

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ДАНИЛА ГАЛИЦЬКОГО

Кафедра фізичного виховання і спортивної медицини



ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Персональний тренінг

ВБ 4.9

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

Обговорено та ухвалено
на методичному засіданні кафедри
фізичного виховання і спортивної
медицини

Протокол № 5
від "16" листопада 2023 р
Завідувач кафедри

доцент Ольга КУНИНЕЦЬ

Затверджено
профільною методичною комісією
з терапії та реабілітації

Протокол № 3
від "16" листопада 2023 р
Голова профільної методичної
комісії з терапії та реабілітації
професор Лук'ян АНДРІЮК

РОЗРОБНИКИ ПРОГРАМИ: д.біол.н., професор **А.В. Магльований**, завідувач кафедри к.біол.н., доцент **О.Б. Кунинець**, к.б.н., доцент **В.П. Хомишин**, к.н. з фізвиховання і спорту, доцент **О.Ю. Іваночко**, ст. викладач **Н.В. Киван – Мультан**, викладач **Х.П. Кравець**,

РЕЦЕНЗЕНТИ:

завідувач кафедри фізичного виховання і спорту Національного університету “Львівська Політехніка” доктор педагогічних наук, професор **В.М. Корягін**;
професор кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту Львівського державного університету фізичної культури к. пед. н., професор **М.М. Линець**.

ВСТУП

Робоча навчальна програма вивчення вибіркової дисципліни
ВБ 4.9. «Персональний тренінг»
відповідно до Стандарту вищої освіти першого (бакалавратського) рівня
галузі знань 22 Охорона здоров'я
спеціальність 227 Терапія та реабілітація
спеціалізація 227.02 Ерготерапія
кваліфікація освітня: Бакалавр терапії та реабілітації
за спеціалізацією: Ерготерапія
кваліфікація професійна: Асистент ерготерапевта

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ (АНОТАЦІЯ).

Вибіркова навчальна дисципліна «Персональний тренінг» спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, здатності виявляти та ефективно розв'язувати складні спеціалізовані та наукові задачі і практичні проблеми у сфері персонального тренінгу. Дисципліна теоретично та практично готує студентів до опанування основ планування індивідуального тренування осіб, оцінки стану їх здоров'я та рівня фізичної підготовленості, особливостей способу життя та факторів ризику, з урахуванням їх фізичного розвитку, фізичних якостей. Поглиблення знань теоретичної і психологічної підготовки. Визначення засобів і методів оцінки та контролю. Базується на теоретичних знаннях, практичних уміннях і навиках, засвоєних при засадах суспільних (соціологія, психологія, культура) і природничих (біологія, фізика, хімія, гігієна, основи анатомії і фізіології) наук, закладає основи формування студентами умінь та навичок, які визначаються кінцевими цілями вивчення «Персональний тренінг», як вибіркової навчальної дисципліни та можуть бути використані при вивченні фізичної реабілітації, спортивної медицини, мануальної терапії та інших дисциплін у майбутній професійній діяльності.

Структура навчальної дисципліни	Кількість кредитів, годин, з них			Рік навчання семестр	Вид контролю	
	Всього	Аудиторних				СРС
		Лекцій (годин)	Практичних занять (год.)			
Назва дисципліни: Персональний тренінг	3 кредитів / 90 год.	0	40	50	4 курс (7/8 семестри) залік	

Предметом вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Персональний тренінг» є опанування знань та вмінь, що дадуть можливість розробляти персональні програми оздоровчої та реабілітаційної спрямованості, встановлення загальних закономірностей впливу засобів фізичних вправ на організм людини, корекція та оптимізація їх застосування для забезпечення високого рівня соматичного здоров'я.

Міждисциплінарні зв'язки: нормальна анатомія, нормальна фізіологія, патологічна фізіологія, біохімія, медична біологія, спортивна медицина, мануальна терапія, неврологія, філософія, психологія.

