

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНИХ ОСНОВ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ**

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Завідувач кафедри

_____ доц. Возний С.С.

“ _____ ” _____ 2018 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ**

Галузь знань: **01 Освіта**

Спеціальність **017 Фізична культура і спорт**

Факультет **фізичного виховання та спорту**

Робоча програма з навчальної дисципліни «Фізичної реабілітації» для студентів I курсу ступеня вищої освіти «магістр» зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Розробник Гацоева Лілія Степанівна – доцент кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту, кандидат наук з фізичного виховання і спорту.

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту

Протокол від « » 2018 р. №

Завідувач кафедри
медико-біологічних основ
фізичного виховання та спорту _____(доц. Возний С.С.)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характер навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 3,5	Галузь знань 01. Освіта/педагогіка	Вибіркова	
Модулів - 2	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки	
Змістовних модулів - 2		I	-
Загальна кількість годин - 105		II	-
		Лекції	
		20 год.	-.
		Лабораторні, практичні	
		18 год.	-
Тижневих годин для денної форми навчання 2 год. Самостійної роботи студента – 4 год.	Ступень вищої освіти - магістр	Самостійна робота	
		67 год.	-.
		Форма контролю	
		залік	

Примітка. Співвідношення кількості аудиторних занять до самостійної роботи становить:

для денної форми навчання – 36,2% : 63,8%

Мета та завдання навчальної дисципліни

«Фізична реабілітація»

Робоча програма «Фізична реабілітація» складена для **Спеціальності 017 Фізична Культура і спорт** ступінь вищої освіти та складається з лекційного курсу - 20 годин, практичних занять - 18 годин, самостійної роботи студентів - 67 годин. Дисципліна складається з 2 змістовних модулів, які закінчуються – заліком.

«Фізична реабілітація» у вищих навчальних закладах України є невід'ємною частиною системи формування загальної та професійної культури особистості майбутнього фахівця.

МЕТОЮ ВИКЛАДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ» є формування у студентів системи знань і умінь про використання різних засобів фізичної культури у лікуванні та відновленні хворих та осіб з інвалідністю, а також формування адекватних наукових уявлень про види захворювань, виявленні особливостей патогенезу хвороб і патологічних станів хворих. А також ознайомлення з особливостями проведення занять фізичними вправами з дітьми, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ:

- **теоретичні:**
 - а) сформулювати уявлення про особливості впливу рухової активності на здорову та хвору людину;
 - б) вивчити теоретичні основи і клініко-фізіологічне обґрунтування використання різних засобів і форм лікувальної фізкультури на етапах фізичної реабілітації хворих;
 - в) вивчити виховну, оздоровчу і лікувальну спрямованість занять фізичною культурою з дітьми, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи;
 - г) навчитися аналізувати структуру і зміст фізичної реабілітації;
 - д) дати уявлення про «фізичну реабілітацію» (ФР), визначати її мету, завдання, основні засоби та методичні принципи
 - е) дати уявлення про 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, а також в акушерсько-гінекологічній практиці та педіатрії;

ж) викласти теоретичні основи та методологічні особливості основ фізичної реабілітації при захворюваннях, як науки про загальні механізми розладів і патологічних станів у різних хворих і можливості їх оптимального блокування і модуляції усього процесу реабілітації.

- **Практичні:**

- а) навчити студентів складати і проводити комплекси лікувальної гімнастики і реабілітаційні програми для різних категорій хворих та осіб з інвалідністю;
- б) освоїти методику складання конспектів занять з фізичного виховання та їх проведення з дітьми, що мають відхилення в стані здоров'я;
- в) опанувати навички донозологічної оцінки соматичного здоров'я школярів;
- г) опанувати методами обліку ефективності впливу засобів лікувальної й оздоровчої фізкультури на людей різного віку і стану здоров'я.
- д) навчити студентів проводити заняття лікувальної фізкультури з використанням різноманітних форм і засобів фізичної культури з урахуванням принципів дозування і індивідуального підходу до хворого.
- е) навчити студентів складати і проводити комплекси лікувальної гімнастики і реабілітаційні програми для різних категорій хворих та осіб з інвалідністю;
- ж) виробити навички функціональної діагностики та навчити адекватно оцінювати функціональні можливості для розробки раціональних принципів фізичної реабілітації;
- з) оволодіти методами контролю ефективності дії засобів лікувальної і оздоровчої фізкультури на людей різного віку і стану здоров'я.

На практичних заняттях закріплюються та вдосконалюються теоретичні знання, студенти добирають матеріал необхідний для вирішення проблемних ситуацій, складання проектів, обговорюють проблеми які виникатимуть в процесі роботи, вчаться відокремлювати загальні та спеціальні ознаки та характеристики хворих. Самостійно опрацьовують додаткові літературні джерела, урядові накази та розпорядження, готуються до практичних занять, займаються творчо-пошуковою роботою.

ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

- *використовувати* знання анатомо-біомеханічних особливості опорно-рухового апарату та функції організму людини під час складання комплексів з ФР;
- *використовувати* аналітичний підхід у виборі механізми лікувальної дії фізичних вправ на організм хворої людини;
- *застосовувати* знання загальних основ фізичної реабілітації, форм, засобів та принципів застосування фізичних вправ з метою оздоровлення та відновлення;

- *застосовувати* показання та протипоказання до виконання комплексів фізичних вправ;
- *застосовувати* аналіз методики відновлювального лікування по етапам фізичної реабілітації в травматології, терапії, неврології, гінекології та акушерстві, педіатрії, при порушенні обміну речовин, закономірності нервових розладів, зміни морфологічної будови та фізіологічних функцій при пошкодженнях та захворюваннях у нервовій системі;
- *обґрунтовувати* сумісність застосування різних факторів та методів фізичної реабілітації; вплив факторів зовнішнього середовища на здоров'я людини;

Освітньо-професійна програма підготовки магістра зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт в контексті вивчення дисципліни “Фізична реабілітація” передбачає оволодіння здобувачами вищої освіти наступними **компетентностями**:

1. Здатність до планування і проведення аналітичних, імітаційних та експериментальних дослідження в галузі фізичної культури і спорту на основі сучасних вимог.
2. Здатність до критичного осмислення та оцінки результатів дослідної роботи, отриманих на підставі застосування наукових метрологічних методів спортивної галузі.
3. Здатність до використання аналітичного підходу до вибору експериментальних методів дослідження і застосовувати їх на практиці.
4. Здатність до володіння навичками пошуку, критичного аналізу інформації та прогнозування кінцевого результату.
5. Здатність аналізувати сучасну інформацію про захворювання, розуміти причини та механізми виникнення захворювань а також аналізувати зв'язок фізичної реабілітації з іншими фундаментальними дисциплінами біологічного циклу
6. Здатність опановувати практичні навички з дисципліни «фізична реабілітація», які необхідні для того, щоб на науковій основі організувати процес фізичної реабілітації.
7. Здатність обирати та використовувати ефективні форми «фізичної реабілітації», складати комплекси лікувальної фізкультури при захворюваннях.
8. Здатність застосовувати у фізичній реабілітації засоби механотерапії, працетерапії, дієтотерапії, фітотерапії, обирати та застосовувати засоби та методи нетрадиційної медицини у фізичній реабілітації.

