

МІЖРЕГІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

Навчально-науковий інститут психології та соціальних наук



МАУП

Кафедра медичної і клінічної психології

Затверджено
Директор ННІПІСН



Я.М. Раєвська

2024 р.

Схвалено на засіданні кафедри медичної і
клінічної психології

Протокол №3 від 16.10.2024 р.

Завідувач кафедри Т. С. Клименко

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Фізична реабілітація, спортивна медицина, ерготерапія та психологія
спорту

Спеціальності: 225 Медична психологія
(шифр і назва спеціальності)

освітнього рівня другий (магістерський)
(назва освітнього рівня, ОКР)

освітньої програми: 225 Медична психологія
(шифр і назва освітньої програми)

спеціалізації: Медична психологія
(за наявності) (назва спеціалізації)

Київ МАУП 2024

Розробник (-и) робочої програми навчальної дисципліни:

Скобенко Євгеній Олександрович, викладач кафедри медичної і клінічної психології

Робочу навчальну програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри медичної і клінічної психології
Протокол №3 від 16.10.2024 р.

Завідувач кафедри  І. С. Клименко
(підпис)

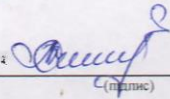
Робочу програму погоджено з гарантом (керівником) освітньої програми
225 Медична психологія
(назва освітньої програми)

16.10.2024 р.

Керівник (гарант) освітньої програми 
(підпис)

Робочу програму перевірено

___ . ___ . 20___ р.

Заступник директора  Т.В. Нич
(підпис)

Пролонговано:

на 20___/20___ н.р. (підпис) (ПІБ), «___» 20___ р., протокол № ___

на 20___/20___ н.р. (підпис) (ПІБ), «___» 20___ р., протокол № ___

на 20___/20___ н.р. (підпис) (ПІБ), «___» 20___ р., протокол № ___

на 20___/20___ н.р. (підпис) (ПІБ), «___» 20___ р., протокол № ___

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		Денна форма навчання	

Кількість кредитів - 3	Галузь знань – 22 ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я	Обов'язкова	
Модулів - 1	Спеціальність – 225 МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	Рік підготовки	
Змістових модулів - 2		5-й	
		Семестр	
Загальна кількість кредитів/годин - 3/90		10-й	
		Лекції (год.)	
	14		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 3-4 год.; самостійної роботи студента – 2-3 год.	Освітній рівень - МАГІСТР	Практичні(год.)	
		30	
		Самостійна робота(год.)	
		46	
		Всього	
		90	
		Вид контролю	
	Залік		

2. МЕТА, ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Мета навчальної дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина» впливає із цілей освітньо-професійної програми підготовки випускників медичного закладу вищої освіти та визначається змістом тих систем знань та умінь, котрими повинен володіти лікар. **Метою** вивчення навчальної дисципліни «Фізична реабілітація та спортивна медицина» є: вивчення теоретичних основ фізичної реабілітації і спортивної медицини, яка є базисом фізіотерапевтичної підготовки та спортивно-медичного світогляду фахівця спеціальності «Медицина»; опанування студентами необхідних знань, умінь, дій, цільових завдань, навичок, які відповідають кінцевим цілям вивчення навчальної дисципліни.

- формування знань і умінь щодо дослідження впливу факторів фізичної реабілітації на організм людини і здоров'я населення;
- формування вміння проводити оцінку результатів фізичної реабілітації та їх відповідності вимогам;
- формування вміння оформлення медичних рекомендацій для осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

Основними завданнями навчальної дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина» є:

- закладення теоретичних основ фізичної реабілітації та спортивної медицини як науки (термінологія, закони, методи, принципи, нормативно-методичне забезпечення реабілітації);
- відпрацювання практичних навичок щодо: проведення реабілітаційних заходів в клініці з метою адаптації пацієнта до праці на попередньому робочому місці або перекваліфікації на іншу спеціальність;
- проведення, організація та здійснення регулярного лікарського спостереження за здоров'ям осіб, які займається оздоровчою фізкультурою і спортом;
- опанування лабораторних методів дослідження осіб, які пройшли реабілітацію або

- оздоровчу фізичну культуру
- використання факторів фізичної реабілітації та методик спортивної медицини для зміцнення здоров'я людини, загартування організму.

2.2. Очікувані результати: оволодіння компетентностями різного спрямування для досягнення кінцевих результатів навчання згідно програми 225 “Медична психологія”

2.2.1. Інтегральна компетентність:

здатність розв'язувати складні задачі і проблеми медичної психології, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій характеризується невизначеністю умов і вимог.

