

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ДАНИЛА ГАЛИЦЬКОГО

Кафедра фізичного виховання і спортивної медицини

ЗАТВЕРДЖУЮ

Черний проректор з науково-
методичної роботи
доцент Трина СОЛОНІНКО



2023 р.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕРАПЕВТИЧНІ ВПРАВИ

ОК 19

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
галузі знань 22 «Охорона здоров'я»
спеціальності 227 «Терапія та реабілітація»
спеціалізація 227.02 «Ерготерапія»

Обговорено та ухвалено
на методичному засіданні кафедри
Ольга Кунинець
Протокол № 5
від "16" *квітня* 2023 р.
Завідувач кафедри
доцент Ольга КУНИНЕЦЬ
Ольга Кунинець

Затверджено
профільною методичною комісією
з спеціальності «Терапія та реабілітація»
Протокол № 3
від "16" *квітня* 2023 р.
Голова профільної методичної комісії
професор Лук'ян АНДРІЮК *Лук'ян Андріюк*

РОЗРОБНИКИ ПРОГРАМИ: к.мед.н., доцент Магльована Г.М, к.мед.н., доцент Леонт'єва З.Р., ас. Марусяк С.В. під загальною редакцією завідувача кафедри фізичного виховання та спортивної медицини к.біол.н., доцента Кунинець О.Б.

РЕЦЕНЗЕНТИ:

Дутка Роман
Ярославович д.мед.н., професор, завідувач кафедри пропедевтики внутрішньої медицини Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького

Бичков Микола
Анатолійович д.мед.н., професор, професор кафедри терапії №1 і медичної діагностики ФПДО Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького

ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни

ОК 19 «Терапевтичні вправи» складена відповідно до Стандарту вищої освіти України (далі – Стандарт) першого (бакалаврського) рівня

галузі знань 22 «Охорона Здоров'я»

спеціальності 227 «Терапія та реабілітація»

спеціалізація 227.02 «Ерготерапія»

рівень вищої освіти Перший (бакалаврський) рівень

ступінь вищої освіти Бакалавр

Опис навчальної дисципліни (анотація). «Терапевтичні вправи» є ознайомлення студентів з основними формами і засобами лікувальної фізичної культури як основного методу фізичної терапії, ерготерапії, сформуванню системи 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.

«Терапевтичні вправи» в вищих медичних закладах України є невід'ємною частиною гуманітарного виховання студентів, формування загальної та професійної культури особистості майбутнього спеціаліста.

За час навчання важливо сформуванню у студентів всебічний комплексний підхід при фізичному та психічному обстеженні пацієнтів з використанням різноманітних методів діагностики.

Медичні ВНЗ повинні готувати всебічно-розвинених спеціалістів, які б володіли теоретичними знаннями та практичними навичками і вміннями застосування різноманітних засобів, отримання поняття про індивідуальну програму реабілітації та правила її складання.

| Структура навчальної дисципліни | Кількість кредитів, годин, з них | | | Рік навчання семестр | Вид контролю | |
|---|----------------------------------|---------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|-------|
| | Всього | Аудиторних | | | | СРС |
| | | Лекцій (год.) | Практичних занять (год.) | | | |
| Назва дисципліни: Терапевтичні вправи | 5 кредитів / 150 год. | 16 | 60 | 74 | II курс (3-4 семестр) | Іспит |

Предметом вивчення навчальної дисципліни «Терапевтичні вправи» є основні форми і засоби лікувальної фізичної культури як основного методу фізичної терапії, ерготерапії, формування системи знань про вплив фізичних навантажень на організм.

Міждисциплінарні зв'язки: «Терапевтичні вправи», як навчальна дисципліна базується на вивченні студентами анатомії та фізіології людини, медичної біології, біологічної хімії, пропедевтики внутрішньої медицини, ряду профільних дисциплін, таких як терапія, хірургія, травматологія, фізичне виховання що інтегрується з цими дисциплінами; закладає основи нормування фізичної активності в комплексному лікуванні захворювань, профілактиці їх загострень і ускладнень, травм, відновленні належної якості життя хворого поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності; забезпечує впровадження сучасних методів діагностики в систему медичного моніторингу; контроль за функціональним станом організму, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами

та формування умінь застосувати знання з фізичної реабілітації осіб в процесі подальшого навчання й у професійній діяльності.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни:

1.1. Метою навчальної дисципліни 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.