Міждисциплінарні зв'язки засвоєння знань з фізичної реабілітації неможливі без глибоких знання анатомії, динамічної морфології, фізіології людини, валеології, фізіології фізичних вправ, основ лікувального масажу та деяких розділів спортивної медицини. Допомагають у вивченні дисципліни знання методики викладання гімнастики, легкої атлетики, біомеханіки спорту, спортивних ігор, теорії та методики фізичного виховання.

Програма курсу

У сучасних умовах значно зростає оздоровче і виховне значення фізкультури і спорту як складовій частині здорового способу життя і комплексних заходів щодо зміцнення здоров'я населення і реабілітації хворих.

Реабілітація - це відновлення здоров'я, функціонального стану і працездатності, порушених хворобою, травмами або фізичними, хімічними і соціальними чинниками. Виділяють декілька аспектів реабілітації - серед них фізична реабілітація, яка використовує засоби і методи фізичної культури, масажу і фізичних чинників (фізіотерапію).

Фізичну реабілітацію, в основі якої лежить лікувальна фізкультура, слід розглядати як лікувально-педагогічний і виховний процес. Основним засобом її є фізичні вправи і елементи спорту, - а застосування їх - завжди педагогічний, освітній процес. Якість його залежить від того наскільки майбутній фахівець з фізвиховання оволодів педагогічною майстерністю і знаннями в області лікувальної фізкультури. Він повинен також мати глибокі знання про суть патологічних процесів і хвороб, механізмів впливу фізичних вправ на хворого і уміти методично правильно організувати і застосувати різні засоби фізкультури для профілактики захворювань, оздоровлення і лікування людей різного віку.

Введення в програму розділу “Методика занять фізичною культурою в спеціальних медичних групах ” сприяє підготовці студентів до роботи в школі з дітьми, що мають відхилення в стані здоров'я.

Програма курсу «фізична реабілітація» передбачає теоретичне вивчення студентами історії розвитку лікувальної фізкультури і реабілітації, механізмів впливу фізичних вправ на організм хворого, загальних основ лікувальної фізкультури і особливостей методики фізичної реабілітації при захворюваннях і травмах людей різного віку, а також практичне придбання умінь при складанні комплексів лікувальної фізкультури і навиків при їх проведенні.

Учбова робота проводиться у формі лекцій, лабораторних і самостійних занять, реферативних повідомлень і відвідувань кабінетів лікувальної фізкультури лікувальних закладах.

На лекціях студентам повідомляються основні відомості про історію розвитку лікувальної фізкультури, сучасний етап стану фізичної реабілітації, а також механізми взаємодії органів і систем в умовах відносного м'язового спокою і при м'язовій діяльності. Згідно теорії функціональних систем (П.К.Анохин) рухова активність стимулює і підпорядковує собі функцію більшості важливих органів і фізіологічних систем.

При викладі окремих розділів і тим фізичній реабілітації акцентується увага на етіології, патогенезі причинах і клінічних проявах захворювання; показаннях і протипоказаннях до застосування фізичних вправ; визначаються завдання, форми, засоби лікувальної фізкультури і методи контролю за реакцією хворого на дозоване навантаження. В цілому програма охоплює всі групи захворювань і травм, де можливе використання фізичної реабілітації. Сюди відносяться захворювання і травми опорно-рухового апарату, нервової системи, хірургічні, терапевтичні і дитячі захворювання, порушення обміну речовин, акушерсько-гінекологічна і інша патологія.

На практичних заняттях студенти складають комплекси лікувальної гімнастики для певного хворого, проводять їх на своїх колегах в гімнастичному залі, виконують і вивчають методику інтервального тренування на велотренажерах. Методика занять фізкультурою в СМГ апробується у вигляді проведення уроків фізкультури і спеціальних завдань по педагогічній практиці в школі.

Контроль за функціональним станом здійснюється шляхом проведення лікарсько-педагогічних спостережень. Виконання різних тестів і проб, визначення пульсу, толерантності до фізичних навантажень, артеріального тиску і життєвої ємкості легенів. Для оцінки функції опорно-рухового апарату студенти проводять вимірювання об'єму рухів в суглобах, колу сегменту кінцівки і його довжини. Для глибшого вивчення матеріалу використовуються рентгенограми, електрокардіограми, таблиці, малюнки.

Самостійна робота і написання рефератів заглиблюють і удосконалюють знання, отримані на лекціях і практичних заняттях. Реферативні повідомлення прослуховуються і обговорюються на заняттях за типом "круглого столу".

Структура навчальної дисципліни

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин для			
	денної форми навчання			
	всього	у тому числі		
		лек	практ (лаб)	р.
1	2	3	4	5
Змістовний модуль 1				
Фізична реабілітація дітей, які мають відхилення у стані здоров'я				
Тема 1. Фізична реабілітація учнів при захворюваннях органів дихання	10	2	2	6
Тема 2. Особливості фізичної реабілітації учнів при серцево-судинній патології	10	2	2	6
Тема 3. Фізична реабілітація дітей при захворюваннях обміну речовин	10	2	2	6
Тема 4. Фізична реабілітація учнів з порушеннями опорно-рухового апарату	10	2	2	6
Тема 5. Фізична реабілітація школярів з порушеннями постави	10	2	2	6
Разом за змістовним модулем 1	50	10	10	30
Змістовний модуль 2				
Фізична реабілітація різних груп населення				
Тема 1. Фізична культура осіб середнього і похилого віку	10	2	-	8
Тема 2. Особливості ЛФК в осіб у середнього і похилого віку	12	2	2	8
Тема 3. Фізична реабілітація під час вагітності.	12	2	2	8
Тема 4. Фізична реабілітація після пологів	12	2	2	8
Тема 5. Фізична реабілітація в акушерсько-гінекологічній і хірургічній практиці	9	2	2	5
Разом за змістовним модулем 2	55	10	8	37
Разом	105	20	18	67

АНОТАЦІЇ ДО ЛЕКЦІЙ

Змістовий модуль 1:

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ, ЯКІ МАЮТЬ ВІДХИЛЕННЯ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я

Тема 1 Фізична реабілітація учнів при захворюваннях органів дихання

Організація фізичного виховання зі школярами, що мають відхилення у стані здоров'я. Розподіл школярів за медичними групами. Мета і завдання фізичного виховання учнів, що мають відхилення у стані здоров'я. Засоби фізичного виховання дітей, віднесених до СМГ. Особливості занять з фізичного виховання дітей, віднесених до СМГ. Методика уроку фізичної культури у спеціальній медичній групі. Дихальні вправи у фізичному вихованні школярів з ослабленим здоров'ям.

Загальна характеристика захворювань органів дихання. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при патологічних процесах в органах дихання. Вплив дихальних вправ на здоров'я школярів, віднесених до СМГ. Правила правильного дихання. Методика навчання правильному диханню на заняттях в СМГ. Особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях органів дихання. Показання та протипоказання, спеціальні та загальнорозвивальні фізичні вправи.

Тема 2. Особливості фізичної реабілітації учнів при серцево-судинній патології

Характерні симптоми захворювань серця. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при серцево-судинній патології. Основи методики фізичного виховання при серцево-судинній патології. Показання та протипоказання до застосування фізичних вправ. Особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях серцево-судинної системи. Режими рухової активності хворих дітей. Покращення функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем та підвищення працездатності дитини.

Тема 3. Фізична реабілітація дітей при захворюваннях обміну речовин

Загальне поняття про ожиріння. Причини, що викликають захворювання ожирінням у дітей. Особливості фізичного виховання дітей, хворих на ожиріння. Режим харчування, адекватність харчування, збалансованість харчування.

