**БАЗОВІ ПРОФЕСІЙНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПО ДИСЦИПЛІНІ «МЕХАНОТЕРАПІЯ»**

**ДЛЯ МАГІСТРІВ «ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Типові завдання діяльності** | **Компетентності** | **Результати навчання** |
| **1. ДОСЛІДНИЦЬКО-АНАЛІТИЧНА ФУНКЦІЯ** | | |
| 1.3. Визначення перспективних шляхів використання засобів фізичної реабілітації. | 1.3.1. Здатність до програмування занять з фізичної реабілітації. | 1.3.1.1. Знання характеристики понять «реабілітація», «види реабілітації» та «комплексна терапія».  1.3.1.2. Знання клініко-фізіологічної дії фізичних вправ на організм людини.  1.3.1.3. Уміння використовувати принципи програмування занять фізичною реабілітацією.  1.3.1.4.Уміння програмувати заняття з фізичної реабілітації |
|  | | |
| **Типові завдання діяльності** | **Компетентності** | **Результати навчання** |
| **2. ТЕХНОЛОГІЧНА ФУНКЦІЯ** | | |
| 2.1. Використання основних засобів і методів фізичної реабілітації з можливістю подальшого навчання за відповідним професійним спрямуванням. | 2.1.1. Здатність визначити загальні підходи до вибору необхідної методики застосування фізичних вправ з лікувальним призначенням. | 2.1.1.1. Знання про основні засоби, форми та методи, рухові режими, періоди та етапи фізичної реабілітації.  2.1.1.2. Уміння дотримуватись визначеного алгоритму дій під час виконання лікувальної гімнастики з урахуванням патології, діагнозу, періоду та перебігу захворювання.  2.1.1.3. Комплексні знання та уміння з фізичної реабілітації для подальшого навчання за відповідним професійним |
| 2.2. Реалізація основних технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності з можливістю подальшого навчання за відповідним професійним спрямуванням. | 2.2.1. Здатність до загальної орієнтації у застосуванні технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності. | 2.2.1.1. Знання технології оцінювання рівня рухової активності людини.  2.2.1.2. Знання технологічних засад кондиційного  тренування.  2.2.1.3. Знання характеристик технологічних основ оздоровчого фітнесу.  2.2.1.4. Знання характеристик технологічних основ спорту для всіх.  2.2.1.5. Знання характеристик технологічних основ фізичної рекреації.  2.2.1.6. Знання особливостей залучення різних груп населення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності.  2.2.1.7. Комплексні знання та уміння з теорії та технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності для подальшого навчання за відповідним професійним спрямуванням |
| 2.4. Здійснення оцінки та моніторингу рівня здоров’я. | 2.4.1. Здатність оцінювати рівень індивідуального здоров’я. | 2.4.1.1. Знання основних положень теорії вимірів та особливостей метрологічного контролю у сфері збереження та зміцнення здоров’я. |
|  |  | 2.4.1.2. Знання сутності «безпечного рівня здоров’я».  2.4.1.3. Уміння використовувати сучасні методи діагностики індивідуального здоров’я.  2.4.1.4. Уміння використовувати методи моніторингу фізичного стану людини.  2.4.1.5. Знання особливостей оцінки фізичного стану осіб різного віку та статі.  2.4.1.6. Уміння визначити біологічний вік людини. |
| 2.4.2. Здатність проводити моніторинг рівня громадського здоров’я. | 2.4.2.1. Знання основних положень кваліметрії.  2.4.2.2. Уміння використовувати методи опитування та анкетування.  2.4.2.3. Уміння використовувати метод експертних оцінок. |
| 2.5. Надання консультацій з окремих питань здорового способу життя. | 2.5.1. Здатність аналізувати спосіб життя особи та його вплив на здоров’я. | 2.5.1.1. Знання особливостей впливу способу життя на здоров’я особи.  2.5.1.2. Знання основних принципів здорового способу життя.  2.5.1.3. Знання рекомендацій Всесвітньої організації охорони здоров’я стосовно здорового способу життя. |
| 2.5.2. Здатність надавати рекомендації щодо ведення здорового способу життя. | 2.5.2.1. Уміння надавати рекомендації щодо профілактики та принципів боротьби зі шкідливими звичками.  2.5.2.2. Уміння надавати рекомендації щодо профілактики та усунення наслідків психоемоційного стресу.  2.5.2.3. Знання основних принципів медичної активності особи для профілактики неінфекційних захворювань.  2.5.2.4. Знання особливостей комплексної взаємодії різних компонентів здорового способу життя. |