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ:

1.1. Викладання навчальної дисципліни «Персональний тренінг» є формування у майбутніх бакалаврів базових знань та вмінь щодо роботи на посаді асистент ерготерапевта. Основними завданнями вивчення дисципліни «Персональний тренінг» є:

Ознайомлення зі змістом основних нормативних документів щодо функціональних посадових обов'язків асистента ерготерапевта; особливостями і закономірностями складання персональних програм тренувальних занять, підготовка майбутніх фахівців до вимог, які пред'являють роботодавці до кандидатів на посаду асистент ерготерапевта, підготувати майбутніх фахівців до практичної реалізації знань, навичок та умінь, отриманих у процесі засвоєння курсу даної навчальної дисципліни. Згідно з вимогами програми студенти повинні досягти результатів навчання (компетентностей). Викладання вибіркової навчальної дисципліни «Персональний тренінг» є послідовне формування особистості фахівця відповідного рівня освіти у вищих медичних навчальних закладів, підготовка майбутніх фахівців до високопродуктивної праці, а також отримання умінь і навичок для застосування різноманітних засобів фізичної культури в майбутній профілактично-лікувальній діяльності.

Набуття студентом знань та вмінь щодо покращення фізичного розвитку; удосконалення функціонального, фізичного та психофізіологічного стану пацієнта.

Формування здатності використовувати знання, уміння, навички та розуміння для вирішення типових задач діяльності лікаря в галузі охорони здоров'я; оволодіння обов'язковими практичними навичками, технікою виконання основних рухових навичок та умінь.

1.2. Основними завданнями вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Персональний тренінг» є:

- оволодіння методиками оцінки фізичного розвитку, функціонального стану пацієнта;
- отримання студентами необхідних знань, вмінь та навичок в застосуванні засобів фізичної культури для профілактики захворювань, відновлення та зміцнення здоров'я;
- теоретична та практична підготовка студентів до опанування основ планування персонального тренування з урахуванням фізичного розвитку, фізичних якостей, фізичного стану та функціональної підготовленості пацієнтів;
- збереження і зміцнення здоров'я, розвиток й удосконалення психофізичних можливостей;

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 04. Здатність виявляти та вирішувати проблеми.

ЗК 05. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК 08. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт

Фахові компетентності спеціальності (ФК):

ФК 02. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові функції.

ФК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.

ФК 05. Здатність провадити безпечну для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та

нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших галузях медицини.

ФК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.

ФК 09. Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.

ФК 10. Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами (додаток 1) та документувати отримані результати.

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	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.			
<i>Загальні компетентності</i>					
ЗК 04.	Здатність працювати в команді.	Знати методи ефективного спілкування менеджменту командної роботи.	Вміти працювати у команді, дотримуватися меж професійної компетентності, етичних та моральних принципів; демонструвати поведінку, яка сприяє формуванню сприятливої робочої атмосфери.	Здатність обмінюватися інформацією з членами колективу, спілкуватися з ними вербально та невербально; дотримуватися відповідного стилю одягу, спілкування та поведінки.	Бути відповідальним при дотриманні етичних, юридичних та професійних вимог
ЗК 05.	Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.	Знати методи ефективного спілкування, основи менеджменту та управління	Уміти застосовувати знання ефективного спілкування, основи менеджменту та управління, демонструвати поведінку, яка сприяє формуванню мотивації.	Здатність обмінюватися інформацією, спілкуватися вербально та невербально; дотримуватися відповідного стилю одягу, спілкування та поведінки.	Бути відповідальним при формуванні спільної мети та її реалізації.
ЗК 08.	Здатність планувати та управляти часом.	Знати основи менеджменту	Вміти застосовувати принципи організації управління	Користуватися засобами комунікації	Відповідально застосовувати принципи організаційного управління
<i>Спеціальні фахові компетентності (ФК)</i>					
ФК 02.	Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток	Знати анатомію, біомеханіку, фізіологію та біохімію рухової активності, фізичний та	Вміти пояснити анатомічну будову та функції людського організму; описати будову і функції	Здатність ефективно формувати комунікаційну стратегію у професійній діяльності.	Нести відповідальність за своєчасне