Завдання фізичного виховання при ожирінні: стимуляція обміну речовин через дію фізичних вправ на ендокринну систему. Внаслідок чого, збільшується продукція гормонів, що приймають участь в обміні речовин; збільшення енерговитрат та зменшення маси тіла через покращення окислювально-відновних процесів. Для окислення 1 кг жиру необхідно 2 л кисню, або 40 л повітря. При заняттях фізичними вправами відбувається інтенсивне і тривале споживання кисню.

Загальна характеристика хвороб органів травлення та причин, що їх викликають. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при патології органів травлення. Особливості фізичного виховання при функціональних порушеннях органів травлення. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях органів травлення. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях печінки та жовчовивідних шляхів.

Тема 4. Фізична реабілітація учнів з порушеннями опорно-рухового апарату

Загальне поняття про будову хребта та хребців. Характерні ознаки правильної постави. Причини порушення постави. Характеристика видів порушень постави. Методика корекції дефектів постави.

Загальне поняття про сколіотичну хворобу. Методика фізичного виховання при сколіозах. Симетричні вправи, асиметричні та деторсійні вправи. Корегуюча гімнастика на заняттях в СМГ. Поняття плоскостопості та методика її корекції.

Тема 5 Фізична реабілітація школярів з порушеннями постави

Постава відіграє в житті людини естетичне та функціональне значення. Естетична функція постави полягає у створенні краси та гармонійності рухів. Люди з правильною поставою рухаються гарно, вільно, не вимушено.

І, навпаки, ті, хто мають порушення постави рухаються важко, незграбно, з дискоординацією рук і ніг так, «ніби пишуть зламаним олівцем» (Берштейн М.О.).

Порушення постави розрізняють в сагітальній та фронтальній площинах. Неправильні види постави в сагітальній площині визначаються при огляді учня в профіль. Існує 3-и фактори, які визначають вид порушення постави: стан хребта, кут нахилу таза, стан м'язової системи.

Змістовний модуль 2

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Тема 1. Фізична культура осіб середнього і похилого віку

Причини, які обумовлюють упровадження фізкультури і спорту в режим життя людей середнього і похилого віку.

Процес старіння і похилий спортсмен. Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (серцево-судинна, дихальна система, опорно-руховий апарат).

Старіння — це природний біологічний процес, який проявляється морфологічними і функціональними змінами організму. Він починається з перших днів життя людини і перебігає нерівномірно в окремих клітинах і тканинах, органах і системах організму. Розрізняють *фізіологічне і передчасне, патологічне, старіння*. Останнє виникає внаслідок перенесення протягом життя різних захворювань, дії несприятливих умов зовнішнього середовища, нераціонального способу життя, гіподинамії, шкідливих звичок та інших чинників. Наука, що вивчає хвороби старіння, називається геріатрія, а та, що вивчає причини, механізми і перебіг процесів старіння — геронтологія.

Тема 2. Особливості ЛФК в осіб середнього і похилого віку

Зміна рухових якостей і навичок. Тренуємость спортсмена середнього і похилого віку.

Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі. Задачі, показання і протипоказання до занять фізичною культурою в середньому і похилому віці. Рухові режими: реабілітаційний, загальної фізичної підготовки, тренувальний, підтримування спортивного довголіття.

Центральне місце у заняттях з особами середнього та похилого віку займають вправи основної **гімнастики** завдяки їхній всеосяжній дії на організм, можливості індивідуального дозування, вибіркового впливу на певні м'язові групи, суглоби, хребет, окремі органи.

Використовують вправи **без предметів і з предметами**, на **гімнастичній стінці і гімнастичній лаві, профілакторі Євмінова та тренажерах** для зміцнення мускулатури (особливо згиначів ніг, розгиначів рук, м'язів, що фіксують хребет), а також вправи, спрямовані на збільшення обсягу рухів у суглобах, розслаблення, координацію.

Тема 3. Фізична реабілітація підчас вагітності.

Фізкультура в період вагітності, пологів і післяпологовому періоді. Вплив фізичних вправ на організм вагітної. Роль фізкультури в житті

дівчинки, дівчини, жінки. Поняття про вагітність і пологи. Фізична культура за триместрами вагітності.

Застосування фізичних вправ під час вагітності, пологів і у післяпологовий період, їх позитивний вплив на розвиток плоду та здоров'я матері фізіологічно обґрунтовані та доведені теорією і практикою акушерства, педіатрії, фізичного виховання.

Тема 4. Фізична реабілітація після пологів

Роль правильного дихання і тужіння в пологах. Показання, задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури в післяпологовому періоді. Профілактика опускання органів малого тазу. ЛФК при оперативному народженні і неправильних положеннях плоду.

Під час занять необхідно стежити за реакцією вагітних на фізичне навантаження за суб'єктивними й об'єктивними показниками (ЧСС, АТ, ЧД та ін). Невідновлення ЧСС через 5 хв до вихідного рівня свідчить про надмірне навантаження. Після заняття рекомендують обтирання вологим рушником чи обливання, душ та прогулянки.

Вагітним окрім занять гімнастичними вправами рекомендується ранкова гігієнічна гімнастика, щоденні дво-, триразові по 30-90 хв прогулянки в повільному і середньому темпі, а фізично підготовленим жінкам допускається у 1-му і 2-му триместрах ходьба у швидкому темпі відповідно 4 км і 2,8 км. Сприятливо діє на загальний стан плавання і гідрокінезитерапія, якими можна займатися до 34-го тижня вагітності за відсутності протипоказань. До них, окрім загальних, належать: загроза переривання вагітності і викидня, наявність рубця на матці і її шийці, вагітність понад 34 тижні.

Тема 5. Фізична реабілітація в акушерсько-гінекологічній і хірургічній практиці.

Фізкультура в період вагітності, пологів і післяпологовому періоді. Роль фізкультури в житті дівчинки, дівчини, жінки. Поняття про вагітність і пологи. Фізична культура по триместрами вагітності. Роль правильного дихання і тужіння під час пологів. Показання, задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури в післяпологовому періоді. Профілактика опускання органів малого тазу. ЛФК при неправильному положенні плоду та оперативному народженні.

Загальні поняття про гінекологічні захворювання. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання. Загальні задачі

лікувальної гімнастики і масажу. Приватні методики лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу; при хронічних запаленнях; при неутриманні мочи, при інфантилізмі, дисмінореї та у період клімаксу. Особливості методики лікувальної гімнастики при пластичних операціях.

Практичний модуль 1

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ, ЯКІ МАЮТЬ ВІДХИЛЕННЯ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я

Практична робота 1

Основні аспекти реабілітації. Загальні основи фізичної реабілітації з дітьми різного віку.

План

1. Клініко-фізіологічне обґрунтування використання засобів ФР при захворюваннях органів дихання
2. Класифікація і характеристика фізичних вправ, що використовуються в ЛФК з дітьми.
3. Способи дозування фізичних вправ на заняттях ЛГ.
4. Схема складання комплексу вправ лікувальної гімнастики.