2.2.2. Загальні компетентності:

- ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК 2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.
- ЗК 3. Здатність до пошуку, обробки та аналізу інформації з різних джерел.
- ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
- ЗК 5. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.
- ЗК 6. Здатність приймати обгрунтовані рішення.
- ЗК 7. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
- ЗК 8. Здатність до міжособистісної взаємодії.
- ЗК 9. Здатність працювати в команді.
- ЗК 10. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
- ЗК 11. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.
- ЗК 12. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства; усвідомлення цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідності його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.
- ЗК 13. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, й 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.

2.2.3. Спеціальні фахові (предметні) компетентності:

- СК 2. Здатність до узагальнення інформації щодо суб'єктивних і об'єктивних проявів психологічних проблем, субклінічних хворобливих станів та захворювань.
- СК 3. Здатність до формулювання повного функціонального діагнозу та/або діагностичного формулювання в т.ч. реєстр-синдрому з урахуванням оцінки фізичного, психічного розвитку, клінічного діагнозу та диференційної діагностики.
- СК 5. Здатність до оцінювання результатів діагностики, лабораторних та інструментальних досліджень, проведення психологічного дослідження, аналізу, систематизації, оцінювання психометричних та психодіагностичних методик, формулювання аргументованих висновків та рекомендацій.
- СК 6. Здатність до планування, організації та здійснення психологічного дослідження, використання валідного і надійного психодіагностичного інструментарію, аналізування та систематизації отриманих результатів, формулювання аргументованих висновків та рекомендацій
- СК 7. Здатність до визначення обсягу, порядку та характеру заходів надання медико-психологічної допомоги, з урахуванням вікових, гендерних, культуральних, особистісних та інших індивідуальних особливостей пацієнтів.
- СК 9. Здатність до використання науково верифікованих методів та технік, використання моно- і комбінованих схем комплексного лікування із застосуванням елементів доказових методів психотерапії.

2.2.5. Програмні результати навчання:

- РН 1. Обирати та застосовувати надійний діагностичний та психодіагностичний інструментарій.
- РН 2. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження, критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки, представляти результати власних досліджень усно / письмово для поінформованої аудиторії.
- РН 3. Визначати попередній клінічний / психологічний / патопсихологічний діагноз, функціональний стан, здійснювати диференційну діагностику у відповідності до сучасних класифікаторів захворювань.
- РН 4. Застосовувати основні форми і методи психокорекції та психотерапії..
- РН 7. Планувати і виконувати наукові та прикладні дослідження, спрямовані на отримання нових знань та/або створення нових технологій у сфері медичної психології
- РН 8. Вільно спілкуватися державною та іноземною мовами для обговорення професійної діяльності, результатів досліджень та проектів у сфері медичної психології.
- РН 10. Приймати ефективні рішення, в тому числі в умовах невизначеності.

Після опанування дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина" студенти будуть:

1. Аналізувати стан організму пацієнта та вплив факторів реабілітації на відновлення функцій органів або систем.
2. Демонструвати володіння методами пристосування хворого до повсякденного життя і праці.
3. Інтерпретувати загальні закономірності зв'язку здоров'я та оздоровчої фізичної культури.
4. Обґрунтувати застосування методів фізичної реабілітації та спортивної медицини з метою профілактики захворювань та травм.
5. Вміння здійснювати демонстраційний нагляд за реабілітованими.
6. Визначати стан здоров'я, фізичного розвитку та рекомендації раціональних засобів і методів спортивного тренування.
7. Сприяння забезпеченню високої ефективності реабілітаційних та фізкультурно-оздоровчих заходів.
8. Наукове обґрунтування засобів і методів фізичної реабілітації та спортивної медицини.
9. Розробка нових, найбільш ефективних методів фізичної реабілітації, діагностики, лікування та попередження передпатологічних станів.

Згідно з ОПП студенти повинні:**знати:**

- мету, головне завдання фізичної реабілітації та спортивної медицини;
- принципи, види, періоди та етапи реабілітації;
- механізм лікувальної дії фізичних вправ;
- засоби лікувальної фізичної культури та спортивної медицини;
- форми лікувальної фізичної культури та спортивної медицини;
- періоди застосування ЛФК та методів спортивної медицини в реабілітаційних програмах;
- загальні вимоги до методики проведення реабілітаційних занять;
- рухові режими, дозування фізичного навантаження;
- оцінку ефективності застосування методів фізичної реабілітації та спортивної медицини.

вміти

- формувати вимоги до умов проведення заходів фізичної реабілітації та спортивної медицини;
- оцінити стан здоров'я пацієнта, стан його органів і систем та факторів, які впливають

на здоров'я;

- інтерпретувати методи і засоби фізичної реабілітації та спортивної медицини;
- формувати реабілітаційні заходи на підставі даних про зв'язок між результатами фізичної реабілітації та станом здоров'я пацієнтів.