	людського організму та його рухові функції.	психічний розвиток людини: процеси, які проходять в організмі під час навчання та контролю рухових <u>функцій</u>	органів та систем організму; пояснити зв'язок між будовою та функцією основних систем людського організму; аналізувати основні рухові функції людини; описати особливості фізичного та психічного розвитку людського організм		набуття сучасних наукових та практичних знань
ФК 03.	Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії.	Основи патології, патофізіології, функціональної анатомії: принципи застосування та вплив засобів та методів фізичної терапії.	Вміти пояснити реакції організму на uszkodження; загальні принципи і механізми процесів погіршення стану здоров'я, відновлення та одужання у контексті практичної діяльності у фізичній терапії, ерготерапії; патологічні процеси, які піддаються корекції заходами фізичної терапії, ерготерапії.	Здатність ефективно формувати комунікаційну стратегію у професійній діяльності	Нести відповідальність за своєчасне набуття сучасних наукових та практичних знань.
ФК 05.	Здатність провадити безпечно для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії, ерготерапії у травматології та ортопедії, неврології та нейрохірургії, кардіології та пульмонології, а також інших галузях медицини.	Знати Закони України про охорону здоров'я, етичний кодекс, нормативні документи, що регламентують професійну діяльність; принцип отримання згоди пацієнта/клієнта на проведення заходів фізичної, ерготерапії; особливості впливу стану пацієнта/клієнта та зовнішнього середовища на безпеку проведення заходів; особливості	Вміти виявляти фактичний і потенційний ризик, небезпеку для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця, відповідним чином реагувати на неї; узагальнювати усі результати обстеження і складати відповідний план професійних дій, враховуючи заходи безпеки та протипокази щодо кожної дії; затюпати неозв'язаність/ризик. мінімізувати їх під час фізичної терапії, ерготерапії; безпечно використовувати обладнання; надати	У разі невизначеності, звертатися по допомогу чи скерувати пацієнта/клієнта до іншого фахівця сфери охорони здоров'я: у тактовній та зрозумілій формі реагувати на небезпечні дії колег.	Бути відповідальним при дотриманні вимог безпеки.

		позиціонування та переміщення	первинну допомогу) при невідкладних станах.		
ФК 08.	Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.	Засоби методи та форми фізичної терапії, ерготерапії	Вміти безпечно та ефективно виконувати програму фізичної терапії, ерготерапії; діяти наполегливо та цілеспрямовано; модифікувати обсяг навантаження, зміст та спрямованість занять в залежності від функціонального, психологічного та когнітивного стану пацієнта; вибирати необхідний рівень допомоги; визначити частоту занять і тривалість курсу фізичної терапії, ерготерапії; координувати реалізацію індивідуальної програми реабілітації з усіма учасниками реабілітаційного процесу; за необхідності корегувати цілі; обговорити реабілітаційний процес з пацієнтом/клієнтом та/або родичами, опікунами, близькими, іншими фахівцями; надати пацієнтам/клієнтам програму для самостійних занять.	У разі невизначеності, звертатися по допомогу чи скеровувати пацієнта/клієнта до інших фахівців; надавати панієнтові/клієнтові вербальні та невербальні підказки, коректуючи виконання вправ/дій. і. при погребі, перефразувати інструкції; взаємодіяти із членами мультидисциплінарної команди, пацієнтом чи опікунами.	Бути відповідальним за ефективність і програми фізичної терапії, ерготерапії.
ФК 09.	Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії та/або ерготерапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.	Знати основи дидактики, теорії та методики фізичної культури, психології: критерії відповідності заходів фізичної терапії, ерготерапії актуальному стану здоров'я функціональним можливостям та	Вміти оцінити функціональні можливості та потреби пацієнта/клієнта: обирати методи впливу 'догляд', враховуючи патологію, функціональні розлади, активність та участь особи, контексті та особливі фактори; організувати індивідуальні та	Налагоджувати обмін досвідом; застосовувати вербальну та невербальну комунікацію з пацієнтом/клієнтом; надавати інформацію в оптимальний спосіб	Нести відповідальність за прийняття рішення щодо відповідності заходів фізичної терапії, ерготерапії

		потребах клієнта/пацієнта.	групові заняття, обирати необхідне обладнання: моніторити стан пацієнта; передбачати та визначати реакцію пацієнта та клієнта на проведення реабілітаційних заходів.		функціональні можливостям та потребам пацієнта/клієнта.
ФК 10.	Здатність проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами (додаток 1) та документувати отримані результати.	Знати форми та методи проведення та реєстрації результатів оперативного, поточного та етапного контролю та станом пацієнта; га/к лієнта; критерії досягнення цілей; особливості коректування цілей та завдані, в залежності від результатів контролю; критерії оцінювання ефективності самостійної діяльності пацієнта/клієнта.	Вміти проводити оперативний, поточний та етапний контроль за станом пацієнта/клієнта та їх документувати їх результати; оцінювати ефективність фізичної терапії, ерготерапії; визначати ставлення пацієнта до отриманих результатів; навчати пацієнта/клієнта застосувати методи самоконтролю: дотримуватися стандартизованих протоколів під час вимірювання результатів; інтерпретувати отримані дані; керувати процесом фізичної терапії, ерготерапії.	Чітко повідомляти про результати контролю при комунікації із членами мультидисциплінарної команди, пацієнтом чи опікунами	Самостійно проводити оперативний та поточний контроль за станом пацієнта/клієнта: бути відповідальним за своєчасне та достовірне проведення контролю стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами, за належне документування отриманих результатів.
ФК 14.	Здатність знаходити шляхи постійного покращення якості послуг фізичної терапії та ерготерапії.	Знати основи менеджменту, принципи науково-доказової практики.	Вміти удосконалювати професійну діяльність відповідно до сучасних науково-доказових даних.	Встановлювати зв'язки для досягнення цілей: спілкуватися вербально та невербально.	Бути відповідальним за дотримання принципів постійно