| 2.6. Надання консультацій з питань раціонального харчування. | 2.6.1.Здатність пропагувати основні положення та принципи раціонального харчування. | 2.6.1.1. Знання концепцій сучасної гігієни харчування та дієтології.  2.6.1.2. Знання принципів та етапів побудови раціонального харчування. |
| 2.6.2. Здатність здійснювати оцінку та корекцію раціону харчування. | 2.6.2.1. Уміння визначати значення та враховувати особливості використання різних продуктів для раціонального харчування.  2.6.2.2. Знання вимог до раціонального харчування з урахуванням віку, особливостей трудової діяльності та режиму рухової активності. |
| 2.7. Демонстрація основних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності. | 2.7.1. Здатність показати виконання основних видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності. | 2.7.1.1. Уміння демонструвати виконання сучасних видів оздоровчого фітнесу.  2.7.1.2. Уміння брати участь у рекреаційних рухливих іграх та анімаційних заходах.  2.7.1.3. Уміння брати участь у заходах зі спортивно-оздоровчого туризму.  2.7.1.4. Уміння брати участь у заходах з різних видів фізичної рекреації.  2.7.1.5. Уміння брати участь у тренуваннях та змаганнях з сучасних видів спорту для всіх. |
| 2.9. Надання долікарської допомоги в загрозливих для життя станах. | 2.9.1. Здатність надавати долікарську допомогу під час раптових серцево-судинних захворювань. | 2.9.1.1. Знання про причини та ознаки гіпертонічної та ішемічної хвороби, інфаркту міокарда та інсульту.  2.9.1.2. Володіння методикою надання долікарської допомоги під час раптових серцево-судинних захворювань. |
| 2.9.2. Здатність надати долікарську допомогу під час травм опорно-рухового апарату. | 2.9.2.1. Знання про причини та ознаки травмування під час рухової активності.  2.9.2.2. Знання характеристики травматичного шоку, його перебігу, основних ознак.  2.9.2.3. Знання видів та ознак переломів кісток.  2.9.2.4. Уміння здійснювати транспортну іммобілізацію при ушкодженні кісток.  2.9.2.5. Володіння методикою долікарської допомоги під час травм шиї, хребта, грудної клітини, кінцівок.  2.9.2.6. Уміння накладати пов’язки при різних видах травм. |
| 2.9.3. Здатність надавати долікарську допомогу під час кровотечі. | 2.9.3.1. Знання особливостей різних видів ран (різані, колоті, вогнестрільні тощо).  2.9.3.2. Знання видів кровотеч та їх наслідків.  2.9.3.3. Оволодіння методикою долікарської допомоги під час зовнішньої та внутрішньої кровотеч. |
| 2.10. Мотивація осіб до здорового способу життя та залучення до оздоровчо-рекреаційної рухової активності. | 2.10.1. Здатність спонукати особу до здорового способу життя та активного дозвілля оздоровчої спрямованості | 2.10.1.1. Знання різних теоретичних концепцій психології здоров’я та здорового способу життя.  2.10.1.2. Знання критеріїв психологічного здоров’я та позитивного емоційного стану.  2.10.1.3. Знання психологічних механізмів забезпечення психічного здоров’я.  2.10.1.4. Уміння формувати поведінку особи, спрямовану на збереження і зміцнення здоров’я. |
| **3. ОРГАНІЗАЦІЙНА ФУНКЦІЯ** | | |
| 3.1. Організація груп активного відпочинку, служб здорового способу життя, центрів фізичної реабілітації за місцем проживання, відпочинку та роботи громадян. | 3.1.1. Здатність до організаційної роботи зі створення та забезпечення функціонування організацій з фітнесу, рекреації та фізичної реабілітації. | 3.1.1.1. Знання організаційно-правових форм суб’єктів оздоровчо-рекреаційної та реабілітаційної спрямованості.  3.1.1.2. Знання передового зарубіжного досвіду з функціонування організацій з фітнесу, рекреації та фізичної реабілітації.  3.1.1.3. Уміння використовувати алгоритм дій щодо створення організацій оздоровчо-рекреаційної та реабілітаційної спрямованості різних форм власності. |