Контрольні питання

1. Анатомо-фізіологічні особливості раннього дитячого віку
2. Лікувальна фізкультура та масаж про уродженому вивиху стегна
3. Вроджена м'язова кривошия
4. Вроджена косопостать
5. Пупочна грижа

Література

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. – М.: Медицина, 2002.- 540 с.
2. Иванов С.М. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. – М.: Медицина, 1983. – 234 с.
3. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
4. Справочник по детской лечебной физкультуре //Под ред. Фонарева М.И. – Ленинград: Медицина, 1983. – 430 с.

Практична робота 2.

Анатомічна будова ССС та її функції. Методика застосування фізичних вправ в ЛФК при серцево-судинній патології. Складання комплексів ЛФК при серцево-судинній патології.

План

1. Клініко-фізіологічні чинники застосування засобів ЛФК при серцево-судинній патології.
2. Організація роботи по ЛФК.
3. Стимулююча, трофічна, нормалізуюча і компенсаторна дія фізичних вправ на дитину з серцево-судинною патологією.
4. Складання реабілітаційних програм: облік комплексу змін, визначення реабілітаційного потенціалу дитини при серцево-судинній патології..

Контрольні питання

1. Етіологія та патогенез дитячого церебрального паралічу
2. Лікувальна гімнастика і масаж у періоді залишкових явищ

Література

1. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
2. Справочник по детской лечебной физкультуре //Под ред. Фонарева М.И. – Ленинград: Медицина, 1983. – 430 с.

Практична робота 3.

Методика застосування фізичних вправ в лфк при захворюваннях обміну речовин у дітей. Складання комплексів лфк при захворюваннях обміну речовин

План

1. Результати реабілітації при захворюваннях обміну речовин у дітей (ЛФК, масаж, фізіотерапія).
2. Класифікація фізичних вправ. Ранкова гімнастика.
3. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування лікувальної фізкультури при захворюванні обміну речовин. Механізми впливу фізичних вправ на хворих дітей.
4. Загальні задачі лікувальної фізкультури при захворюванні обміну речовин Показання, задачі, форми, засоби і спеціальні вправи при захворюванні обміну речовин ту.
5. Контроль ефективності застосування засобів реабілітації

Контрольні питання

1. Лікувальна гімнастика і масаж при уродженому вивиху стегна.
2. Лікувальна гімнастика і масаж при м'язовій кривошії
3. Лікувальна гімнастика і масаж пупочній грижі
4. Лікувальна гімнастика і масаж при клишоногості.

Література

1. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. – М.: Медицина, 2002.- 540 с.
2. Иванов С.М. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. – М.: Медицина, 1983. – 234 с.
3. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
4. Справочник по детской лечебной физкультуре //Под ред. Фонарева М.И. – Ленинград: Медицина, 1983. – 430 с.

Практична робота 4.

Анатомо-біомеханічні особливості опорно-рухового апарату. Методика застосування фізичних вправ в ЛФК та їх дозування при порушеннях ора. Складання комплексів ЛФК при сколіозі.

План

1. Будова і функції опорно-рухового апарату.
2. Поняття про сколіотичну хворобу.
3. Сколіоз – одна з ознак сколіотичної хвороби.
4. Етіологія, патогенез, клінічне протікання і лікування сколіозу.
5. Особливості коригуючої гімнастики і масажу при різних стадіях сколіозу.
6. Причини, види і класифікація сколіозу.
7. Завдання, форми і засоби ЛФК.

Контрольні питання

1. Клініка дитячого церебрального паралічу.
2. Завдання лікувальної гімнастики в період залишкових явищ.
3. Фізична реабілітація в умовах дошкільної установи

Література

1. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.

2. Справочник по детской лечебной физкультуре //Под ред. Фонарева М.И. – Ленинград: Медицина, 1983. – 430 с.

Практична робота 5

Анатомо-біомеханічні особливості хребта. Методика застосування фізичних вправ в ЛФК та їх дозування при вадах постави. Складання комплексів лфк при порушеннях постави.(практичне заняття в с/залі.)

План

1. Спеціальні вправи для розтягування і зміцнення м'язів.
2. Вироблення стереотипу правильної постави.
3. Комплексний вплив здорового способу життя на формування правильної постави.
4. Особливості методики ЛФК і масажу при різних дефектах постави.
5. Практичне визначення постави у студентів.
6. Зарисовка схем правильної постави і її дефектів.
7. Види постави. Характерні ознаки різних її порушень.
8. Захворювання, які (супроводжують) порушенню постави. Причини і профілактика порушень постави.
9. Методика відновлювального лікування при порушеннях постави і плоскостопості.

Контрольні питання

6. Анатомо-фізіологічні особливості раннього дитячого віку
7. Лікувальна фізкультура та масаж при уродженому вивиху стегна
8. Вроджена м'язова кривошия
9. Вроджена косопостать
- 10.Пупочна грижа

Література

5. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура. – М.: Медицина, 2002.- 540 с.
6. Иванов С.М. Лечебная физкультура при заболеваниях в детском возрасте. – М.: Медицина, 1983. – 234 с.
7. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
8. Справочник по детской лечебной физкультуре //Под ред. Фонарева М.И. – Ленинград: Медицина, 1983. – 430 с.

Практичний модуль 2

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Практична робота 6

Особливості ЛФК в осіб у середньому і похилому віці

План

1. Причини, які обумовлюють упровадження фізкультури і спорту в режим життя людей середнього і похилого віку
2. Процес старіння і поняття похилий спортсмен
3. Фізіологічне і передчасне, патологічне, старіння.
4. Геріатрія це наука, що вивчає хвороби старіння

Контрольні питання

1. Загальні поняття про гінекологічні захворювання.
2. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання.
3. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу.
4. Приватні методики лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу;

Література

1. Лечебная физическая культура в акушерстве и гинекологии //Под ред. Лебедевой А.А. – М.: Медицина, 1999. – 300 с.
2. Лечебная физкультура. Новейший справочник. //Под ред. Евдокимовой Т.А. – М.: Медицина, 2003. – 400 с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 500 с.

Практична робота 7

Фізична реабілітація підчас вагітності

План

1. Фізкультура в період вагітності, пологів і післяпологовому періоді.
2. Вплив фізичних вправ на організм вагітної.
3. Роль фізкультури в житті дівчинки, дівчини, жінки.
4. Поняття про вагітність і пологи.
5. Складання комплексів ЛК за триместрами вагітності.

Контрольні питання

1. Гімнастика під час пологів
2. Гімнастика у післяпологовому періоді.
3. Показання та протипоказання до виконання фізичної вправ
4. Гімнастика при оперативному втручанні.

Література

1. Лечебная физическая культура в акушерстве и гинекологии //Под ред. Лебедевой А.А. – М.: Медицина, 1999. – 300 с.
2. Лечебная физкультура. Новейший справочник. //Под ред. Евдокимовой Т.А. – М.: Медицина, 2003. – 400 с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 500 с.
4. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
5. Силуянова В.А., Кавторова Н.Е. Учебное пособие по лечебной физкультуре в акушерстве и гинекологии. – М.: Медицина, 1977. – 300 с.

Практична робота 8

Фізична реабілітація після пологів

План

1. Роль правильного дихання і тужіння в пологах.
2. Показання, задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури в післяпологовому періоді.
3. Профілактика опускання органів малого тазу.
4. ЛФК при оперативному народженні і неправильних положеннях плоду.