					го покращення якості реабілітаційних послуг.
--	--	--	--	--	--

РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ:

Розподіл результатів навчання за видами навчальної діяльності

Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач	Програмні результати навчання	Найменування навчальних дисциплін, практик
ЗК 04, ЗК 05, ЗК 08, ФК 02, ФК 03, ФК 05, ФК 08, ФК 09, ФК 10, ФК 14	ПРН 06, ПРН 07, ПРН 08., ПРН 14, ПРН 17	Персональний тренінг

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

Програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 06. Застосовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін та порушених функцій організму, активності та участі (додаток 3), трактувати отриману інформацію.

ПРН 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).

ПРН 08. Діяти згідно з нормативно-правовими вимогами та нормами професійної етики.

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

ПРН 17. Оцінювати результати виконання програм фізичної терапії та ерготерапії, використовуючи відповідний інструментарій (додаток 3), та за потреби, модифікувати поточну діяльність.

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

I. Оволодіти сучасними знаннями щодо:

- розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності;
- техніки виконання основних рухових навичок та умінь;
- навичок самоконтролю за реакціями організму на фізичне навантаження;
- основ здорового способу життя, поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності;
- основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової.
- основ методики оздоровлення і фізичного удосконалювання традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури;

II. Вміти застосовувати знання у практичних ситуаціях:

- основні рухові навичі та уміння;
- комплекс фізичних вправ, що направлений на зміцнення м'язового корсету;
- складанні комплексів фізичних вправ, які сприяють розвитку гнучкості, швидкості; загальної витривалості та сили, комплекси фізичних вправ для відновлення працездатності розумової втоми;
- навички самоконтролю за реакціями організму на фізичне навантаження;
- основи здорового способу життя, поліпшення рівня життя та профілактики порушення функцій в процесі життєдіяльності;
- ефективні види і форми раціональної рухової діяльності;
- основні методики оздоровлення і фізичного удосконалювання традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури;
- виконання тести професійно-прикладної фізичної підготовленості.

2. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

На вивчення навчальної програми вибіркової дисципліни відводиться 3 кредити - 90 год.- 0 год. лекцій / 30 год. пр. / 60 год. СРС

3. СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ВИБІРКОВОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Тема	Лекції	Практичні заняття	СРС	Інд. робота
Тема. 1 Мета та завдання персонального тренінгу. Роль персонального тренера у побудові процесу персонального тренування.	0	2	4	-
Тема 2. Опитування, співбесіда, оцінка рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я. Медичний огляд..	0	2	4	-
Тема 3. Організація та проведення тестування фізичної підготовленості.	0	2	4	-
Тема 4. Основні принципи індивідуалізації тренувального процесу.	0	2	4	-
Тема 5. Розробка тренувальних програм	0	2	4	-
Тема 6. Обробка персональних даних для розробки програми за індивідуальним запитом	0	2	4	-
Тема 7. Персональні програми для вагітних жінок	0	2	4	-
Тема 8. Персональні програми для літніх людей та дітей препубертатного віку.	0	2	4	-
Тема 9 Персональні програми для осіб з порушеннями функції опорно-рухового апарату і травмами. Заняття фізичними вправами з вагітними жінками.	0	2	4	-
Тема 10 Розробка персональних програм для осіб з бойовими травмами.	0	6	2	-
Тема 11. Заняття фізичними вправами з особами літнього віку та дітьми препубертатного віку	0	2	2	-

Тема 12. Заняття з особами з порушеннями функції опорно-рухового апарату і травмами.	0	2	2	-
Тема 13. Розробка персональної тренувальної програми за призначенням.	0	2	2	-
Тема 14. Персональні тренувальні програми для осіб з особливими потребами.	0	4	2	-
Тема 15. Розробка програми персональних тренувань.	0	4	2	-
Тема 16. Розв'язування ситуаційних задач.	0	2	2	
Разом: 3 кредити, 90 год. / підсумковий контроль	0	40	50	Залік

4. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ

Лекції не передбачені навчальним планом (згідно наказу №2984-з від 27.09.23 р.

5. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ.

№ п/п	Тема	Кількість годин
1.	Мета та завдання персонального тренінгу. Психологічна сумісність ерготерапевта та пацієнта.	2
2.	Проведення первинної співбесіди, оцінка стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості, особливостей способу життя та факторів ризику пацієнта.	2
3.	Вибір засобів для оцінки фізичної підготовленості, визначення факторів, що впливають на валідність оцінки. Нормативи фізичної підготовленості.	2
4.	Складові частини тренувальної програми. Обсяг тренувального навантаження: кількість повторень і підходів, тривалість інтервалів відпочинку, збільшення та варіативність фізичного навантаження.	2
5.	Основні принципи тренувального процесу. Розробка тренувальних програм	2
6.	Персональні тренувальні програми. Вибір вправ та послідовності їх виконання. Варіативність фізичного навантаження. Складові частини тренувальної програми.	2
7.	Розробка персональних тренувальних програм для вагітних жінок	2
8.	Розробка персональних тренувальних програм для осіб літнього віку та дітей препубертатного віку.	2
9.	Розробка персональних тренувальних програм для осіб з порушеннями функції опорно-рухового апарату і травмами.	2
10.	Розробка персональних програм для осіб з бойовими травмами.	6
11.	Заняття фізичними вправами з дітьми препубертатного віку та особами літнього віку	2
12.	Заняття з особами з порушеннями функції опорно-рухового апарату і травмами.	2
13.	Розробка персональної тренувальної програми для особи з особливими потребами за станом здоров'я	2

14.	Розробка персональних тренувальних програм для осіб з особливими потребами.	4
15.	Визначення ефективності персональної тренувальної програми.	4
16.	Розв'язування ситуаційних задач.	2
	Разом годин:	40

6. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

№ п/п	Тема	Кількість годин	Види контролю
1.	Роль та функції асистента ерготерапевта у системі персонального тренування, та у побудові процесу персонального тренування.	4	Поточний контроль
2.	Мета та завдання персонального тренінгу. Фактори психологічної сумісності асистента ерготерапевта та пацієнта.	4	Поточний контроль
3.	Підготовка та підвищення кваліфікації асистента ерготерапевта .	4	Поточний контроль
4.	Нормативи оцінки фізичної підготовленості. Організація та проведення оцінки фізичної підготовленості. Поточна та підсумкова оцінки.	4	Поточний контроль
5.	Основні функціональні показники: витривалість, м'язова сила, м'язова витривалість, гнучкість. Результати оцінки.	4	Поточний контроль
6.	Визначення ефективності тренування. Складання тренувальної програми, вибір та комбінування вправ, тренувальні схеми, прийоми зміни інтенсивності тренувань	4	Поточний контроль
7.	Методика проведення тренувальних занять без використання та з використанням тренажерів.	4	Поточний контроль
8.	Компоненти програми тренування аеробної та швидко-силової витривалості. Поєднання силового та швидкісного тренування з іншими видами вправ.	4	Поточний контроль
9.	Основи планування індивідуального тренувального процесу різного контингенту пацієнтів з урахуванням їх фізичного розвитку, необхідності розвитку фізичних якостей,	4	Поточний контроль
10.	Поранення та переломи кінцівок. Мінно-вибухові травми. Черепно-мозкова травма. Посттравматичний стресовий розлад. Індивідуальний тренінг	2	Поточний контроль
11.	Ознайомлення з базовими поняттями та змістом основних нормативних документів щодо функціональних посадових обов'язків асистента ерготерапевта .	2	Поточний контроль

12.	Завдання персонального тренера: відбір, оцінка рівня рухової підготовленості, рекомендація видів занять, їх інтенсивності, тривалості, частоти, керівництво окремими особами або групами під час занять, контроль реакції на навантаження, корекція навантаження, і т.д.	2	Поточний контроль
13.	озробка персональної тренувальної програми для особи з особливими потребами за станом здоров'я	2	Поточний контроль
14.	Розробка персональних тренувальних програм для осіб з особливими потребами.	2	Поточний контроль
15.	Визначення ефективності персональної тренувальної програми.	2	Поточний та підсумковий контроль
16.	Розв'язування ситуаційних задач.	2	Поточний та підсумковий контроль
	Разом годин:	50	

7. Індивідуальні завдання – не передбачено програмою. Не заплановане робочим навчальним планом на навчальний рік

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ:

Методи використання слова. Основними видами словесної передачі знань у процесі навчання є: пояснення, розповідь і бесіда (бесіди вступні; бесіди, спрямовані на повідомлення нових знань, і бесіди для перевірки засвоєних знань і ступеня усвідомленості учнями своїх дій).

