Міністерство освіти і науки України
Національний технічний університет
«Дніпровська політехніка»

Кафедра фізичного виховання та спорту

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Директор ННІП
В. І. Бузило_____
«24» __11___ 2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Основи фізичної реабілітації»

Галузь знань ……..…	Усі галузі знань
Спеціальність ……...	Для усіх ОПП ЗВО
Освітній рівень…….	Перший (бакалаврський)
Освітня програма …….	-
Статус ……	Вибіркова (Soft Skills)
Загальний обсяг ..…….	4 кредити ЄСТS (120 годин)
Форма підсумкового контролю ……..	диференційований залік
Термін викладання ……..	5-й семестр, 9-10 чверть
Мова викладання …….	Українська

Викладачі: В.М. Вілянський, С.А. Чернігівська

Пролонговано: на 20__/20__ н.р. _____(_____) «__»___ 20__р.
(підпис, ПІБ, дата)

на 20__/20__ н.р. _____(_____) «__»___ 20__р.
(підпис, ПІБ, дата)

Дніпро
НТУ «ДП»
2021

Робоча програма вибіркової навчальної дисципліни «Основи фізичної реабілітації» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня усіх ОПП ЗВО усіх галузей знань / Нац. техн. ун-т. «Дніпровська політехніка», каф. фізичного виховання та спорту – Д.: НТУ «ДП», 2021. –12 с.

Розробники :

Вілянський Володимир Миколайович, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту, заслужений тренер України.

Чернігівська Світлана Анатоліївна, канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри фізичного виховання та спорту.

Робоча програма регламентує:

– мету дисципліни;
– дисциплінарні результати навчання, сформовані на основі трансформації очікуваних результатів навчання освітньої програми;
– базові дисципліни;
– обсяг і розподіл за формами організації освітнього процесу та видами навчальних занять;
– програму дисципліни (тематичний план за видами навчальних занять);
– алгоритм оцінювання рівня досягнення дисциплінарних результатів навчання (шкали, засоби, процедури та критерії оцінювання);
– інструменти, обладнання та програмне забезпечення;
– рекомендовані джерела інформації.

Робоча програма призначена для реалізації компетентнісного підходу під час планування освітнього процесу, викладання дисципліни, підготовки здобувачів до контрольних заходів, контролю провадження освітньої діяльності, внутрішнього та зовнішнього контролю забезпечення якості вищої освіти, акредитації освітніх програм у межах спеціальності.

.

ЗМІСТ

1 МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ 4
2 ОЧІКУВАНІ ДИСЦИПЛІНАРНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ 4
3 БАЗОВІ ДИСЦИПЛІНИ 4
4 ОБСЯГ І РОЗПОДІЛ ЗА ФОРМАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ 5
5 ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ ЗА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ 5
6 ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ 7
6.1 Шкали 7
6.2 Засоби та процедури 8
6.3 Критерії 9
7 ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ 10
8 РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ 11
8.1. ОСНОВНА 11
8.2. ДОДАТКОВА 11

1 МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою викладання навчальної дисципліни «Основи фізичної реабілітації» є формування компетентностей формування системи професійних знань, методичних вмінь, навичок і комунікацій щодо управління процесом збереження здоров'я, з урахуванням особливостей фізичного розвитку та функціональних можливостей організму, шляхом оптимізації рухової активності та дотримання здорового способу життя; а також забезпечення більш швидкого відновлення здоров'я, працездатності та якості життя після захворювань, травм чи ушкоджень за допомогою засобів фізичної реабілітації, попередження або ліквідації ускладнень патологічного процесу.

Реалізація мети вимагає трансформації програмних результатів навчання в дисциплінарні та адекватний відбір змісту навчальної дисципліни за цим критерієм.

2 ОЧІКУВАНІ ДИСЦИПЛІНАРНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Шифр ДРН	**Дисциплінарні результати навчання (ДРН)**
	зміст
1	Знати основні завдання та принципи застосування фізичної реабілітації з метою запобігання інвалідності та забезпечення відновлення перебігу фізіологічних процесів при захворюваннях та травмах для більш швидкого та ефективного відновлення та для профілактики ускладнень.
2	Формувати цілі та визначати структуру особистої діяльності. Дотримуватися здорового способу життя, користуватися прийомами саморегуляції та самоконтролю. Усвідомлювати та керуватися у своїй діяльності громадянськими правами, свободами та обов'язками, підвищувати загальноосвітній культурний рівень.
3	Вміти використовувати основні базові поняття та принципи фізичної реабілітації для використання засобів реабілітації з метою запобігання інвалідності та забезпечення відновлення перебігу фізіологічних процесів при захворюваннях та травмах для більш швидкого та ефективного відновлення та для профілактики ускладнень.
4	Демонструвати навички та уміння розробляти індивідуальні оздоровчо-реабілітаційні програми в залежності від наявного захворювання чи травми.