Контрольні питання

1. Загальні поняття про гінекологічні захворювання.
2. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання.
3. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу.
4. Приватні методики лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу;

Література

1. Лечебная физическая культура в акушерстве и гинекологии //Под ред. Лебедевой А.А. – М.: Медицина, 1999. – 300 с.
2. Лечебная физкультура. Новейший справочник. //Под ред. Евдокимовой Т.А. – М.: Медицина, 2003. – 400 с.
3. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 500 с.

Практична робота 9

Фізична реабілітація в акушерсько-гінекологічній і хірургічній практиці

План

1. Загальні поняття про гінекологічні захворювання.
2. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання.
3. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу.
4. Приватні методики лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу; при хронічних запаленнях; при неутриманні мочи, при інфантилізмі, дисмінореї та у період клімаксу.
5. Особливості лікувальної гімнастики при пластичних операціях.

Контрольні питання

1. Лікувальна гімнастика при хронічних запальних процесах
2. Лікувальна гімнастика при аномалії положення статевих органів
3. Лікувальна гімнастика після оперативного втручання.
4. Лікувальна гімнастика при нетриманні сечі.

Література

1. Мухін В.М. Фізична реабілітація. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 500 с.
2. Попов С.Н. – Физическая реабилитация. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – 660 с.
3. Силуянова В.А., Кавторова Н.Е. Учебное пособие по лечебной физкультуре в акушерстве и гинекологии. – М.: Медицина, 1977. – 300

Підсумкова тека: тестовий контроль.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Комплексне використання різноманітних методів організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності студентів та методів стимулювання і мотивації їх навчання, що сприяють розвитку творчих засад особистості майбутнього фахівця з фізичного виховання з урахуванням індивідуальних особливостей учасників навчального процесу й спілкування.

З метою формування професійних компетенцій широко впроваджуються інноваційні методи навчання, що забезпечують комплексне оновлення традиційного педагогічного процесу. Це комп'ютерна підтримка навчального процесу (відеопрезентації, мульти-медіа, електронні посібники), впровадження інтерактивних методів навчання (робота в малих групах, опрацювання дискусійних питань, вирішення творчих завдань, фізіологічних задач).

МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю.

Використовуються такі методи контролю (усного, письмового), які мають сприяти підвищенню мотивації студентів-майбутніх фахівців до навчально-пізнавальної діяльності. Відповідно до специфіки фахової підготовки перевага надається усному, письмовому, практичному і тестовому контролю.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ, ЯКІ НАПРАВЛЕНІ НА ПЕРВИННЕ ОВОЛОДІННЯ ЗНАННЯМИ:

- 1) інформаційно-розвиваючи, такі як
 - пояснення матеріалу;
 - лекція - бесіда;
 - лекція - дискусія;
 - лекція з розбором конкретних ситуацій.

2) проблемно-пошуковий (організація колективної мислючої в роботі малими групами: активна робота з засвоєння спеціальних знань, умінь, навик, технологій професійній діяльності бакалавра стосовно наочній специфіці теорії і методиці фізичної культури, ролі і місця фізичної культури в суспільстві).

**МЕТОДИ НАВЧАННЯ, ЯКІ НАПРАВЛЕНІ НА
ВДОСКОНАЛЕННЯ ЗНАНЬ І ФОРМУВАННЯ УМІНЬ І НАВИЧОК:**

- груповий метод активного навчання, що включає аналіз конкретних ситуацій (розбір конкретних ситуацій за змістом і структурі фізичного виховання, системи фізичної культури).
- індивідуальний метод активного навчання (конспектування матеріалу, підготовка до виступів на практичних заняттях).

ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ З ДИСЦИПЛІНИ “Фізичної реабілітації”

Самостійна робота студентів факультету фізичного виховання є невід'ємною частиною навчального процесу в підготовці кваліфікованих фахівців, здатних самостійно і творчо вирішувати задачі, що які стоять перед ними.

Викладач знайомлять студентів зі списком літератури з програмного матеріалу, з методикою роботи над літературою, реферуванням, написанням анотацій, порядком і методикою складання конспектів лекцій, методичних і практичних занять, конспектів і планів для проведення занять і виступів, написанням тез доповідей і рефератів.

Форми самостійної роботи студентів

1. Огляд за темою – письмово написати короткий літературний огляд на 1-2 стор., по темі, що рекомендується, із залученням додаткового матеріалу з друку й інформаційних ресурсів Інтернету.

2. Написання глосарія – коротке роз'яснення термінів і понять по заданій темі, можна замінити кросвордом.

3. Контрольна робота. Розрізняють контрольні домашні; поточні; письмові, графічні і практичні; фронтальні індивідуальні. Відмінною рисою письмової контрольної роботи є її велика об'єктивність у порівнянні з усним опитува

4. Доповідь. При написанні доповіді з заданої темі необхідно скласти план, підібрати основні літературні джерела. Працюючи з джерелами, потрібно систематизувати отриману інформацію, зробити висновки й узагальнення. До доповіді з великої темі можуть залучатися декілька студентів, між якими розподіляються питання з виступу.

5. Реферат.

КОНТРОЛЬНА РОБОТА

Контрольна робота - одна з форм перевірки й оцінки засвоєних знань, одержання інформації про характер пізнавальної діяльності, рівня самостійності й активності студентів у навчальному процесі, ефективності методів, форм і способів навчальної діяльності.

Розрізняють контрольні класні, домашні; поточні екзаменаційні; письмові, графічні і практичні; фронтальні індивідуальні. Відмітною рисою письмової контрольної роботи є її велика об'єктивність у порівнянні з усім опитуванням.

Для письмових контрольних робіт важливо, щоб система завдань передбачала як виявлення знань з визначеної теми (розділів), так і розуміння сутності досліджуваних предметів і явищ, їх закономірностей, уміння самостійно робити висновки й узагальнення, творчо використовувати знання і навички.

При виконанні таких контрольних робіт варто використовувати запропоновану основну літературу і підбирати додаткові джерела.

Теми контрольних робіт розробляє викладач, що веде дану дисципліну.

Робота виконується акуратно, без помарок машинописним або комп'ютерним набором тексту.

Структура контрольної роботи.

Контрольна робота має:

Титульний лист

План (він повинний бути односкладовим) - перелік питань, завдань; основна частина, список літератури.

Вимоги по оформленню контрольної роботи аналогічні вимогам оформлення курсової роботи.

Відповіді на питання повинні бути конкретні, логічні, з темі, з висновками й узагальненням, і власним відношенням до проблеми.

ДОПОВІДЬ

Доповідь - вид самостійної роботи, використовується в навчальних і позакласних заняттях, сприяє формуванню навичок дослідницької роботи, розширює пізнавальні інтереси, привчає практично мислити. При написанні доповіді з заданої теми належить скласти план, підібрати основні джерела. Працюючи з джерелами, необхідно систематизувати отримані знання, зробити висновки й узагальнення.

До доповіді з великої теми залучається декілька студентів, між якими розподіляються питання виступу.

Доповіді змістовно практично нічим не відрізняються від рефератів і є заліковою роботою.

РЕФЕРАТ

Реферат - це короткий виклад у письмовому виді або у формі публічної доповіді змісту наукової праці або праць, літератури з теми. Це самостійна науково-дослідна робота студента, де розкривається суть досліджуваної студентом проблеми. Виклад матеріалу носить проблемно-тематичний характер, показуються різні точки зору, а також власні погляди на проблему. Зміст реферату повинен бути логічним. Обсяг реферату, як правило, від 5 до 15 машинописних сторінок. Теми реферату розробляє викладач, що веде дану дисципліну. Перед початком роботи над рефератом потрібно намітити план і підібрати літературу. Насамперед, бажано користуватися літературою, яка рекомендована навчальною програмою, а потім розширити список джерел, включаючи і використання спеціальних журналів, де є новітня наукова інформація.