Методи забезпечення наочності. До цієї групи методів навчання відносяться показ рухів у натурі або у виді зображень, сприйманих шляхом безпосереднього спостереження. Практично живий показ завжди супроводжується словесним поясненням. Причому слово в цьому випадку відіграє допоміжну роль. В основному в навчальній роботі застосовується показ фізичної вправи самим викладачем або кимось з учнів. Показ може передувати поясненню, супроводжуватися поясненням або виконуватися після пояснення. Показ досягає мети в тому випадку, якщо рух, який демонструється, гарно видно всім учням, якщо воно виконано технічно правильно, якщо попередньо організовано і правильно спрямована увага учнів.

Методи практичних вправ. Термін «вправа» вбирає в себе два різних поняття: засіб та метод, суть яких полягає в багаторазовому повторенні визначених рухових дій з метою або вироблення рухових умінь і навичок, або розвитку рухових якостей.

9. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Засвоєння програми забезпечується цілісною системою контрольних заходів, що включає оперативний, поточний, підсумковий контроль.

Формами і методами поточного контролю є опитування студентів, тестування й інші.

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

Критерії оцінювання. Залік отримують студенти після завершення викладання навчальної дисципліни, які повністю виконали вимоги передбачені навчальною програмою. Успішність студентів оцінюється за традиційною 4-ри бальною шкалою. Студент має право обирати тести поточного та підсумкового контролю.

Навчальні заняття проводяться викладачем згідно навчального плану та програми.

10. ВИДИ КОНТРОЛЮ

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

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 (залік).

Залік — це форма підсумкового контролю, що полягає в оцінці засвоєння студентом навчального матеріалу виключно на підставі результатів виконання ним певних видів робіт на практичних заняттях за національною шкалою і шкалою ЄКТС. Підсумковий контроль включає семестровий контроль та атестацію здобувача вищої освіти на відповідність його компетентностей вимогам стандартів вищої освіти. Залік з дисциплін проводиться після закінчення її вивчення, до початку екзаменаційної сесії.

У випадку, коли студент навчається за індивідуальним навчальним планом, йому, наказом ректора, визначається окремий графік проведення контрольних заходів.

До семестрового підсумкового контролю (заліку) допускаються студенти, які виконали усі види робіт, завдань, передбачених навчальним планом на семестр з відповідної навчальної дисципліни, відвідали усі, передбачені програмою навчальної дисципліни практичні навчальні заняття та набрали за поточну успішність кількість балів, не меншу за мінімальну. Для студентів, які пропустили аудиторні навчальні заняття дозволяється, з дозволу декана, відпрацьовувати академічну заборгованість до певного визначеного терміну в межах семестру.

Заліки виставляють викладачі, які проводили практичні, семінарські та інші заняття в навчальній групі. Залік студенти отримують, якщо середній бал з оцінок за поточну успішність впродовж семестру становить не менше «3» (120 балів за 200- бальною шкалою). Запис вноситься у залікову книжку студента та у заліково-екзаменаційну відомість.

Критерії оцінювання. Сукупність знань, умінь, навичок, інших компетентностей, набутих здобувачем вищої освіти у процесі навчання з кожної теми навчальної дисципліни орієнтовно оцінюється за такими критеріями:

– **5/"відмінно"** – студент бездоганно засвоїв теоретичний матеріал теми заняття, демонструє глибокі і всебічні знання відповідної теми, основні положення наукових першоджерел та рекомендованої літератури, логічно мислить і будує відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок;

– **4/"добре"** – студент добре засвоїв теоретичний матеріал заняття, володіє основними аспектами з першоджерел та рекомендованої літератури, аргументовано викладає його; володіє практичними навичками, висловлює свої міркування з приводу тих чи інших проблем, але припускається певних неточностей і похибок у логіці викладу теоретичного змісту або при виконанні практичних навичок;

– **3/"задовільно"** – студент в основному опанував теоретичними знаннями навчальної теми, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають у студента невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у 7 знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, пов'язувати їх із майбутньою діяльністю, припускається помилок при виконанні практичних навичок;

– **2/"незадовільно"** – студент не опанував навчальний матеріал теми, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, відсутнє наукове мислення, практичні навички не сформовані.