Кінцева мета навчальної дисципліни «Терапевтичні вправи» вищих медичних навчальних закладів впливає із мети освітньої та професійної підготовки випускників вищого медичного навчального закладу та визначається змістом теоретичних знань, методичної підготовки, практичних умінь і навичок, якими повинен оволодіти спеціаліст.

Студент оволодіває обов'язковими практичними навичками:

- 1.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.
- 2.Аналізувати покази та протипокази до застосування терапевтичних вправ у хворих з різноманітними порушеннями.
- 3.Знати 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.
- 4.Здійснювати вибір найбільш ефективних засобів ФР з урахуванням клінічного перебігу захворювання (фази, стадії, ступеня функціональних розладів), супутньої патології, а також відповідно до індивідуальних особливостей організму: віку, статі, функціональних здібностей, рівня фізичної підготовки та толерантності до фізичних навантажень.
- 5.Вміти оцінювати ефективність застосування терапевтичних вправ в процесі відновного лікування.

Результати навчання – сукупність знань, умінь, навичок, інших компетентностей, набутих особою у процесі навчання, які можна ідентифікувати, кількісно оцінити та виміряти.

У результаті вивчення дисципліни «Терапевтичні вправи» студент повинен:

I. Оволодіти сучасними знаннями щодо:

- механізмів лікувальної дії фізичних вправ;
- основних форм та засобів, рухових режимів на різних етапах реабілітаційного процесу;
- правил дозування та контролю фізичних навантажень;
- методів контролю за станом людини при виконанні фізичних вправ;
- особливостей терапевтичних вправ в залежності від захворювання та віку.

II. Вміти застосовувати знання у практичних ситуаціях:

- 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.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни:

Для досягнення мети фізичного виховання студентів передбачається комплексне вирішення наступних задач:

- сформулювати 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;
- сформулювати вміння розробляти комплекси лікувальної гімнастики при різних захворюваннях для людей різного віку;
- навчити контролювати стан людини при виконанні фізичних вправ;
- сформулювати вміння оцінювати ефективність проведених курсів терапевтичних вправ.

1.3 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**:

- інтегральні:

Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психолого- педагогічних наук.

- Загальні компетентності спеціальності (ЗК):

ЗК 01. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК 02. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

ЗК 03. Навички міжособистісної взаємодії.

ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 08. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 09. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 10. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.

ЗК 11. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 13. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК 14. Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

ЗК 15. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її 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.

- фахові компетентності спеціальності (ФК):

ФК 04. Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії.

ФК 10. Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану

пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами та документувати отримані результати.

ФК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

ФК 14. Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.

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

Матриця компетентностей

| № | Компетентність (Класифікація компетентностей за НРК) | Знання | Уміння/ | Комунікація | Автономія та відповідальність |
|--|---|--|---|---|--|
| Інтегральна компетентність | | | | | |
| Здатність вирішувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми, пов'язані з фізичною терапією та ерготерапією, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням положень, теорій та методів медико-біологічних, соціальних, психолого-педагогічних наук. | | | | | |
| Загальні компетентності | | | | | |
| ЗК1. | Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. | Знати законодавчі та системоутворючі документи, що регулюють професійну діяльність. | Дотримуватись законодавства, уміти враховувати чинники які впливають на професійну діяльність фізичного терапевта та ерготерапевта. | Здатність обмінюватися інформацією про законодавчі чинники що впливають на професійну діяльність фізичного терапевта та ерготерапевта. | Бути відповідальним за власні професійні рішення, дотримання рамок професійної діяльності. |
| ЗК 2. | Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) | Знати законодавчі документи, що стосуються охорони здоров'я, соціального захисту, освіти, фізичного виховання. | Дотримуватись законодавства, моральних норм, професійної етики; вміти отримувати згоду пацієнта/клієнта або опікунів на проведення заходів фізичної терапії, ерготерапії. | Проявляти повагу до пацієнта/клієнта; проявляти емпатію; дотримуватись ефективного спілкування; сприймати та поважати потребу пацієнта/клієнта у спілкуванні. | Бути відповідальним за власні професійні рішення, дотримання етичних та юридичних вимог. |
| ЗК 3. | Навички міжособистісної взаємодії | Знати методи вербального та невербального спілкування з пацієнтами / клієнтами у різних станах, опікунами, членами сім'ї, близькими та усіма учасниками реабілітаційного | Вміти враховувати чинники, які можуть впливати на ефективність спілкування: використовувати відкриті і закриті питання; визначати і | Продемонструвати навички уважного слухача та уміння правильно поставити запитання; виразити письмову інформацію зрозумілою | Бути відповідальним при дотриманні етичних та юридичних вимог, критично аналізувати свої комунікативні |