3 БАЗОВІ ДИСЦИПЛІНИ

Дисципліна спрямована на розвиток soft skills, тобто, відповідно до визначення Національного агентства із забезпечення якості вищої освіти, спрямована на посилення «м'яких навичок», що вважаються цінними на будь-якому робочому місці, незалежно від професійної сфери. Тому додаткових вимог до базових дисциплін не встановлюється.

4 ОБСЯГ І РОЗПОДІЛ ЗА ФОРМАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Вид навчальних занять	**Обсяг,** *години*	**Розподіл за формами навчання**, *години*			
		денна		**заочна**	
		аудиторні заняття	самостійна робота	аудиторні заняття	самостійна робота
лекційні	-	-	-	-	-
практичні	120	26	94	-	-
лабораторні	-	-	-	-	-
семінари	-	-	-	-	-
РАЗОМ	120	26	94	-	-

5 ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ ЗА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Шифри ДРН	**Види та тематика навчальних занять**	**Обсяг складових,** *години*
	ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ	
1 2 3	**1 Історія становлення і розвитку фізичної реабілітації.** Сучасні уявлення про реабілітацію в медицині. Форми та методи проведення лікувальної фізичної культури в процесі фізичної реабілітації.	2
1 4	**2 Фізичні вправи.** Види фізичних вправ, що застосовують в лікувальній фізичній культурі. Режими рухової активності, як один із основних засобів відновлення в лікувальній фізичній культурі.	6
3 2	**3. Особливості дозування фізичних навантажень.** Самоконтроль за станом здоров’я під час виконання фізичних вправ.	3
1 2 3 4	**4. Фізіологічний вплив масажу на основні органи та системи організму.** Показання та протипоказання до проведення сеансу масажу. Види та основні прийоми масажу.	6
3 4	**5. Техніка виконання основних прийомів масажу.**	4
1 2 3 4	**6. Методика і техніка виконання масажу окремих частин тіла.**	4
1 2 3 4	**7. Класифікація прийому погладжування та техніка виконання елементів прийому.**	2
1 2 3 4	**8. Класифікація прийому розтирання та техніка виконання елементів прийому.**	4
1 2 3 4	**9. Класифікація прийому розминання та техніка виконання елементів прийому.**	2

Шифри ДРН	Види та тематика навчальних занять	Обсяг складових, *години*
1 2 3 4	**10. Класифікація прийому вібрації та техніка виконання елементів прийому.**	2
1 2 3 4	**11. Особливості застосування загального масажу.**	8
1 2 3 4	**12. Особливості застосування часткового масажу.**	2
1 2 3 4	**13. Особливості застосування самомасажу окремих частин тіла.**	6
1 2 3 4	**14. Спортивний масаж. Методика і техніка виконання.**	6
1 2 3 4	**15. Техніка і методика масажу нижніх кінцівок.**	2
1 2 3 4	**16. Техніка і методика масажу верхніх кінцівок.**	2
1 2 3 4	**17. Техніка і методика масажу спини та грудної клітки.**	6
1 2 3 4	**18. Техніка і методика виконання масажу шийно-комірцевої ділянки.**	4
1 2 3 4	**19. Техніка і методика масажу голови та обличчя.**	2
1 2 3 4	**20. Техніка і методика виконання баночного масажу.**	2
1 2 3 4	**21. Техніка і методика масажу при артеріальній гіпертензії.**	2
1 2 3 4	**22. Особливості проведення масажу при суглобових контрактурах та набряках кінцівок після травматичних ушкоджень.**	4

Шифри ДРН	Види та тематика навчальних занять	Обсяг складових, *години*
1 2 3 4	**23. Фізична реабілітація при порушеннях осанки, сколіозі у дітей та дорослих.**	4
1 2 3 4	**24. Фізична реабілітація при плоско-вальгусній деформації стоп.**	2
1 2 3 4	**25. Фізична реабілітація при деформуючому остеоартрозі колінних суглобів.**	4
1 2 3 4	**26. Фізична реабілітація після COVID-19 та профілактика ускладнень.**	7
1 2 3 4	**27. Методи визначення і оцінки функціональних резервів організму.** Кількісна оцінка рівня фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенко)	4
1 2 3 4	**28. Фізична реабілітація при захворюваннях системи травлення та при порушенні обміну речовин**	2
1 2 3	**29.Основи кінезіотейпування**	8
1 2 3	**30.Основи біомеханічного тейпування**	8
Всього		**120**

6 ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Сертифікація досягнень студентів здійснюється за допомогою прозорих процедур, що ґрунтуються на об'єктивних критеріях відповідно до Положення університету «Про оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти».