Перелік практичних навичок

1. Вміти відновити функції органів або систем (повноцінно або частково).
2. Вміти пристосовувати хворого до повсякденного життя і праці.
3. Вміти залучити хворого до трудового процесу.
4. Вміти здійснювати допоміжний нагляд за реабілітованими.
5. Визначати стан здоров'я, фізичного розвитку і рекомендації раціональних засобів і методів фізичної реабілітації, фізичного виховання і спортивного тренування.
6. Вміти організовувати і здійснювати регулярне лікарське спостереження за здоров'ям всіх осіб, що займаються оздоровчою фізкультурою і спортом.
7. Визначення найбільш раціональних санітарно-гігієнічних умов проведення фізичної реабілітації та занять оздоровчою фізичною культурою і спортом.
8. Сприяти правильному проведенню фізичної реабілітації, занять оздоровчою фізичною культурою і спортом.
9. Вміти забезпечити високу ефективність фізичної реабілітації та фізкультурно-оздоровчих заходів.
10. Вміти науково обґрунтувати засоби та методи фізичної реабілітації та спортивної медицини;

3. Програма навчальної дисципліни

Програма навчальної дисципліни «Фізична реабілітація, спортивна медицина» складається з двох змістових модулів:

Змістовий модуль 1. Загальні питання фізичної реабілітації, фізична реабілітація пацієнтів з різними захворюваннями.

Змістовий модуль 2. Спортивна медицина.

Змістовий модуль 1. Загальні питання фізичної реабілітації, фізична реабілітація пацієнтів з різними захворюваннями

Тема 1. Фізична реабілітація як наука, її мета, завдання, засоби, принципи, види, періоди та етапи. Реабілітація як наука, її мета, завдання, засоби, принципи, види, періоди та етапи. Проведення комплексної реабілітації: медичних, психологічних, педагогічних, юридичних, державних, суспільних заходів. Категорія хворих, які підлягають реабілітації. Головне завдання реабілітації. Основна мета реабілітації. Принципи реабілітації. Медична реабілітація. Сезонна реабілітація. Етапи реабілітації. Соціальна або побутова реабілітація.

Тема 2. Лікувальна фізична культура Лікувальна фізична культура. Механізми лікувальної дії фізичних вправ. Засоби лікувальної фізичної культури. Класифікація фізичних вправ. Форми лікувальної фізичної культури. Періоди застосування ЛФК в реабілітаційних програмах. Загальні вимоги до методики проведення занять з ЛФК. Рухові режими. Дозування фізичного навантаження.

Тема 3. Лікувальний масаж. Суть лікувального масажу. Основні прийоми масажу. Основні методи, види основного масажу. Допоміжний масаж. Показання та протипоказання до лікувального масажу. Методика проведення масажу на різних ділянках тіла. Правила поєднання і комбінування ЛФК, лікувального масажу та фізіотерапевтичних процедур.

Тема 4. Основні принципи фізичної реабілітації пацієнтів з серцево-судинними захворюваннями. Характеристика серцево-судинних захворювань. Основні принципи реабілітації гіпертонічної хвороби. Поліклінічний етап реабілітації. Санітарно-курортний етап реабілітації. Лікарняний етап реабілітації при інфаркті міокарда. Санітарний етап реабілітації. Поліклінічний етап реабілітації. Дистанційний етап реабілітації при інфаркті міокарда.

Тема 5. Фізична реабілітація при захворюваннях органів дихання.

Клініко – фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації. Фізична реабілітація при гострій та хронічній пневмонії. Фізична реабілітація при бронхітах. Фізична реабілітація при бронхіальній астмі. Фізична реабілітація при бронхоектатичній хворобі та емфіземі легень.

Тема 6. Фізична реабілітація при захворюваннях органів травлення та обміну речовин. Фізична реабілітація при гострих з нормальною і підвищеною секреторною функцією. Фізична реабілітація при гострих зі зниженою секрецією та ахілією. Фізична реабілітація при виразковій хворобі шлунку і 12-палої кишки. Фізична реабілітація при ожирінні. Фізична реабілітація при цукровому діабеті.

Тема 7. Основні принципи реабілітації пацієнтів неврологічного профілю. Захворювання і травми периферичної нервової системи. Фізична реабілітація при інсульті. Фізична реабілітація при паралічах і парезах. Фізична реабілітація при попереково-крижових радикулітах.

Тема 8. Фізична реабілітація при хірургічних та травматологічних захворюваннях, деформації постави, сколіозах та плоскостопості. Фізична реабілітація при оперативних втручаннях на органах черевної порожнини. Фізична реабілітація при оперативних втручаннях на органи грудної клітки. Фізична реабілітація при травмах. Фізична реабілітація при ушкодженнях ЛОР – органів трахеї. Фізична реабілітація деформаціях постави. Фізична реабілітація при сколіозах. Фізична реабілітація при плоскостопості.