| | | | | | |
|-------|---|---|--|---|---|
| | | процесу. | інтерпретувати невербальні сигнали спілкування; спілкуватися професійно та зрозуміло з пацієнтами/ клієнтами, опікунами, членами сім'ї, близькими та усіма учасниками реабілітаційного процесу ; перевіряти чи пацієнт/клієнт розуміє надану інформацію. | мовою. | уміння та удосконалювати навички спілкування. |
| ЗК 6. | Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово | Мати досконалі знання державної мови | Вміти застосовувати знання державної мови, як усно так і письмово | Використовувати при фаховому та діловому спілкуванні та при підготовці документів державну мову. | Нести відповідальність за володіння державною мовою на належному рівні |
| ЗК 8. | Здатність планувати та управляти часом | Знати основи менеджменту | Вміти застосовувати принципи організаційного управління | Користуватися засобами комунікації | Відповідально застосовувати принципи організаційного управління |
| ЗК 9 | Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій | Мати знання в галузі інформаційних технологій, що застосовуються у професійній діяльності | Вміти використовувати інформаційно-комунікаційні технології у професійній діяльності | Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні та комунікаційні технології у професійній діяльності | Нести відповідальність за розвиток професійних знань та компетентностей |
| ЗК 10 | Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел | Знати принципи науково-доказової практики; сучасні методи пошуку інформації; роботи з бібліотечними та інформаційними ресурсами | Вміти використовувати традиційні та новітні інформаційно-комунікаційні технології; вибирати доступні ресурси, такі, як електронні бази даних; демонструвати використання критичного підходу під час | Встановлювати відповідні зв'язки для досягнення цілей; використовувати бібліотечні й інформаційно-комунікаційні технології. | Здатність працювати автономно, нести відповідальність за достовірність зібраної інформації. |

| | | | | | |
|-------|---|--|---|--|---|
| | | | процесу інтерпретації інформації | | |
| ЗК 11 | Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями | Знати методи пошуку навчальних ресурсів та баз даних, принципів форм і методів 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. |
| ЗК 12 | Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях | Знати свої соціальні та громадські права та обов'язки | Формувати свою громадянську свідомість, вміти діяти відповідно до неї | Здатність донести свою громадську та соціальну позицію | Відповідати за свою громадянську позицію та діяльність |
| ЗК 13 | Здатність діяти соціально відповідально та свідомо | Знати соціальні норми природу і суспільство | Вміти використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя | Чітко доносити особисту позицію | Мати свою особисту позицію та діяльність; відповідати за прийняття рішень у складних умовах. |
| ЗК 14 | Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (вільного демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, | 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 | Здатність донести свою позицію до фахівців та нефахівців; ефективно формувачі комунікаційну стратегію у професійній діяльності | Відповідати за свою професійну позицію та діяльність; відповідати за прийняття рішень у складних умовах. |

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| | верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. | | у межах посадових обов'язків та професійної компетентності. | | |
| ЗК 15 | Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її 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. | Знати історію розвитку предметної області, її місце у загальній системі знань про природу і суспільство | Вміти використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя | Розробляти заходи щодо збереження моральних, культурних, наукових цінностей і досягнень суспільства; взаємодіяти з відповідними структурами у розв'язанні соціальних проблем | Нести відповідальність за збереження та примноження моральних, культурних, наукових цінностей і досягнень суспільства |
| Спеціальні (фахові) компетентності | | | | | |
| ФК 4. | Здатність враховувати медичні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти у практиці фізичної терапії, ерготерапії | Знати основи патології, патофізіології, соціології, психології, педагогіки, фізичної терапії, ерготерапії; 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. |
| ФК 10 | Здатність проводити оперативний, поточний та етапний | Спеціалізовані концептуальні знання, що включають сучасні наукові здобутки у | Здатність розв'язувати проблеми у нових або незнайомих | Зрозуміле і недвозначне донесення власних знань, висновків та | Управління робочими або навчальними процесами, які є складними, |