Досягнутий рівень компетентностей відносно очікуваних, що ідентифікований під час контрольних заходів, відображає реальний результат навчання студента за дисципліною.

6.1 Шкали

Оцінювання навчальних досягнень студентів НТУ «ДП» здійснюється за рейтинговою (100-бальною) та інституційною шкалами. Остання необхідна (за офіційною відсутністю національної шкали) для конвертації (переведення) оцінок здобувачів вищої освіти різних закладів.

Шкали оцінювання навчальних досягнень студентів НТУ «ДП»

Рейтингова	Інституційна
90…100	відмінно / Excellent
74…89	добре / Good
60…73	задовільно / Satisfactory
0…59	незадовільно / Fail

Кредити навчальної дисципліни зараховується, якщо студент отримав підсумкову оцінку не менше 60-ти балів. Нижча оцінка вважається академічною заборгованістю, що підлягає ліквідації відповідно до Положення про організацію освітнього процесу НТУ «ДП».

6.2 Засоби та процедури

Зміст засобів діагностики спрямовано на контроль рівня сформованості знань, умінь, комунікації, автономності та відповідальності студента за вимогами НРК до 6-го кваліфікаційного рівня під час демонстрації регламентованих робочою програмою результатів навчання.

Студент на контрольних заходах має виконувати завдання, орієнтовані виключно на демонстрацію дисциплінарних результатів навчання (розділ 2).

Засоби діагностики, що надаються студентам на контрольних заходах у вигляді завдань для поточного та підсумкового контролю, формуються шляхом конкретизації вихідних даних та способу демонстрації дисциплінарних результатів навчання.

Засоби діагностики (контрольні завдання) для поточного та підсумкового контролю дисципліни затверджуються кафедрою.

Види засобів діагностики та процедур оцінювання для поточного та підсумкового контролю дисципліни подано нижче.

Засоби діагностики та процедури оцінювання

ПОТОЧНИЙ КОНТРОЛЬ			**ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ**	
навчальне заняття	**засоби діагностики**	**процедури**	**засоби діагностики**	**процедури**
практичні	контрольні завдання з теоретичної та практичної підготовки	виконання завдань під час практичних занять	контрольне тестування	виконання завдань з теоретичної підготовки під час заліку (11, 12 чверті)
		виконання завдань під час самостійної роботи		

Практичні заняття оцінюються якістю виконання теоретичної та практичної підготовки.

Якщо зміст певного виду занять підпорядковано декільком дескрипторам, то інтегральне значення оцінки може визначатися з урахуванням вагових коефіцієнтів, що встановлюються викладачем.

За наявності рівня результатів поточних контролів з усіх видів навчальних занять не менше 60 балів, підсумковий контроль здійснюється без участі студента шляхом визначення середньозваженого значення поточних оцінок

6.3 Критерії

Реальні результати навчання студента ідентифікуються та вимірюються відносно очікуваних під час контрольних заходів за допомогою критеріїв, що описують дії студента для демонстрації досягнення результатів навчання.

Критерії оцінювання

Вид контролю	К-ть завдань	Кількість балів	
		За одиницю контролю	Всього
Практична робота	30	2	60
Підсумковий контроль	30	1	30
Самостійна робота	1	10	10
Всього			100

Оцінюваний компонент		**Показник оцінки**
Практичні заняття	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації без помилок. Високий рівень володіння теоретичними знаннями. Високий рівень оцінки ситуації щодо стану здоров'я та самостійного прийняття рішення у критичній ситуації.	90-100
	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації, але з певними помилками. Достатній рівень володіння теоретичними знаннями. Достатній рівень оцінки ситуації щодо стану здоров'я та самостійного прийняття рішення у критичній ситуації.	74-89
	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації містить не грубі помилки. Володіння засобами та демонстрація практичних навичок на мінімальному рівні.	60-73

