лабораторні	30
Самостійна робота	54

Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс навчання	Нормативна
3	Фізична терапія, ерготерапія	2	

Тематика навчальної дисципліни

Тема	Лекції (години)	Практичні заняття (години)	Самостійна робота (години)
Тема 1. Особливості методики фізичного виховання для правильної постави і корекції дефектів постави	2	2	2
Тема 2. Основи фізичної реабілітації		2	4
Тема 3. Цілі реабілітації в спорті		2	4
Тема 4. Оцінювання ефективності реабілітації	2	2	4
Тема 5. Вплив фізичного навантаження на опорно-руховий апарат та функціональний стан спортсменів		2	6
Тема 6. Засоби відновлення та їх характеристика		2	6
Тема 7. Педагогічні засоби відновлення		2	2
Тема 8. Медико-біологічні засоби відновлення		2	4
Тема 9 Психологічні засоби відновлення		2	2
Тема 10.Процеси загоєння та патофізіологія скелетно-м'язових ушкоджень		2	6
Тема 11 Спортивна травма		2	2
Тема 12 Фактори, які погіршують працездатність спортсменів		2	4
Тема 13 Застосування кінезіотейпінгу		2	2
Тема 14 Природні фізичні чинники, використовувані для реабілітації	2	2	4
Тема 15 Корируюча гімнастика при порушенні зору		2	2

5. Система оцінювання навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів			
Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	РЕЙТИНГОВИЙ ПОКАЗНИК	Оцінка ECTS	Оцінка в національній шкалі	
			Екзамен, диф. залік, курсова робота, практика	Залік
	90-100	A (відмінно)	відмінно	
	82-89	B 9(відмінно)	добре	
	75-81'	C (відмінно)		
	64-74	D (задовільно)	задовільно	
	60-63	E (задовільно)		
	35-59	FX (незадовільно) з можливістю п'явторного складання	незадовільно	
1-34	F (незадовільно) з обов'язким повторним навчанням	незадовільно		

Вимоги до письмових робіт

Письмові роботи пропонуються у формі тестових завдань, розміщених у системі 6-Teapі, та проектних робіт. Терміни написання: денна форма - на парі, заочна форма за 10 днів до сесії.

Семінарські заняття - 50 балів

Умови допуску до підсумкового контролю. Умовами допуску до підсумового контролю є рейтинг 25 балів впродовж семінарських занять (письмові роботи, усні відповіді)

Підсумковий контроль

Форма контролю: екзамен

Форма здачі: тестовий контроль (50 балів)

6. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи. Порядок та організація контролю знань студентів визначаються Положенням про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора №309 від 19.05.2023 р.) [content uploads/sites/118/2023/05/otzinnuvannja-uspishnosti.pdf](https://content/uploads/sites/118/2023/05/otzinnuvannja-uspishnosti.pdf).

Академічна доброчесність

Очікується, що студенти будуть дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлюючи наслідки її порушення, що визначається Положенням про запобігання та виявлення плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-

дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника <https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагиату/>

Відвідування занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідують лекції і практичні заняття курсу. Організація освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті визначається Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.) <https://pnu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2023/08/polozgenia-pro-osp-7-redaktsia.pdf>.

Пропуски семінарських (практичних, лабораторних) занять відпрацьовуються в обов'язковому порядку. Студент зобов'язаний відпрацювати пропущене заняття відповідно до Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора №309 від 19.05.2023 р.) <https://pnu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2023/05/orzinnuvannja-uspishnosti.pdf>

Неформальна освіта зараховується згідно Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 673 від 24.11. 2022 р.) <http://nmv.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2022/11/neformalna-osvita.pdf>.

7. Рекомендована література

Базова

1. Блоховітін П.В. Відновлення хрестоподібних зв'язок у системі хірургічного лікування нестабільності колінного суглоба: автореф. дис., канд. мед. наук. Х., 2010.
2. Григус І.М., Нагорна О.Б., Горчак В.В. Реабілітаційне обстеження в практиці фізичного терапевта: навч. посіб.. Рівне, 2017. 128 с.
3. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навч. посіб. Херсон : Олді+, 2022. 150 с.
4. Железний О.Д., Засік Г.Б., Мухін В.М. Механотерапія при фізичній реабілітації спортсменів ігрових видів спорту з наслідками травм нижніх кінцівок. Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. 2013.
5. Клапчук В.В. Фізична реабілітація як наукова спеціальність і фах у практиці охорони здоров'я. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2013.
6. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник. 3–тє вид., переробл. та доповн. К.: Олімп. л–ра, 2010.
7. Ніканоров О. Методичні аспекти фізичної реабілітації спортсменів ігрових видів спорту з ушкодженням передньої хрестоподібної зв'язки колінного суглоба. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт. 2013.
8. Ногас А.О., Гуцман С.В., Ніколенко О.І. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя за допомогою фізичної культури. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини (Rehabilitation & recreation): науковий журнал. Рівне: НУВГП, 2021. № 9. 32-43.
9. Романишин М.Я. Фізична реабілітація в спорті. Навчальний посібник. Рівне. Волинські береги, 2007.
10. Руденко Р.С., Магльований А.В., Григус І.М., Кунинець О.Б. Фізіологічні зміни систем організму спортсменів з інвалідністю в рамках програми фізичної реабілітації. Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation: Scientific monograph. Riga, Latvia: "Baltija Publishing", 2022. 458 p. 429-458.
11. Afanasyev S., Maikova T., Afanasyeva O., Rokutov S., Proskura V., Mukvych V., Zakalyak N., Grygus I. Physical therapy of patients with post-traumatic gonarthrosis with imbalance of osteo-associated macronutrients. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини=Rehabilitation & recreation. Рівне, 2022. № 10. С. 17-23.

12. Diachenko-Bohun, M., Hrytsai, N., Grynova, M., Grygus, I., Muszkieta, R., Napierała, M., Zukow, W. (2019). Characteristics of Healthbreakers in the Conditions of Realization of Health-Safety Technologies in Education Structures. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 8(3.1), 24-3

Додаткова:

1. Nesterchuk N., Grygus I., Ievtukh M., Kudriavtsev A., Sokolowski D. (2020). Impact of the wellness programme on the students' quality of life. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 20 (Supplement issue 2), 929–938.
2. Novopysmennyi S., Diachenko-Bohun M., Hrytsai N., Grygus I., Muszkieta R., Napierala M., Hagner-Derengowska M., Ostrowska M., Smolenska O., Skaliy A., Zukow W., Stankiewicz B. (2020). Implementation of electronic health control technologies in higher education institutions. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 20 (Supplement issue 2), 921–928.
3. Petruk L., Grygus I., Biruk I., Kosobutsky Y., Hryhorovych O., Pinchuk V., Zarichanska L. (2021). Influence of Pilates classes on the physical fitness of female students. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 21 (Suppl. issue 5), 2975– 2980.
4. Sereda I., Lavrin H., Kucher T., Grygus I., Napierala M., Muszkieta R., Zukow W., Smolenska O., Ostrowska M., Hagner-Derengowska M., Kaluzny K. (2021). Effect of yoga exercises on the senior schoolchildren's biological age during physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 21 (Suppl. issue 5), 2782– 2789.

Викладач:

Асистент кафедри фізичної терапії, ерготерапії

А.Є. Ракаєва