| | | | | | |
|--------|--|---|--|--|--|
| | контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами та документувати отримані результати. | сфері професійної діяльності або галузі знань і є основою для оригінального мислення та проведення досліджень | середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності | аргументації до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються | непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів |
| ФК 11. | Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов | Знати види та способи адаптації, принципи дії в новій ситуації | Вміти застосовувати засоби саморегуляції, вміти пристосовуватися до нових ситуацій (обставин) життя та діяльності; підбирати та змінювати засоби, методи і форми фізичної терапії, ерготерапії відповідно до змінних умов. | Встановлювати відповідні зв'язки з членами мультидисциплінарної команди, пацієнтом чи опікунами для досягнення результату. | Бути відповідальним за своєчасне використання методів саморегуляції |
| ФК 14. | Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії | Критичне осмислення проблем у галузі та на межі галузей знань | Здатність розв'язувати проблеми у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності | Використання іноземних мов у професійній діяльності | Відповідальність за внесок до професійних знань і практики та/або оцінювання результатів діяльності команд та колективів |

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

Розподіл результатів навчання за видами навчальної діяльності

| Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач | Програмні результати навчання | Найменування навчальних дисциплін, практик |
|--|-------------------------------|--|
|--|-------------------------------|--|

| | | |
|---------------------------------|---------------|---------------------|
| ЗК 1-3, 6,8-15 ФК 4,10,11,14 | ПР 4-7, 14,17 | Терапевтичні вправи |
|---------------------------------|---------------|---------------------|

Інтегративні кінцеві програмні результати навчання, формуванню яких сприяє навчальна дисципліна:

ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 05. Надавати долікарську допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі; вибирати оптимальні методи та засоби збереження життя.

ПР 06. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі, трактувати отриману інформацію.

ПР 07. Трактувати інформацію про наявні у пацієнта/клієнта порушення за Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я (МКФ) та Міжнародною класифікацією функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ ДП).

ПР 14. Безпечно та ефективно використовувати обладнання для проведення реабілітаційних заходів, контролю основних життєвих показників пацієнта, допоміжні технічні засоби реабілітації для пересування та самообслуговування.

ПР 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій, та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 150 години (16 лекцій, 60 годин практичних занять, 74 годин самостійної роботи студентів) 5 кредитів ЄКТС.

3. Структура навчальної дисципліни «Терапевтичні вправи»

| Тема | Лекції | Практичні заняття | СРС | Інд. Робота |
|--|--------|-------------------|-----|-------------|
| Тема 1. Історія розвитку та становлення до терапевтичних вправ | 2 | 4 | 6 | - |
| Тема 2. Вплив фізичних навантажень на організм людини | - | 4 | - | - |
| Тема 3. Форми терапевтичних вправ | 2 | 4 | 18 | - |
| Тема 4. Засоби терапевтичних вправ | - | 4 | 4 | - |
| Тема 5. Застосування природних факторів в терапевтичних вправах | 2 | 4 | - | - |
| Тема 6. Оцінка ефективності застосування терапевтичних вправ | - | 4 | 4 | - |
| Тема 7. Лікувальна гімнастика: методи, вимоги | 2 | 4 | 8 | - |
| Тема 8. Механотерапія | - | 4 | - | - |
| Тема 9. Форми та засоби терапевтичних вправ при захворюваннях опорно-рухового апарату | 2 | 4 | 8 | - |
| Тема 10. Особливості терапевтичних вправ при захворюваннях периферичної нервової системи | - | 4 | 4 | - |

| | | | | |
|---|-----------|-----------|-----------|--------------|
| Тема 11. Методики терапевтичних вправ при захворюваннях центральної нервової системи | 2 | 4 | 6 | - |
| Тема 12. Терапевтичні вправи при захворюваннях серцево-судинної системи | 2 | 4 | 4 | - |
| Тема 13. Терапевтичні вправи при захворюваннях дихальної системи. Дихальні гімнастики | - | 4 | - | - |
| Тема 14. Терапевтичні вправи при захворюваннях органів травлення | 2 | 4 | 8 | - |
| Тема 15. Терапевтичні вправи при порушеннях обміну речовин | - | 4 | 4 | - |
| Усього годин 150/ 5 кредитів ECTS | 16 | 60 | 74 | - |
| Підсумковий контроль | | | | Іспит |