Змістовий модуль 2. Спортивна медицина.

Тема 9. Предмет та завдання спортивної медицини. Мета спортивної медицини. Завдання спортивної медицини. Основні розділи роботи з спортивною медициною. Ціль лікарського обстеження. Диспансерний метод спостереження за спортсменами. Лікарсько-фізкультурна консультація. Кабінет лікарського контролю. Лікарсько - фізкультурний диспансер.

Тема 10. Лікарсько-педагогічне спостереження (ЛПС) у процесі тренувальних занять. Задачі та форми організації ЛПС. Методи дослідження в ЛПС. Функціональні проби в умовах проведення ЛПС. Медичне забезпечення спортивних змагань. Антидопінговий контроль. Секс-контроль. Самоконтроль за фізичною працездатністю. Самоконтроль у процесі тренувальних занять.

Тема 11. Методи дослідження у спортивній медицині. Обсяг лікарняного обстеження. Медичний та спортивний аналіз. Дослідження фізичного розвитку. Спортивна антропология. Дослідження м'язової системи. Вимір шкірно-жирових складок. Обчислення компонентів маси тіла. Дослідження амплітуди руху в кінцівках. Вимір сили м'язів. Метод плантографії.

Тема 12. Завдання, засоби, організація і методи лікарського контролю. Морфофункціональні характеристики вікових особливостей людини. Лікарняний контроль за школярами, юними спортсменами, студентами, особами середнього та похилого віку. Лікарняний контроль за жінками, які займаються фізичною культурою і спортом. Оцінка стану здоров'я, фізичного розвитку та тренуваності. Негативні форми в процесі тренування.

Тема 13. Загальна характеристика фізичних навантажень різної інтенсивності та організації. Визначення та оцінка загальної фізичної працездатності та аеробної продуктивності. Толерантність до фізичних навантажень. Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я людини. Складання індивідуальних фізкультурно-оздоровчих режимів. Передпатогенні стани і захворювання, які виникають при нераціональних заняттях фізичною культурою і спортом. Дослідження та оцінка функціонального стану основних систем організму.

Тема 14. Функціональна діагностика у спортивній медицині. Методи оцінки функціонального стану серцево-судинної системи. Методи оцінки функціонального стану

дихальної системи. Методичні підходи до функціональної діагностики центральної нервової системи. Загальна діагностика крові.

Тема 15. Медичний контроль в окремих групах населення, які займаються фізкультурою і спортом. Медичний контроль у спеціальних медичних групах. Медичний контроль при проведенні занять з дітьми. Медичний контроль при проведенні оздоровчого тренування з особами зрілого віку, похилого та старшого віку. Медичне забезпечення спортивно-оздоровчих заходів.

Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Кількість годин				
	усього	у тому числі:			
		лекції	практичні заняття	індивідуальні заняття	самостійна робота
1	2	3	4	5	6
Змістовий модуль 1. Фізична реабілітація					
Тема 1. Фізична реабілітація як наука, мета, завдання, зміст, принципи, види, періоди, етапи	6	2	2	-	2
Тема 2. Лікувальна фізична культура	6	2	2	-	2
Тема 3. Лікувальні масажі	6	2	2	-	2
Тема 4. Основні принципи фізичної реабілітації пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями	8	-	2	-	6
Тема 5. Фізична реабілітація при захворюванні органів дихання	6	-	2	-	4
Тема 6. Фізична реабілітація при захворюваннях органів травлення та обміну речовин	8	-	2	-	6
Тема 7. Основні принципи реабілітації пацієнтів неврологічного профілю	6	-	2	-	4
Тема 8. Фізична реабілітація при хірургічних та травматологічних захворюваннях, деформації постави, сколіозах та плоскостопості	8	-	2	-	6
Підсумковий контроль					
Разом за блок 1	54	6	16	-	32
Змістовий модуль 2. Спортивна медицина					
Тема 9. Предмет та завдання спортивної медицини	6	2	2	-	2
Тема 10. Лікарсько-педагогічне спостереження у процесі фізичної реабілітації	6	2	2	-	2
Тема 11. Методи дослідження у спортивній медицині	6	-	2	-	4
Тема 12. Завдання, зміст, організація і методи лікарського контролю	4	-	2	-	2
Тема 13. Загальна характеристика фізичних навантажень різної інтенсивності на органи	4	-	2	-	2
Тема 14. Функціональна діагностика у спортивній медицині	6	-	2	-	4
Тема 15. Медичний контроль в окремих групах населення, які займаються фізкультурою і спортом	4	-	2	-	2

Підсумковий контроль	-	-	-	-	-
Разом за блок 2	36	4	14	-	18
Усього годин	90	14	30	-	46