Структура реферату:

Титульний лист

Зміст (більш складний план, чим у контрольній роботі, тобто з розділами і підрозділами).

Вступ (дається постановка питання, пояснюється вибір теми, її значимість і актуальність, указуються мета і задачі реферату, дається характеристика використовуваної літератури);

Основна частина (складається з розділів і підрозділів, що розкривають окрему проблему або одну з її сторін і є логічним продовженням один одного);

Висновок (підводяться підсумки і даються узагальнені основні висновки з теми реферату, робляться рекомендації).

Список літератури з дотриманням бібліографічних правил

У списку літератури повинне бути не менш 8-10 різних джерел. Допускається включення таблиць, графіків схем, як в основному тексті у випадки необхідності, так і як додатки.

Вимоги по оформленню реферату аналогічні вимогам оформлення курсової роботи.

Критерії оцінки реферату: відповідність темі; глибина пророблення матеріалу; правильність і повнота використання джерел; оформлення реферату.

На вимогу викладача реферати можуть бути обговорені на семінарах у виді виступів.

Питання до заліку

1. Гімнастика і масаж дітей раннього віку. Гімнастика і масаж як метод профілактики і фізичного виховання дітей раннього віку. Етапи розвитку рухових навиків у дітей грудного віку (перший рік життя).
2. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при патології органів травлення. Особливості фізичного виховання при функціональних порушеннях органів травлення.
3. Поняття про дитячий церебральний параліч (ДЦП). Етіологія і клінічне протікання хвороби. Класифікація ДЦП. Задачі і засоби лікувальної гімнастики. Пасивні, пасивно-активні і активні вправи, лікування положенням, фіксації. Навчання правильному диханню. Відпрацювання правильної постави. Розробка і навчання довільним рухам.
4. Гімнастика і масаж дітей раннього віку. Протипоказання до гімнастики і масажу. Особливості гімнастики і масажу для дітей у віці від 0 до 12 місяців. Лікувальна фізкультура при деяких захворюваннях, які зустрічаються в ранньому дитячому віці (рахіт, гіпотрофія, уроджений вивих стегна, м'язова кривошия).
5. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях органів травлення. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях печінки та жовчовивідних шляхів.
6. Загальні поняття про гінекологічні захворювання. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу.
7. Поняття про дитячий церебральний параліч (ДЦП). Етіологія і клінічне протікання хвороби. Класифікація ДЦП. Задачі і засоби лікувальної гімнастики. Пасивні, пасивно-активні і активні вправи, лікування положенням, фіксації. Навчання правильному диханню. Відпрацювання правильної постави. Розробка і навчання довільним рухам.
8. Лікувальна фізична культура в акушерстві. Фізкультура в період вагітності, пологів і післяпологовому періоді.
9. Організація фізичного виховання зі школярами, що мають відхилення у стані здоров'я. Розподіл школярів за медичними групами.
10. Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (дихальна система).
11. Роль фізкультури в житті дівчинки, дівчини, жінки. Поняття про вагітність і пологи.
12. Мета і завдання фізичного виховання учнів, що мають відхилення у

- стані здоров'я. Засоби фізичного виховання дітей, віднесених до спеціальної медичної групи.
13. Організація фізичного виховання зі школярами, що мають відхилення у стані здоров'я. Розподіл школярів за медичними групами.
 14. Фізична культура по триместрам вагітності. Роль правильного дихання і тужіння в пологах.
 15. Фізичне виховання учнів з захворюваннями органів дихання. Дихальні вправи у фізичному вихованні школярів з ослабленим здоров'ям.
 16. Мета і завдання фізичного виховання учнів, що мають відхилення у стані здоров'я. Засоби фізичного виховання дітей, віднесених до спеціальної медичної групи.
 17. Показання, задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури в післяпологовому періоді.
 18. Задачі, показання і протипоказання до занять фізичною культурою в середньому і похилому віці.
 19. Рухові режими: реабілітаційний, загальної фізичної підготовки, тренувальний, підтримування спортивного довголіття спортсмени-ветерана. .
 20. Профілактика опускання органів малого тазу. Лікувальна фізична культура при оперативному народженні і неправильних положеннях плоду.
 21. Правила правильного дихання. Методика навчання правильному диханню на заняттях в спеціальній медичній групі. Особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях органів дихання. Показання та протипоказання, спеціальні та загальнорозвивальні фізичні вправи.
 22. Фізичне виховання учнів з захворюваннями органів дихання. Дихальні вправи у фізичному вихованні школярів з ослабленим здоров'ям.
 23. Лікувальна фізична культура при гінекологічних захворюваннях. Загальні поняття про гінекологічні захворювання. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання.
 24. Розподіл групи для занять фізичною культурою з особами середнього та похилого віку. Організація і методика фізичного виховання.
 25. Загальна характеристика захворювань органів дихання. Механізми лікувальної дії фізичних вправ при патологічних процесах в органах дихання. Вплив дихальних вправ на здоров'я школярів, віднесених до спеціальної медичної групи.
 26. Лікувальна фізична культура при гінекологічних захворюваннях. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу. Приватні методики

- лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу; при хронічних запаленнях; при неутриманні мочи, при інфантилізмі, дисмінореї і в період клімаксу.
- 27.Характеристика видів порушень постави. Методика корекції дефектів постави. Загальне поняття про сколіотичну хворобу. Методика фізичного виховання при сколіозах.
 - 28.Правила правильного дихання. Методика навчання правильному диханню на заняттях в спеціальній медичній групі. Особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях органів дихання. Показання та протипоказання, спеціальні та загальнорозвивальні фізичні вправи.
 - 29.Лікувальна фізична культура в перед і післяопераційному періоді при операціях на органах черевної порожнини і грудної клітки. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування фізичних вправ у хірургії. Показання і протипоказання до застосування лікувальної фізкультури. Задачі і методика лікувальної гімнастики в перед і після операційному періоді.
 - 30.Симетричні вправи, асиметричні та деторсійні фізичні вправи. Плоскостопість та методика її корекції.Корегуюча гімнастика на заняттях в спеціальній медичній групі.
 - 31..Фізичне виховання школярів з порушеннями опорно-рухового апарату. Загальне поняття про поставу. Характерні ознаки правильної постави. Причини порушення постави.
 - 32.Лікувальна фізична культура в перед і післяопераційному періоді при операціях на органах черевної порожнини і грудної клітки. Приватні методики лікувальної фізичної культури при операціях на шлунку, кишечнику, легенях і серці. Особливості методики лікувальної гімнастики при жовчекам'яній хворобі.
 - 33.Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (серцево-судинна)
 - 34..Характеристика видів порушень постави. Методика корекції дефектів постави. Загальне поняття про сколіотичну хворобу. Методика фізичного виховання при сколіозах.
 - 35.Лікувальна фізкультура при простатиті. Будова і функції передміхурової залози. Причини, клінічне перебіг і лікування хронічного простатиту. Роль рухової активності в профілактиці простатиту.
 - 36.Особливості фізичного виховання дітей, хворих на ожиріння. Режим харчування, адекватність харчування, збалансованість харчування.