4. Теми практичних занять

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|---------------------|---|-----------------|
| 1 | Історія розвитку та становлення до терапевтичних вправ | 4 |
| 2 | Вплив фізичних навантажень на організм людини | 4 |
| 3 | Форми терапевтичних вправ | 4 |
| 4 | Засоби терапевтичних вправ | 4 |
| 5 | Застосування природних факторів в терапевтичних вправах | 4 |
| 6 | Оцінка ефективності застосування терапевтичних вправ | 4 |
| 7 | Лікувальна гімнастика: методи, вимоги | 4 |
| 8 | Механотерапія | 4 |
| 9 | Форми та засоби терапевтичних вправ при захворюваннях опорно-рухового апарату | 4 |
| 10 | Методики терапевтичних вправ при захворюваннях центральної нервової системи | 4 |
| 11 | Особливості терапевтичних вправ при захворюваннях периферичної нервової системи | 4 |
| 12 | Терапевтичні вправи при захворюваннях серцево-судинної системи | 4 |
| 13 | Терапевтичні вправи при захворюваннях дихальної системи. Дихальні гімнастики | 4 |
| 14 | Терапевтичні вправи при захворюваннях органів травлення | 4 |
| 15 | Терапевтичні вправи при порушеннях обміну речовин | 4 |
| Всього годин | | 60 |

5. Тематичний план самостійної роботи студентів

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|--------------------|---|-----------------|
| 1 | Законодавча база лікувальної фізкультури в Україні. | 6 |
| 2 | Спортивно-прикладні вправи. | 6 |
| 3 | Теренкур. | 4 |
| 4 | Прогулянки. | 4 |
| 5 | Ближній туризм. | 4 |
| 6 | Тракційна терапія. | 4 |
| 7 | Фізкультурні масові виступи, екскурсії тощо в практиці виконання терапевтичних вправ. | 4 |
| 8 | Аутогенні тренування в практиці виконання терапевтичних вправ. | 8 |
| 9 | Особливості терапевтичних вправ при порушеннях постави. | 8 |
| 10 | Методика проведення дихальних вправ. | 6 |
| 11 | Методика проведення вправ дренажної гімнастики | 8 |
| 12 | Дихальна гімнастика Стрельникової. | 8 |
| 13 | Терапевтичні вправи при ожирінні. | 4 |
| Разом годин | | 74 |

6. Тематичний план лекцій

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|---------------------|--|-----------------|
| 1 | Вступ. Предмет і завдання дисципліни «Терапевтичні вправи». Вплив фізичних навантажень на організм людини. Рухові режими. | 2 |
| 2 | Засоби для проведення терапевтичних вправ. Форми і методи лікувальної фізичної культури | 2 |
| 3 | Оцінка ефективності застосування терапевтичних вправ. Лікувальна гімнастика – основна форма терапевтичних вправ | 2 |
| 4 | Гідрокінезитерапія. Працетерапія. Механотерапія | 2 |
| 5 | Терапевтичних вправи при захворюваннях і травмах опорно-рухового апарату | 2 |
| 6 | Терапевтичні вправи при захворюваннях центральної нервової системи. Особливості терапевтичних вправ при захворюваннях периферичної нервової системи. | 2 |
| 7 | Терапевтичні вправи при захворюваннях серцево-судинної системи. Терапевтичні вправи при захворюваннях дихальної системи | 2 |
| 8 | Терапевтичні вправи при захворюваннях органів травлення. Терапевтичні вправи при порушеннях обміну речовин | 2 |
| Всього годин | | 16 |

7. Індивідуальні завдання – немає

8. Методи навчання

Методи використання слова. Основними видами словесної передачі знань у процесі вивчення дисципліни «Терапевтичні вправи»: пояснення, розповідь і бесіда (бесіди вступні; бесіди, спрямовані на повідомлення нових знань, і бесіди для перевірки засвоєних знань і ступеня усвідомленості студентами своїх дій).

Методи забезпечення наочності. До цієї групи методів навчання відносяться показ рухів у натурі або у виді зображень, що сприймаються безпосередньо спостереження. Вивчення функціональних проб завжди супроводжується наочною їх демонстрацією викладачем або студентами із безпосереднім контролем викладача. Демонстрація завжди супроводжується поясненням. Причому слово в цьому випадку відіграє допоміжну роль. В основному в навчальній роботі застосовується демонстрація засобу лікувальної фізкультури у вигляді фізичної вправи самим викладачем або кимось з студентів. Показ може передувати поясненню, супроводжуватися поясненням або виконуватися після пояснення. Демонстрація досягає мети в тому випадку, якщо рух, який показують, гарно видно всім учням, якщо воно виконано технічно правильно, якщо попередньо організовано і правильно спрямована увага учнів.