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Фізична реабілітація		
1	Фізична реабілітація як наука, мета, завдання, зміст, принципи, види, періоди, етапи	2
2	Лікувальна фізична культура	2
3	Лікувальний масаж	2
Змістовий модуль 2. Спортивна медицина		
4	Предмет та завдання спортивної медицини	2
5	Лікарсько-педагогічне спостереження у процесі фізичної реабілітації	2
	Разом кількість лекційних годин з дисципліни	10

4.2. Теми практичних занять

№ з/п	Тема	Кількість годин
1	2	3
Змістовий модуль 1. Фізична реабілітація		
1	Фізична реабілітація як наука, мета, завдання, зміст, принципи, види, періоди, етапи	2
2	Лікувальна фізична реабілітація	2
3	Лікувальний масаж	2
4	Основні принципи фізичної реабілітації пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями	2
5	Фізична реабілітація при захворюванні органів дихання	2
6	Фізична реабілітація при захворюваннях органів травлення та обміну речовин	2
7	Основні принципи реабілітації пацієнтів неврологічного профілю	2
8	Фізична реабілітація при хірургічних та травматологічних захворюваннях, деформації постави, сколіозах та плоскостопості	2
	Підсумковий контроль	
	Разом	16
Змістовий модуль 2. Спортивна медицина		

9	Предмет та завдання спортивної медицини	2
10	Лікарсько-педагогічне спостереження у процесі фізичної реабілітації	2
11	Методи дослідження у спортивній медицині	2
12	Завдання, зміст, організація і методи лікарського контролю	2
13	Загальна характеристика фізичних навантажень різної інтенсивності на органи	2
14	Функціональна діагностика у спортивній медицині	2
15	Медичний контроль в окремих групах населення, які займаються фізкультурою і спортом	2
	Підсумковий контроль	
	Разом	14
	Разом кількість годин практичних занять з дисципліни	30

5. Контроль навчальних досягнень

5.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студента	Максимальна к-сть балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2	
		Кількість одиниць	Максимальна к-сть балів	Кількість одиниць	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	2	2
Відвідування семінарських занять	1	-	-	-	-
Відвідування практичних занять	1	2	2	2	2
Відвідування лабораторних занять	1	-	-	-	-
Робота на семінарському занятті	10	-	-	-	-
Робота на практичному занятті	10	3	30	3	30
Лабораторна робота (в тому числі допуск, виконання, захист)	10	-	-	-	-
Виконання завдань для самостійної роботи	5	5	25	5	25
Виконання модульної роботи	25	1	25	1	25
Виконання ІНДЗ	30	1	30	1-	30
Разом			115		115
Максимальна кількість балів	530				
530:100=5,30. Студент набрав X балів; Розрахунок: X: 5,30= загальна кількість балів					

Самостійна робота

Основними видами самостійної роботи студентів є:

- робота з друкованими джерелами;
- самостійні тренування;
- самостійний перегляд кінофільмів, телепередач, прослуховування радіопередач тощо.

Для самостійної роботи студентів виділяють два типи завдань. Завдання теоретичного характеру, які недостатньо ґрунтовно розглядаються в межах практичних занять, виносять для самостійного опрацювання студентами. Вони є доповненням до практичного курсу. Студент має опрацювати нормативні та літературні джерела та бути готовим до відповіді на поставлені питання під час проведення практичних занять та заліку.

Завданнями практичного характеру є тести та задачі.

Теми для самостійного опрацювання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	2	3
1	Основи фізичної реабілітації. Завдання, методи, принципи, види, періодичні етапи фізичної реабілітації	2
2	Основні принципи фізичної реабілітації. Механізм лікувальної дії фізичних вправ. Засоби, форми ЛФК. Періоди застосування ЛФК в реабілітаційних програмах	2
3	Лікувальний масаж. Прийоми лікувального масажу. Поширення та протипоказання	2
4	Основні принципи фізичної реабілітації пацієнтів з серцево-судинними захворюваннями	6
5	Клініко – фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації при захворюваннях органів дихання	4
6	Фізична реабілітація при захворюваннях органів травлення та обміну речовин	6
7	Основні принципи фізичної реабілітації при захворюваннях і травмах периферичної нервової системи	4
8	Клініко – фізіологічне обґрунтування застосування фізичної реабілітації при хірургічних та травматичних захворюваннях	6
9	Спортивна медицина як наукова дисципліна. Предмет та завдання	2
10	Зміст та завдання лікарсько – педагогічного спостереження у процесі фізичної реабілітації	
11	Наукові досягнення у спортивній медицині	4
12	Організація та методи лікарського контролю у спортивній медицині	2
13	Вплив фізичних навантажень різної інтенсивності на організм	2
14	Функціональна діагностика у спортивній медицині	4
15	Зміст та завдання медичного контролю в групах населення, яке займається фізичною культурою і спортом	2
	Разом	50

5.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Модульний контроль здійснюється у вигляді тестування. Студентам пропонуються тестові завдання у кількості 25 питань.