Результати поточного контролю (поточна успішність) є показником рівня засвоєння студентами навчальної програми та виконання вимог самостійної роботи студентів. Результати

поточного контролю є основною інформацією для визначення оцінки при проведенні заліку.

Поточний контроль результатів виконання завдань *самостійної роботи* здійснюється під час поточного контролю теми на відповідному занятті.

Про порядок проведення, зміст і критерії поточного контролю кафедра інформує студентів на першому занятті з дисципліни.

Результати оцінювання роботи студента впродовж семестру є задокументовані у Журналі обліку відвідувань та успішності студентів, а також занесені до заліково-екзаменаційної відомості, навчальної картки студента, залікової книжки студента. Виконані студентами впродовж семестру контрольні, індивідуальні завдання зберігаються на кафедрі 1 рік.

12. СХЕМА НАРАХУВАННЯ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Для дисциплін формою підсумкового контролю яких є залік:

Максимальна кількість балів, яку може набрати студент за поточну навчальну діяльність при вивченні дисципліни становить 200 балів.

Мінімальна кількість балів, яку повинен набрати студент за поточну навчальну діяльність для зарахування дисципліни становить 120 балів.

Розрахунок кількості балів проводиться на підставі отриманих студентом оцінок за 4-ри бальною (національною) 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:

$$x = \frac{CA \times 200}{5}$$

Для зручності наведено таблицю перерахунку за 200-бальною шкалою

Перерахунок середньої оцінки за поточну діяльність у багатобальну шкалу для дисциплін, що завершуються заліком.

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	200	4.45	178	3.92	157	3.37	135
4.97	199	4.42	177	3.89	156	3.35	134
4.95	198	4.4	176	3.87	155	3.32	133
4.92	197	4.37	175	3.84	154	3.3	132
4.9	196	4.35	174	3.82	153	3.27	131
4.87	195	4.32	173	3.79	152	3.25	130
4.85	194	4.3	172	3.77	151	3.22	129
4.82	193	4.27	171	3.74	150	3.2	128
4.8	192	4.24	170	3.72	149	3.17	127
4.77	191	4.22	169	3.7	148	3.15	126
4.75	190	4.19	168	3.67	147	3.12	125
4.72	189	4.17	167	3.65	146	3.1	124
4.7	188	4.14	166	3.62	145	3.07	123
4.67	187	4.12	165	3.57	143	3.02	121
4.65	186	4.09	164	3.55	142	3	120
4.62	185	4.07	163	3.52	141		
4.6	184	4.04	162	3.5	140		
4.57	183	4.02	161	3.47	139	Менше	Недос-татнь
4.52	181	3.99	160	3.45	138	3	
4.5	180	3.97	159	3.42	137		
4.47	179	3.94	158	3.4	136		

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 та підсумкового контролю студентів, підручники, навчальні посібники, методичні рекомендації, методичні вказівки і т.ін.

Методичне забезпечення мають всі види навчальної діяльності: практичні заняття, самостійна робота студентів.

Методичне забезпечення практичних занять:

1. Методичні розробки практичних занять для викладачів.
2. Методичні вказівки до практичних занять для студентів.
3. Варіанти тестових завдань для перевірки вихідного рівня знань, умінь практичних навичок.

Методичне забезпечення самостійної роботи студентів:

1. Методичні вказівки для передаудиторної підготовки до практичних занять.
2. Робочий зошит для передаудиторної підготовки.
3. Методичні інструкції з виконання практичних навичок.
4. Варіанти тестових завдань для перевірки самостійної роботи студентів.