Методи практичних вправ. У теорії і практиці термін «вправа» вбирає в себе два різних поняття: а) засіб фізичної реабілітації, тобто спеціально організована рухова дія; б) метод застосування засобів, суть якого полягає в навмисному, найчастіше багаторазовому повторенні визначених рухових дій з метою нормування фізичної активності в комплексному лікуванні захворювань, профілактиці їх загострень і ускладнень, відновленні належної якості життя хворої особи.

9. Методи контролю

Засвоєння програми «Терапевтичні вправи» забезпечується цілісною системою контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль.

Формами і методами поточного контролю є формування студентами комплексів фізичних вправ при різних патологічних процесах, опитування студентів, виконання практичних навичок, функціональних проб, тестів й інші.

Самостійна робота студентів, яка передбачена робочою навчальною програмою поряд з практичними заняттями контролюється під час поточного контролю. Форма підсумкового контролю – іспит.

Критерії оцінювання. Іспит отримують студенти після завершення викладання навчальної дисципліни, які повністю виконали вимоги передбачені навчальною програмою. Успішність студентів 1 курсу оцінюється за традиційною 4-ри бальною шкалою. При цьому враховуються усі види робіт, передбачені навчальною програмою. Студент має отримати оцінку з кожної теми. Форми оцінювання поточної навчальної діяльності мають бути стандартизованими і включати контроль теоретичної та практичної підготовки. Виставлені за традиційною шкалою оцінки конвертуються у бали.

10. Поточний контроль здійснюється під час проведення навчальних занять і має на меті перевірку засвоєння студентами навчального матеріалу.

10.1. Оцінювання поточної навчальної діяльності. Під час оцінювання засвоєння кожної теми за поточну навчальну діяльність студенту виставляються оцінки за 4-ри бальною (національною), при цьому враховуються усі види робіт, передбачені програмою дисципліни. Студент має отримати оцінку з кожної теми для подальшої конвертації оцінок у бали за багатобальною (200-бальною) шкалою.

11. Форма підсумкового контролю успішності навчання – іспит. Семестровий залік з дисциплін проводиться після закінчення її вивчення, до початку екзаменаційної сесії.

Формою підсумкового контролю є екзамен:

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент за поточну навчальну діяльність за семестр для допуску до екзамену становить 120 балів.

Мінімальна кількість балів, яку повинен набрати студент за поточну навчальну діяльність за семестр для допуску до екзамену становить 72 бали.

Розрахунок кількості балів проводиться на підставі отриманих студентом оцінок за традиційною шкалою під час вивчення дисципліни, шляхом обчислення середнього арифметичного (СА), округленого до двох знаків після коми.

Отримана величина конвертується у бали за багатобальною шкалою таким чином:

$$x = \text{СА} \times 120/5$$

Для зручності наведено таблицю перерахунку за 200-бальною шкалою:

Таблиця 1

| | | | | | | | |
|----------------|------------------|----------------|------------------|----------------|------------------|----------------|------------------|
| 4-бальна шкала | 200-бальна шкала | 4-бальна шкала | 200-бальна шкала | 4-бальна шкала | 200-бальна шкала | 4-бальна шкала | 200-бальна шкала |
| 5 | 120 | 4.45 | 107 | 3.91 | 94 | 3.37 | 81 |
| 4.95 | 119 | 4.41 | 106 | 3.87 | 93 | 3.33 | 80 |
| 4.91 | 118 | 4.37 | 105 | 3.83 | 92 | 3.29 | 79 |
| 4.87 | 117 | 4.33 | 104 | 3.79 | 91 | 3.25 | 78 |
| 4.83 | 116 | 4.29 | 103 | 3.74 | 90 | 3.2 | 77 |
| 4.79 | 115 | 4.25 | 102 | 3.7 | 89 | 3.16 | 76 |
| 4.75 | 114 | 4.2 | 101 | 3.66 | 88 | 3.12 | 75 |
| 4.7 | 113 | 4.16 | 100 | 3.62 | 87 | 3.08 | 74 |
| 4.66 | 112 | 4.12 | 99 | 3.58 | 86 | 3.04 | 73 |
| 4.62 | 111 | 4.08 | 98 | 3.54 | 85 | 3 | 72 |
| 4.58 | 110 | 4.04 | 97 | 3.49 | 84 | Менше 3 | Недостатньо |
| 4.54 | 109 | 3.99 | 96 | 3.45 | 83 | | |
| 4.5 | 108 | 3.95 | 95 | 3.41 | 82 | | |