Види тестових завдань:

- Із вибором однієї правильної відповіді;
- На встановлення відповідності запропонованих наборів тверджень;
- Завдання на розпізнавання та відтворення правильної відповіді по пам'яті;
- Завдання на відтворення правильної відповіді (формулювань понять) по пам'яті;
- Завдання відкритого типу, що передбачає розгорнуту відповідь.

Критерії оцінювання:

- виконання тестових завдань - максимум 25 балів.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ ІНДЗ

Індивідуальна навчально-дослідна робота є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання ІНЗД прилюдним захистом навчального проєкту. Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) з курсу «Загальна психологія» - це вид науково-дослідної роботи студента, форма самостійного вивчення актуальних проблем, переданих начальною програмою курсу.

ІНДЗ - початковий етап науково-педагогічного дослідження, воно обов'язково має містити

результати власного пошуку і висновків, відображати певний рівень навчальної компетентності студента Щодо вирішення поставлених завдань.

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 і семінарських занять та охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

Орієнтовна структура ІНДЗ - навчально-педагогічного дослідження у вигляді реферату: вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел.

Критерії оцінювання ІНДЗ (навчально-педагогічного дослідження у вигляді есе)

№ з/п	Критерії оцінювання роботи	Максимальна оцінка (у балах)
1	Формулювання мети і завдань роботи	3
2	Складання плану, чіткості послідовність викладу матеріалу	5
3	Обґрунтоване розкриття проблеми, аналіз різних інформаційних джерел (наукових видань, навчальної літератури, періодичних видань, матеріалів мережі Internet), критична та незалежна оцінка різноманітних точок зору, позицій, аргументів	12
4	Зв'язок з реальною практикою, аналіз діяльності окремих організацій, конкретних проблемних ситуацій	4
5	Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання поставлених завдань, творчий підхід до виконання ІНДЗ	4
6	Якість оформлення роботи	1

Перелік контрольних питань для заліку

1. Завдання, мета та принципи реабілітації.
2. Види, періоди та етапи реабілітації.
3. Основні принципи фізичної реабілітації.
4. Механізм лікувальної дії фізичних вправ.
5. Засоби лікувальної фізичної культури.
6. Форми лікувальної фізичної культури.
7. Періоди застосування ЛФК в реабілітаційних програмах.
8. Загальні вимоги до методик проведення занять з ЛФК.
9. Рухові режими.
10. Дозування фізичного навантаження.
11. Ефективність застосування ЛФК.
12. Лікувальний масаж.
13. Правила поєднання і комбінування ЛФК, лікувального масажу і фізіотерапевтичних процедур.
14. Принципи фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі.
15. Фізична реабілітація при інфаркті міокарда.
16. Фізична реабілітація при гострій пневмонії.
17. Фізична реабілітація при хронічній пневмонії.
18. Фізична реабілітація при бронхіті.
19. Фізична реабілітація при бронхіальній астмі.
20. Фізична реабілітація при бронхоектатичній хворобі.
21. Фізична реабілітація при емфіземі легень.
22. Фізична реабілітація при гастритах зі зниженою і підвищеною секреторною