Для діагностики успішності навчання застосовуються наступні засоби:

1. Тестові завдання поточного та підсумкового контролю студентів формату А
2. Практичні завдання для перевірки опанування практичними навичками

14. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна (базова)

1. Воробйов, Михайло Іванович. Практика в системі фізкультурної освіти : навч. посіб. для студентів ВНЗ фіз. виховання і спорту / М. І. Воробйов, Т. Ю. Круцевич. — Київ : Олімп. літ., 2014. — 190, [1] с. : табл. — Бібліогр.: с. 190. 8. А749857
2. Грабовський, Юрій Антонович. Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики : [навч. посіб. для студентів вищ. закл. освіти галузі знань: 0102 / Ю. А. Грабовський, В. П. Ткачук, С. І. Степанюк] ; М-во освіти і науки України, Херсон. держ. ун-т. — Херсон : Вишемирський В. С., 2014. — 231 с. : іл., табл. — Бібліогр.: с. 217-225 та наприкінці тем. 9. А768688
3. Грибан, Григорій Петрович. Термінологічний словник з фізичної культури і спорту / Г. П. Грибан, Д. В. Бойко, Д. О. Дзензелюк ; за ред. Г. П. Грибана ; М-во освіти і науки України, Житомир. нац. агрокол. ун-т. — Житомир : Рута, 2016. — 99 с. — Бібліогр.: с. 97-99. 10. В68046
4. Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation / Grygus Ihor Mykhailovych, Kashuba Vitalii Oleksandrovych, Mahlovanyi Anatolii Vasylovych, Skalski Dariusz Vladyslav : Scientific monograph. Riga, Latvia : “Baltija Publishing”, 2022. 466 p.
5. Персональний тренінг (курс за вибором) : метод. Вказ. Для самостійної підготовки бакалаврів IV курсу / упоряд. В. В. Шутєєв, О. В. Ленська, Н. В. Стратій, О. С. Якименко. Харків : ХНМУ, 2020. 28 с.
6. Теорія і методика фізичного виховання : підр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2-х томах / Т. Ю. Круцевич. — К. : Олімпійська література, 2008. — Т. 1. — 390 с. — Т. 2. — 367 с.

7. Рибалко П. Ф. Самостійне оздоровче тренування / П. Ф. Рибалко, В. Л. Жуков, А. Д. Красілов. Навч.- метод. Посібник. Суми: Вид-во Сум ДПУ ім. А. С. Макаренка, 2017. 106 с

Допоміжна

1. Указ президента України №42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя — здорова нація"
2. Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Лист МОН № 1/9-454 від 25.09.15 року.
3. Mahlovanyy Anatoliy, et al. "Physical Therapy for Athletes Suffered from Vestibular Disturbances". EC Emergency Medicine and Critical Care 5.12 (2021): pp 28-32.
4. Guzii O. V., Romanchuk A. P., Maglyovanyi, AV, Trach, VM. Dynamics of HRV Indices in Highly Qualified Athletes in the Formation of Overstrain by Sympathetic and Parasympathetic Types under Physical Training. *5th International Eurasian Conference On Sport Education, Society, Lviv, Ukraine, 9-11 July 2021*, 83-84.
5. Characteristics of the strategy of development and formation of personal health Anatoly Maglovanyy, Olha Kunynets, Volodymyr Hrynovets, Olha Ripetska, Assoc. Professor of the Department of Therapeutic Dentistry / XIV MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA NAUKOWO-DYDAKTYCZNA „Środowisko a stan zdrowia jamy ustnej”, LUBLIN 11.05.2022r. - 12.05.2022r. - С.
6. Руденко Р.Є., Магльований А.В., Григус І.М., Кунинець О.Б. Фізіологічні зміни систем організму спортсменів з інвалідністю в рамках програми фізичної реабілітації / Р.Є. Руденко, А.В. Магльований, І.М. Григус, О.Б. Кунинець // Physical education and sports as a factor of physical and spiritual improvement of the nation : Scientific monograph. Riga, Latvia : "Baltija Publishing", 2022. 466 p. - С. 429-458. DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-201-2-15>
7. Romanchuk O.P., Guziy O.V., Mahlovanyy A.V. Changes in volumetric variability of spontaneous respiration under the influence of training load / O.P. Romanchuk, O.V. Guziy , A.V. Mahlovanyy // BASEM CONFERENCE 2022 - POSITIVE HEALTH AND PERFORMANCE. THE ASSOCIATION AND INSTITUTE PRIZE POSTERS - 26-27 May 2022. - С. 90 DOI: [10.13140/RG.2.2.10261.40165](https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10261.40165)

Інформаційні ресурси

- 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...
- tennis.biggame.dp.ua/news/2419.html
- <http://www.stationline.org.ua/pedagog/104/18466-innovacijnij-pidxid-shhodo-organizaci%D1%97-fizichnogo-vixovannya-studentiv-texnichnix-vnz.html>
- <http://uareferat.com>
- <http://www.lnu.edu.ua/faculty/sport/img>