Оцінюваний компонент		Показник оцінки
	Мінімальний рівень володіння теоретичними знаннями.	
	Рівень володіння засобами та теоретичними знаннями незадовільний	<60
Практичні заняття в умовах дистанційної освіти	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації без помилок (відеозвіт). Високий рівень володіння теоретичними знаннями (за рахунок складання онлайн-тестування на платформі MOODLE). Високий рівень оцінки ситуації щодо стану здоров'я та самостійного прийняття рішення у критичній ситуації (на прикладі відеоматеріалів та завдань).	90-100
	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації, але з певними помилками (відеозвіт). Достатній рівень володіння теоретичними знаннями (за рахунок складання онлайн-тестування на платформі MOODLE). Достатній рівень оцінки ситуації щодо стану здоров'я та самостійного прийняття рішення у критичній ситуації (на прикладі відеоматеріалів та завдань).	74-89
	Володіння засобами та демонстрація практичних навичок з фізичної реабілітації містить не грубі помилки (відеозвіт). Володіння засобами та демонстрація практичних навичок на мінімальному рівні. Мінімальний рівень володіння теоретичними знаннями (за рахунок складання онлайн-тестування на платформі MOODLE).	60-73
	Рівень володіння засобами (відеозвіт) та теоретичними знаннями з фізичної реабілітації незадовільний (за рахунок складання онлайн-тестування на платформі MOODLE)	<60
Практичні заняття в умовах змішаної форми навчання	Сукупність вимог очної та дистанційної форм навчання	60-100

7 ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Технічні засоби навчання та спортивне обладнання.

Дистанційна платформа Moodle.

На навчальних заняттях під час дистанційної форми студенти повинні мати: ґаджети з можливістю підключення до Інтернету; перевірений доступ до застосунків Microsoft Office: Teams, Moodle; інстальований на ПК та /або мобільних ґаджетах; активований акаунт університетської пошти (student.i.p.@nmu.one) на Офіс365.

8 РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

8.1. ОСНОВНА

1. Евтушенко С. К. Дисплазия соединительной ткани в неврологии и педиатрии (клиника, диагностика и лечение). Руководство для врачей / С. К. Евтушенко, Е. В. Лисовский, О. С. Евтушенко. – Донецк : Издатель Заславский А. Ю., 2009. – 372 с.

2. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина : підручник / Клапчук В. В., Дзяк Г. В., Муравов І. В. [та ін.] ; за ред. В. В. Клапчука, Г. В. Дзяка. – К. : Здоров'я, 1995. – 312 с.

3. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина : вибрані лекції для студентів / Абрамов В. В., Клапчук В. В., Смирнова О. Л. [та ін.] ; за ред. проф. В. В. Клапчука. – Дніпропетровськ : Медакадемія, 2006. – 179 с.

4. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина : тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів ІУ рівнів акредитації : навчальний посібник / Абрамов В. В., Клапчук В. В., Магльований А. В. [та ін.] ; за ред. проф. В. В. Клапчука та проф. А. В. Магльованого. – Дніпропетровськ : Медакадемія, 2006. – 124 с.

5. Мухін В. М. Фізична реабілітація / Мухін В. М. – Видання третє, перероблене та доповнене. – К. : Олімпійська література, 2009. – 488 с.

6. Романчук О. П. Лікарсько-педагогічний контроль в оздоровчій фізичній культурі : навч.-метод. посібник / О. П. Романчук. – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2010. – 206 с.

7. Соколовський В. С. Лікувальна фізична культура : [підручник] / В. С. Соколовський, Н. О. Романова, О. П. Юшковська. – Одесса : Одес. держ. мед. ун-т, 2005. – 234 с. – (Бібліотека студента-медика).

8.2. ДОДАТКОВА

8. 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.

9. 2.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.

10. 3.Sports cardiology essentials / C. E. Lawless, M. J. Ackerman, Ahmed S. [et al.]. – New York : Springer, 2011. – 412 p.

11. 4.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.

12. 5.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.

Навчальне видання

РОБОЧА ПРОГРАМА ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Основи самозахисту» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня усіх ОПП ЗВО усіх галузей знань

Розробники:

Вілянський Володимир Миколайович
Чернігівська Світлана Анатоліївна

В редакції авторів

Підготовлено до виходу в світ
у Національному технічному університеті
«Дніпровська політехніка».
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру ДК № 1842
49005, м. Дніпро, просп. Д. Яворницького, 19