- функцією.
23. Фізична реабілітація при гастритах зі зниженою секрецією та ахілією.
 24. Фізична реабілітація при виразковій хворобі шлунку і 12-палої кишки.
 25. Фізична реабілітація при ожирінні.
 26. Фізична реабілітація при цукровому діабеті.
 27. Принципи реабілітації при захворюваннях і травмах периферичної нервової системи.
 28. Фізична реабілітація при інсульті.
 29. Фізична реабілітація при паралічах і парезах.
 30. Фізична реабілітація при попереково-крижових радикулітах.
 31. Фізична реабілітація при оперативних втручаннях на органах черевної порожнини.
 32. Фізична реабілітація при оперативних втручаннях на органах грудної клітки.
 33. Фізична реабілітація при травмах.
 34. Фізична реабілітація при щелепно – лицьовій травмі.
 35. Фізична реабілітація при ушкодженні ЛОР – органів.
 36. Фізична реабілітація при травмах очей.
 37. Принципи реабілітації пацієнтів педіатричного профілю.
 38. Фізична реабілітація при дефектах постави.
 39. Фізична реабілітація при сколіозах.
 40. Фізична реабілітація при плоскостопості.
 41. Фізична реабілітація в акушерстві та гінекології.
 42. Мета і завдання спортивної медицини.
 43. Дослідження і оцінка фізичного розвитку.
 44. Фактори, що погіршують фізичну працездатність і стан здоров'я спортсменів.
 45. Вплив фізичних навантажень на функціональний стан спортсменів.
 46. Профілактика і лікування травм і захворювань опорно-рухового апарату у спортсменів.
 47. Відновлювання лікування спортсменів.
 48. Організація долікарської медичної допомоги спортсменам.
 49. Основні форми роботи в спортивній медицині.
 50. Відбір і орієнтація в спорті. Акліматизація.
 51. Лікарське об'єднання осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
 52. Диспансеризація провідних контингентів спортсменів.
 53. Оздоровчі, лікувальні і профілактичні заходи у спортивній медицині.
 54. Санітарно – гігієнічний нагляд за місцями і умовами проведення спортивних занять і змагань.
 55. Медичне забезпечення спортивних змагань і масових видів фізичної культури.
 56. Профілактика спортивного травматизму.
 57. Лікарсько-педагогічне спостереження (ЛПС) у процесі тренувальних занять.
 58. Задачі і форми організації ЛПС.
 59. Методи дослідження в ЛПС.
 60. Функціональні проби в умовах проведення ЛПС.
 61. Лікарський контроль на змаганнях (антидопінговий, секс-контроль, самоконтроль).
 62. Лікарсько – фізкультурна консультація.
 63. Кабінет лікарського контролю, завдання, організація.
 64. Центр лікувальної фізичної культури та спортивної медицини, завдання, організація.
 65. Лікарське обстеження спортсменів, обсяг, задачі,
 66. Спортивна антропологія, завдання, методи вивчення.
 67. Дослідження розмірів тіла у спортсменів методом спортивної метрології.
 68. Дослідження м'язової системи у спортсменів.
 69. Дослідження шкірних покривів у спортсменів.
 70. Обчислення компонентів маси тіла у спортсменів.
 71. Дослідження амплітуди руху в кінцівках.
 72. Вимір сили м'язів у спортивній медицині.

73. Дослідження статі. Методподометрії. Методплантографії.
74. Причини захворювань у спортсменів.
75. Класифікація причин захворювань у спортсменів.
76. Протипоказання до занять спортом і фізкультурою.

1. Фізична реабілітація та спортивна медицина як навчальна дисципліна. Мета та завдання. – **Максимальна кількість балів 20.**
2. Лікувальна фізична культура як метод фізичної реабілітації. – **Максимальна кількість балів 20.**
3. Лікувальний контроль. Визначення, мета, завдання, принципи. – **Максимальна кількість балів 20.**
4. Акліматизація (кліматична та тимчасова). – **Максимальна кількість балів 20.**

Затверджено на засіданні кафедри гігієни, соціальної медицини та громадського здоров'я. Протокол № ____ від _____ 2020 р.

Завідувач кафедри

д.мед.н, проф. Зюзін В.О.

Екзаменатор

д.мед.н, проф. Зюзін В.О.

Приклади тестів та ситуаційних задач

1. *Що таке первинна профілактика:*
 - а) запобігання захворюванням;
 - б) запобігання рецидивам;
 - в) запобіганням загостренню хвороби;
 - г) запобігання ускладненням.
2. *Засоби лікувальної функції культури:*
 - а) фізичні вправи, руховий режим, лікувальна гімнастика;
 - б) масаж, ходьба, природні фактори навколишнього середовища, рухові режими;
 - в) фізичні вправи, рухові режими, природні фактори навколишнього середовища;
 - г) спортивні ігри, масаж, теренкур.
3. *Механізм для масажу:*
 - а) нервово-рефлекторний;
 - б) гуморальний;
 - в) механічний;
 - г) стимулюючий.
4. *Завдання реабілітації:*
 - а) відновити функції органів або систем;
 - б) пристосовуватися до повсякденного життя;
 - в) відновити професійну діяльність;
 - г) диспансерний нагляд.
5. *Назвіть етапи реабілітації:*
 - а) підготовчий;
 - б) лікарняний;
 - в) дистанційний;
 - г) поліклінічний.

Задача № 1

Під час огляду підлітків для відбору до дитячої спортивної школи необхідно дати оцінку фізичного розвитку учнів.

Вказати, якими індексами користуються для оцінювання фізичного розвитку, як їх вираховувати і які існують показники норми.

Задача № 2

До фізіотерапевтичного кабінету сімейної амбулаторії був направлений пацієнт С, 25 років, з переломом правої плечової кістки в стадії консолідації, на руці – циркулярна жива пов'язка. Які вправи можна рекомендувати пацієнтові і за якою методикою слід проводити заняття.

Задача № 3

На денний стаціонар сімейної амбулаторії направлений пацієнт С, віком 46 років, на ЛФК з діагнозом: гіпертонічна хвороба II ст., з періодичними кризами.

Вкажіть завдання і засоби, форми і методи ЛФК, тактику проведення занять.