- Завдання фізичного виховання при ожирінні, стимуляція обміну речовин через дію фізичних вправ на ендокринну систему.
37. Симетричні вправи, асиметричні та деторсійні фізичні вправи. Плоскостопість та методика її корекції. Корегуєча гімнастика на заняттях в спеціальній медичній групі.
 38. Лікувальна фізкультура при простатиті. Загальне і місцеве комплексне лікування. Задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури при простатиті.
 39. Основні засоби фізичного виховання учнів віднесених до спеціальної медичної групи
 40. Фізичне виховання дітей з захворюваннями обміну речовин. Загальне поняття про ожиріння. Причини, що викликають захворювання ожирінням у дітей.
 41. Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (опорно-руховий апарат)
 42. Роль фізкультури в житті дівчинки, дівчини, жінки. Поняття про вагітність і пологи.
 43. Особливості фізичного виховання дітей, хворих на ожиріння. Режим харчування, адекватність харчування, збалансованість харчування. Завдання фізичного виховання при ожирінні, стимуляція обміну речовин через дію фізичних вправ на ендокринну систему.
 44. Фізична культура і спорт в середньому і похилому віці. Причини, які обумовлюють впровадження фізкультури і спорту в режим життя людей середнього і похилого віку. Процес старіння і спортсмен похилого віку.
 45. Лікувальна фізична культура в акушерстві. Фізкультура в період вагітності, пологів і післяпологовому періоді.
 46. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях органів травлення. Особливості фізичного виховання при органічних захворюваннях печінки та жовчовивідних шляхів.
 47. Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (серцево-судинна, дихальна система, нервова, опорно-руховий апарат).
 48. Основи методики фізичного виховання при серцево-судинній патології. Показання та протипоказання до застосування фізичних вправ. Особливості фізичного виховання при окремих захворюваннях серцево-судинної системи.
 49. Характер патології сучасної людини. Причини, які обумовлюють впровадження фізкультури і спорту в режим життя людей середнього і похилого віку.

- 50.Будова і функції верхніх дихальних шляхів. Механізм вдиху і видиху. Переваги дихання через ніс. Механізми лікувальної дії і завдання використання фізичних вправ при хронічних захворюваннях верхніх дихальних шляхів.
- 51.Характеристика контингенту школярів основної, підготовчої і спеціальної групи. Комплектування СМГ.
- 52.Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (серцево-судинна). Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
- 53.Приватні методики лікувальної фізкультури: при неправильному положенні матки і опущенні органів малого тазу; при хронічних запаленнях; при неутриманні мочи.
- 54.Основні форми проведення занять з фізичного виховання з СМГ
Принципи формуванні груп та підгруп СМГ
- 55.Процес старіння і особливості стану спортсмена-ветерана. Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
- 56.Спеціальні вправи для відновлення порушених функцій дихання. Особливості фізичного розвитку «часто хворіючих» дітей і методики фізичного виховання і загартування.
- 57.Особливості методики фізичного виховання в СМГ.
- 58.Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (опорно-руховий апарат) Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
- 59.Загальні поняття про гінекологічні захворювання. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу..
- 60.Принципи формування спеціальних медичних груп з фізичного виховання.
- 61.Зміна функціонально-морфологічних показників з віком (опорно-руховий апарат) Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
- 62.Загальні поняття про гінекологічні захворювання. Загальні показання до застосування лікувальної фізкультури. Протипоказання. Загальні задачі лікувальної гімнастики і масажу..
- 63.Принципи формування спеціальних медичних груп з фізичного виховання.
- 64.Зміна рухових якостей і навиків у спортсмена в похилому віці. Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з

людьми похилого віку.

65. Показання, задачі, форми і засоби лікувальної фізкультури в післяпологовому періоді.
66. Особливості проведення уроку фізкультури в СМГ
67. Тренуємість людей похилого віку. Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
68. Роль правильного дихання і тужіння в пологах.
69. Методика занять, рухливі ігри в системі фізичного виховання дітей СМГ.
70. Лікувальний контроль при масовій фізкультурно-оздоровчій роботі з людьми похилого віку.
71. Фізична культура по треместам вагітності.
72. Завдання і принципи фізичного виховання з дітьми СМГ
73. Рухові режими: реабілітаційний, загальної фізичної підготовки, тренувальний, підтримування спортивного довголіття спортсмени-ветерана.
74. Роль фізкультури в житті дівчинки, дівчини, жінки.
75. Критерії розподілу на медичні групи: стан здоров'я, фізичний розвиток і фізична підготовленість.
76. Задачі, показання і протипоказання до занять фізичною культурою в середньому і похилому віці.
77. Поняття про вагітність і пологи.
78. Характеристика контингенту школярів основної, підготовчої і спеціальної групи. Комплектування СМГ.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ ТА ВМІНЬ СТУДЕНТІВ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

Оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни «Фізична реабілітація» здійснюється на основі результатів поточного, модульного та підсумкового контролів.

Для організації поточного та модульного контролів знань студентів загальна кількість балів розподіляється по видах робіт, за якими оцінюється повнота оволодіння студентом програми дисципліни, визначається форми проведення контрольних заходів та критерії їх оцінювання.

Співвідношення системи оцінювання, прийнятої в університеті до 100-бальної системи

Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за бальною шкалою, що використовується в Херсонському державному університеті	Оцінка за 100 бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою
A	5	90-100	відмінно
B	4	82-89	добре
C	4	74-81	
D	3	64-73	задовільно
E	3	60-63	
FX	2	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання
F	1	1-34	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Поточний контроль успішності студентів здійснюється практично постійно за всіма видами робіт: виконання практичних робіт, виконання індивідуальних завдань, усні відповіді, тестування, виконання творчих робіт тощо. Оцінювання знань студентів здійснюється як за 7-бальною системою оцінювання, так і 100 бальним оцінюванням, як за національною шкалою

(відмінно, добре, задовільно, незадовільно), так і за шкалою ECTS (A, B, C, D, E, FX, F).

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ПОТОЧНОГО (МОДУЛЬНОГО) КОНТРОЛЮ.

В процесі поточного контролю здійснюється перевірка запам'ятовування та розуміння програмного матеріалу, набуття вміння і навичок конкретних розрахунків та обґрунтувань, опрацювання, публічного та письмового викладу (презентації) певних питань дисципліни.

Об'єктами поточного контролю знань студента є:

- систематичність та активність роботи на практичних заняттях;
- виконання завдань для самостійного опрацювання;
- виконання модульних завдань.

При контролі систематичності і активності роботи студента на практичних заняттях оцінці підлягають: рівень знань, продемонстрований у відповідях на практичних заняттях; активність при обговоренні питань, що винесені на практичних заняття; результати контрольних робіт.