Ранжування з присвоєнням оцінок „А”, „В”, „С”, „D”, „Е” проводиться для студентів даного курсу, які навчаються за однією спеціальністю і успішно завершили вивчення дисципліни. Студенти, які одержали оцінки FX, F («2») не вносяться до списку студентів, що ранжуються. Студенти з оцінкою FX після перескладання автоматично отримують бал „Е”.

| Оцінка ECTS | Статистичний показник |
|-------------|-------------------------|
| A | Найкращі 10 % студентів |
| B | Наступні 25 % студентів |
| C | Наступні 30 % студентів |
| D | Наступні 25 % студентів |
| E | Останні 10 % студентів |

13. Методичне забезпечення: плани практичних занять, завдання для самостійної роботи, тести поточного студентів, кистьові динамометри, сантиметрові стрічки, спірометри, підручники, навчальні посібники, методичні рекомендації, методичні вказівки і т.ін.

14. ЛІТЕРАТУРА

О с н о в н а

1. Вакуленко Л.О. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії в таблицях, схемах, рисунках: навчальний посібник. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка. 2018. 113 с.
2. Козак Д.В. Лікувальна фізична культура [Текст] : посібник / Д. В. Козак, Н. О. Давибіда. — Тернопіль : Укрмедкнига, 2018. — 108 с.
3. Терапевтичні вправи: навчальний посібник / Ольга Єжова, Катерина Тимрук-Скоропад, Любов Ціж, Ольга Ситник – Житомир, ПП "Євро-Волинь", 2021. – 150 с.

4. Фізична реабілітація, спортивна медицина : Підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів / В. В. Абрамов, В. В. Клапчук, О. Б. НеханевичА.В. Магльований [та ін.] ; за ред. проф. В. В. Абрамова та доц. О. Л. Смирнової. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с.
5. Exercise for Cardiovascular Disease Prevention and Treatment [Електронний ресурс] : From Molecular to Clinical, Part 2 / edited by Junjie Xiao. — 1st ed. 2017. — Singapore : Springer Singapore, 2017. — VII, 387 p.

Д о д а т к о в а

1. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина: Тестові завдання для контролю знань студентів медичного та стоматологічного факультетів вищих медичних навчальних закладів IV рівнів акредитації (Навчальний посібник) / Абрамов В.В., Клапчук В.В., Магльований А.В., Смирнова О.Л., та ін.; за ред. проф. В.В. Клапчука та проф. А.В. Магльованого. — Дніпропетровськ: Мед. академія, 2006. — 124 с.
2. Медична та соціальна реабілітація [Текст] : Навчальний посібник для молодших спеціалістів медицини, реабілітологів та лікарів загальної практики / За заг. ред. І.Р. Мисули, Л.О. Вакуленко. — Тернопіль : Укрмедкнига, 402 с.
3. Dias, Gonalo Nuno Figueiredo. Active Ageing and Physical Activity [Електронний ресурс] : Guidelines, Functional Exercises and Recommendations / G. N. F. Dias, M. S. Couceiro ; by Gon?alo Nuno Figueiredo Dias, Micael Santos Couceiro. — 1st ed. 20

Інформаційні ресурси

- https://drive.google.com/file/d/1kbf_1EYGq6zCrwnf4aoT0wU54uN4bc6h/view
- zakon.rada.gov.ua/go/1556-18
- <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719473>
- <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719427>
- dsmsu.gov.ua/index/ua/material/16894
- sportbuk.com/.../proekt-novoho-zakonu-ukraji...
- <http://uareferat.com>
- <http://www.lnu.edu.ua/faculty/sport/img>
- mdu.edu.ua/spaw2/uploads/files/19_4.pd
- elibrary.kubg.edu.ua/.../Lyashenko_Tumanova
- www.sworld.com.ua/index.php/ru/pedagogy.../18194-213-923
- <http://lp.edu.ua/node/1347>
- zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06
- ua.textreferat.com/referat-664.html
- www.ukrreferat.com/index.php?referat=61901
- elartu.tntu.edu.ua/handle/123456789/883
- [nbuv.gov.ua/.../VchdpuPN_2013_112\(1\)_24](http://nbuv.gov.ua/.../VchdpuPN_2013_112(1)_24)
- studme.com.ua/.../programmno-normativnye_o...