5.7. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість оцінок
Відмінно	100-90
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

6.1.Рекомендована література

1. Конституція України.
2. Основи законодавства про охорону здоров'я.
3. Белая М.А. Лечебная физкультура и массаж: учеб.-метод. пособие / М.А. Белая. – М.: Советский спорт, 2001. – 272 с.
4. Бирюков А.А. Лечебный массаж/ А.А. Бирюков. – М.: Советский спорт, 2000. – 243 с.
5. Детская спортивная медицина / Под ред. Т.Г. Авдеевой, Н.Н. Бахраха. – Изд. 4-е, исправ. и доп. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 320 с.
6. Епифанов В.А. Лечебная физкультура и массаж: учеб. / В.А. Епифанов. - М.: Издат. дом ГЭОТАРМЕД, 2002. – 560 с.
7. Медицинская реабилитация / Под ред. В.А. Епифанова. - М.: Мед. пресс-информ., 2005. – 378 с.
8. Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручник / В.М. Мухін – 3-тє вид., переробл. та доповн. – К.: Олімп. л-ра, 2009. – 488 с.
9. Порада А.М. Основи фізичної реабілітації: навчальний посібник/ А.М. Порада, О.В. Солодовнік, Н.Е. Прокопчук. - К.: «Медицина», 2008. - 248 с.
10. Язловецький В.С. Основи спортивного й лікувального масажу [навч. посіб.] / В.С. Язловецький, В.М. Мухін, А.Л. Тургак. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені Вінниченка, 2005. – 336 с.

6.1. Додаткові

1. Васичкин В.Н. Методика лечебного массажа / В.Н. Васичкин. – СПб: Лань, 1997. – 126 с.
2. Горбатюк С.О. Фізична реабілітація при травмах опорно-рухового апарату [навч. посіб.] / С.О. Горбатюк. – Рівне: Волинські береги, 2008. – 200 с.
3. Готовцев П.Н. Лечебная физкультура и массаж / П.Н. Готовцев, А.Д. Субботин, В.П. Селеванов. – М.: Медицина, 1987. – 304 с.
4. Гусев Г.Н. Реабилитация в неврологии [учеб. пособ.] / Е.Н. Гусев, А.Б. Гехт, В.Б. Гаптов, Е.В. Тихонюк – М., 2000. – 368 с.
5. Журавлева А.Н. Спортивная медицина и лечебная физкультура / А.Н. Журавлева, Н.Д. Тра. - М.: Медицина, 1993. – 432 с.
6. Коган О.Г. Медицинская реабилитация в неврологии и нейрохирургии / О.Г. Коган,

- В.Н. Найдин. - М.: Медицина, 1988. – 304 с.
7. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина / За ред. В.В. Клапчука, Г.В. Дзяка. – К.: «Здоров'я» 1995. – 312 с.
 8. Лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации / Под. ред. А.Р. Каптелина, И.П. Лебедевой. – М.: Медицина, 1985. – 400 с.
 9. Лечебная физкультура и врачебный контроль / Под. ред. В.А. Елифанова, Г.А. Апанасенко. – М.: Медицина, 1990. – 368 с.
 10. Марченко О.К. Фізична реабілітація хворих з травмами і захворюваннями нервової системи [навч. посіб.] / О.К. Марченко. – К.: Олімп. л-ра, 2006. – 196 с.
 11. Мурза В.П. Фізична реабілітація [навч. посіб.] / В.П. Мурза. – К.: Орлан, 2004. – 559 с.
 12. Романішин М.Я. Фізична реабілітація в спорті [навч. посіб.] / М.Я. Романішин. – Рівне: Волинські обереги, 2007. – 368 с.
 13. Чоговидзе А.В. Врачебный контроль в физическом воспитании и спорте / А.В. Чоговидзе. – М.: Медицина, 1997. – 116 с.
 14. Язловицький В.С. Основи фізичної реабілітації [навч. посіб.] / В.С. Язловицький, Г.С. Верич, В.М. Мухін, А.Л. Тургак. – Кіровоград: РВВ КДПУ імені В. Вінніченка, 2004. – 238 с.

5.1. Інформаційні ресурси в інтернеті

1. Офіційне інтернет-представництво Президента України <http://www.president.gov.ua>
2. Верховна Рада України <http://www.rada.gov.ua>
3. Кабінет Міністрів <http://www.kmu.gov.ua/>
4. Міністерство освіти і науки України <http://www.mon.gov.ua>
5. Рада національної безпеки оборони України <http://www.rnbo.gov.ua/>
6. Постійне представництво України при ООН <http://ukrainen.org/>
7. Північно-атлантичний альянс (НАТО) <http://www.nato.int>
8. Всесвітня організація охорони здоров'я <http://www.who.int>
9. Освітні програми закладів вищої освіти України.