Критерії оцінювання знань та вмінь студента за результатами вивчення навчальної дисципліни (форма контролю – диференційований залік) Відповідність шкал оцінювання наведені в таблиці:

5 (A) відмінно – 90-100 балів	за глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їхньому взаємозв'язку і розвитку, чітко і лаконічно; логічно і послідовно відповідати на поставлені запитання; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань;
4 (B) добре – 82-89 балів	за ґрунтовні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки; аргументовані відповіді на поставлені запитання; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язування практичних завдань;
4 (C) добре – 74-81 балів	за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки; аргументовані відповіді на поставлені запитання, які, однак, містять певні (несуттєві) неточності; вміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань;
3 (D) задовільно –	за посередні знання навчального матеріалу,

64-73 балів	мало аргументовані відповіді, слабке застосування теоретичних положень під час розв'язання практичних завдань;
3 (Е) задовільно 60-63 балів	за незнання значної частини навчального матеріалу, істотні помилки у відповідях на запитання, невміння застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань;
2 (FX) незадовільно – 35-59 балів	за незнання значної частини навчального матеріалу, істотні помилки у відповідях на запитання, невміння орієнтуватися під час розв'язання практичних задач, незнання основних фундаментальних положень.
1 (F) незадовільно – 1-34 балів	за не володіння необхідними знаннями, уміннями, навичками та науковими термінами, демонстрацію низького рівня теоретикометодичних знань та умінь

При визначенні модульної оцінки (зараховано або не зараховано) враховуються результати поточного контролю під час практичних занять, за самостійні та контрольні роботи, які відбулися між початком семестру та першим контрольним тижнем.

У разі невиконання завдань поточного контролю з об'єктивних причин, студент має право скласти їх індивідуально до останнього практичного заняття за дозволом декана. Порядок такого контролю визначає викладач.

Незадовільні оцінки та пропущені заняття відпрацьовуються в письмовій та усній формі. Відпрацьовані заборгованості не оцінюються (відпрацював / не відпрацював).

Результати підсумкового контролю знань вносяться до залікової відомості і враховуються при виставленні підсумкової оцінки за опанування дисципліни, а також результати захисту індивідуальних завдань, передбачених робочою навчальною програмою. Атестація із змістовного модулю здійснюється на останньому занятті. Результати змістовного модулю вносяться до екзаменаційної відомості.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ МОДУЛЮ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

При контролі виконання завдань для самостійного опрацювання оцінці підлягає: самостійне опрацювання тем в цілому чи окремих питань

виконання індивідуальних робіт з елементами наукового дослідження; підготовка та захист рефератів.

Оцінка за модуль самостійної роботи (зараховано або не зараховано) виставляється студенту після закінчення курсу.

Виконання завдань самостійного модулю виконується студентом згідно плану. Якість самостійної роботи оцінюється за наступною шкалою:

- виконана робота за планом – 10-20 балів – за 1 модуль; 10-20 балів – за 2 модуль.

- підготовка та захист реферату – 10-20 балів. Вивчення курсу передбачає підготовку та захист двох рефератів – 20-40 балів.

Оцінка за самостійний модуль (зараховано або не зараховано) виставляється студенту після закінчення курсу. Форма контролю – залік:

«Зараховано» за самостійний модуль ставиться студенту, який отримав 60-100 балів.

«Не зараховано» - ставиться студенту, який отримав від 1-59 балів.

Результати самостійного модулю вносяться до екзаменаційної відомості і враховуються при виставленні підсумкової оцінки за опанування дисципліни.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ СЕМЕСТРОВОГО (ПІДСУМКОВОГО) КОНТРОЛЮ.

Підсумковий контроль у формі семестрового заліку проводиться за навчальним матеріалом, визначеним робочою навчальною програмою дисципліни в повному обсязі за семестр.

До підсумкового контролю з навчальної дисципліни не допускаються студенти, у яких не складено змістовні модулі та модулі самостійної роботи.

Залік з дисципліни складається згідно змістовних та самостійного модулів, що проводиться після закінчення курсу.

Залік з дисципліни складається згідно тестування, що проводиться після закінчення курсу.

«Зараховано» (60-100 балів) за залік ставиться студенту, який виконав робочу програму за результатами аудиторного та самостійного модулів та отримав за підсумкове тестування задовільну оцінку.

«Не зараховано» (1-59 балів) ставиться студенту, у якого не складані змістовні модулі та модулі самостійної роботи або за підсумкове тестування отримано незадовільна оцінка.

Диференційований залік з дисципліни складається згідно змістовних та самостійного модулів, що проводиться після закінчення курсу.

Результати семестрового контролю знань вносяться до залікової відомості.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАНЬ

A5 100- 90 (відмінно)	Студент має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу предмету, може чітко сформулювати відповідь використовуючи спеціальну термінологію, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми валеології, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті теоретичні знання в практичній роботі. Не допускає помилок в усній та письмовій формах контролю. Вміє скласти комплекс фізичних вправ відповідно до нозології. Знає методи дослідження здоров'я.
В 4 (добре)82-89	Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує практичну роботу без помилок, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в спеціальній термінології, наведених прикладах. Може скласти комплекс з фізичних вправ, вміло використовує здобуті знання на практиці. Допускає незначні помилки в усній та письмовій формах контролю.
С 4 (добре)м74-81	Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички в аналізі; але не вміє самостійно мислити, не може вийти за межі теми. Комплекс з фізичних вправ складає з використанням спеціальної літератури. Допускає деякі помилки в усній та письмовій формах контролю. Добре виконує завдання самостійної роботи.
D 3 64-73 (задовільно)	Студент знає основні теми курсу, має уявлення про структуру, проблематику валеології, але його знання мають загальний характер, іноді непідкріплені прикладами. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. Має прогалини в теоретичному курсі та практичних вміннях. Складає комплекс фізичних вправ з використанням літератури. Допускає помилки в усній та письмовій формах контролю. Завдання самостійної роботи виконав задовільно.
Е 3 60-63 (задовільно)	Студент має несистемні знання з теми курсу. Замість чіткого термінологічного визначення пояснює теоретичний матеріал на побутовому рівні. Має прогалини в теоретичному курсі та практичних вміннях. Складає

	комплекс фізичних вправ з використанням літератури. Допускає помилки в усній та письмовій формах контролю. Завдання самостійної роботи виконав задовільно.
FX 2 59-35(незадовільно) з можливістю повторного складання	Студент має фрагментарні знання з усього курсу. Не володіє спеціальною медичною термінологією оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. Мова невиразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання. Завдання самостійної роботи не виконав. Вів себе пасивно на практичних заняттях, має низький рівень культури виконання завдань
F 1-34 (незадовільно) з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно.

Список літератури

1. Мухін В.М. Фізична реабілітація/ К.: Олімпійська література, 2005. – 472 с.
2. Пархотик И.И. Физическая реабилитация при травмах верхних конечностей/ К.: Олимпийская литература, 2007. – 280 с.
3. Марченко О.К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи: Навч. Посібник/ К.: Олімпійська література, 2006. – 196 с.
4. Вакуленко Л.О., Клапчук В.В.зі співавторами. Основи фізичної реабілітації: Навчальний посібник. – Режим доступу: https://www.researchgate.net/profile/Dmytro_Vakulenko/publication/289520836_OSN_OVI_FIZICNOI_REABILITACII/pdf Тернопіль: ТНПУ, 2010. – 234 с.
5. Попова С.Н. Физическая реабилитация/ Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 608 с.
6. Шаповалова В.А. Спортивна медицина і фізична реабілітація: Навч. Посібник/ К.: Медицина, 2008. – 248 с..
7. Бойчук Т., Голубєва М. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації/ Л.: ЗУКЦ, 2010. – 240.
8. Бєлікова Н.О., Сущенко Л.П. Основи фізичної реабілітації в схемах і таблицях: навчально-методичний посібник. – Режим доступу: <http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/7878/1/physiotherapy.pdf>/ К., ТОВ “Козарі”, 2008. – 74 с.