

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

Кафедра фізичної терапії та ерготерапії

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Терапевтичні вправи

2023-2024 навчальний рік, денна форма здобуття вищої освіти

1.1. Загальна інформація

Назва освітньої програми	227 Фізична терапія, ерготерапія https://uni-sport.edu.ua/sites/default/files/vseDocumenti/227_fizychna_terapiya_ergoterapiya_0.pdf
Код і назва дисципліни за освітньою програмою	ОК.ЦС22 Терапевтичні вправи https://dn.uni-sport.edu.ua/course/view.php?id=260
Семестр навчального року Календарні терміни вивчення	<i>I-II семестр</i> <i>Вересень-травень</i>
Форма підсумкового контролю	Екзамен
Прізвище, ім'я та по батькові науково-педагогічних працівників, контактна інформація, електронна адреса	Кормільцев Володимир Володимирович, к.фіз.вих., доцент w3rw0lf17@gmail.com https://uni-sport.edu.ua/content/kormilcev-volodymyr-volodymyrovych

1.2. Кредити ЄКТС, види занять, кількість годин

кількість кредитів ЄКТС	лекції	семінарські	практичні	лабораторні	самостійна робота	загальна кількість годин
5	24		46		80	150

1.3. Оцінювання результатів навчання

Номер і назва теми практичних, семінарських та лабораторних занять	Завдання для самостійної роботи до заняття	Засоби оцінювання під час заняття та кількість балів	Загальна кількість балів за заняття
--	--	--	-------------------------------------

1.Основоположні та прикладні аспекти застосування терапевтичних вправ.	Терапевтичні вправи: вплив на фізичні функції; класифікація стану здоров'я, функціонування та інвалідність	Експрес-контроль. Есе. Презентації. Реферат	20
2.Основні компоненти терапевтичних програм фізичної активності. Загальна характеристика основних видів терапевтичних вправ.	Класифікація фізичних вправ, що застосовуються з терапевтичною метою; основні лікувальні концепції вправ; принципи та методи дозування терапевтичних вправ; лікувальний ефект від прикладного застосування вправ.	Експрес-контроль. Есе. Презентації.	20
3.Терапевтичні вправи на розтягування: визначення, характеристика,особливості застосування, в залежності від сегменту.	Особливості застосування вправ на розтягування та планування втручання.	Експрес-контроль. Есе. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
4.Терапевтичні вправи з опором: визначення, характеристика,особливості застосування, в залежності від сегменту.	Загальна характеристика і методика імплементації різних видів опору та обтяжень в терапевтичній програмі фізичної активності.	Експрес-контроль. Есе. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
5. Місце Міжнародної класифікації функціонування (МКФ) в системі фізичної терапії. Структура та компоненти МКФ. Застосування МКФ в плануванні реабілітаційного втручання.	Роль та місце Міжнародної класифікації функціонування (МКФ) в системі фізичної терапії.	Тестування	15
6.Терапевтичні вправи на збільшення амплітуди: визначення, види амплітуди, особливості та протипокази до застосування терапевтичних вправ.	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування терапевтичних вправ на збільшення амплітуди.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
7.Терапевтичні вправи на розтягування при порушенні	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування	Експрес-контроль. Презентації.	5

мобільності: основні види вправ на розтягування, клінічні рекомендації, основні техніки та методика застосування терапевтичних вправ, в залежності від сегменту.	терапевтичних вправ на розтягування при порушеннях рухливості різних суглобів.	Освоєння практичних навичок.	
8. Терапевтичні вправи з мануальним опором: визначення, клінічні рекомендації щодо застосування, особливості та протипокази до застосування терапевтичних вправ. Методика виконання в різних сегментах.	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування терапевтичних вправ з мануальним опором в різних сегментах.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
9. Методика дозування вправ з опором: види та характеристика типів м'язових скорочень, методика та критерії визначення дозування навантаження у вправах на розвиток сили. Методика визначення 1 повторного максимуму.	Методики та методи дозування терапевтичних вправ з опором. Визначення 1 повторного максимуму.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	15
10. Терапевтичні аеробні вправи: основні види застосовуваних вправ, їх особливості, клінічні рекомендації та види аеробних тренувань, що застосовуються в терапевтичних програмах фізичної активності.	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування терапевтичних аеробних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
11. Методика дозування терапевтичних аеробних вправ: поняття інтенсивності тренування, методики визначення інтенсивності, основні принципи дозування циклічного аеробного фізичного навантаження.	Методика та методи дозування циклічного аеробного навантаження. Основні зрушення в організмі під впливом циклічних аеробних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	15
12. Терапевтичні вправи на покращення балансу: основні види балансу, його характеристики, клінічні рекомендації, особливості	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування терапевтичних вправ при різних порушеннях балансу.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5

застосування терапевтичних вправ, в залежності від виду порушення балансу.			
13. Терапевтичні вправи на мобілізацію: види мобілізації, характеристика основних мобілізаційних рухів, клінічні рекомендації та особливості застосування мобілізаційних технік, в залежності від типу та сегменту порушення.	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування мобілізаційних терапевтичних технік при різних порушеннях.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
14. Терапевтичні вправи у воді: основні види вправ, характеристика необхідного додаткового устаткування, особливості впливу водного середовища під час реалізації плану втручання. Клінічні рекомендації та методика застосування терапевтичних вправ у воді, в залежності від патологічного стану.	Загальна характеристика та основні детермінанти застосування терапевтичних вправ у воді при різних патологічних станах.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
15. Терапевтичні вправи при порушеннях хребта: будова хребтового стовпа, артрокінеMATика, характеристика основних фаз втручання, основні терапевтичні вправи, що застосовуються при вертеброгенній патології та методика їх імплементації в терапевтичну програму фізичної активності.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях хребта в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
16. Терапевтичні вправи при порушеннях плечового суглоба: будова та артрокінеMATика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях плечового суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5

визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	вправ.		
17. Терапевтичні вправи при порушеннях ліктьового суглоба: будова та артрокінематика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях ліктьового суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
18. Терапевтичні вправи при порушеннях променево-зап'ясткового суглоба: будова та артрокінематика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях променево-зап'ясткового суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
19. Терапевтичні вправи при порушеннях кульшового суглоба: будова та артрокінематика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях кульшового суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	10

20. Терапевтичні вправи при порушеннях колінного суглоба: будова та артрокінеMATика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях колінного суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
21. Терапевтичні вправи при порушеннях гомілково-надп'яtkового суглоба: будова та артрокінеMATика, показання та протипоказання до застосування терапевтичних вправ, фактори, що визначають швидкість прогресу втручання. Клінічні рекомендації та побудова програми терапевтичних вправ.	Методика застосування терапевтичних вправ при порушеннях гомілково-надп'яtkового суглоба в залежності від патологічного стану. Побудова програми терапевтичних вправ.	Експрес-контроль. Презентації. Освоєння практичних навичок.	5
22-23.Методика розробка та впровадження програми терапевтичних вправ, в залежності від патологічного стану: особливості інтерпретації вихідних даних та клінічне прийняття рішень.	Побудова програми терапевтичних вправ, в залежності від типів патологічних станів.	Освоєння практичних навичок. Тестування.	30
		Усього:	200

1.4. Обладнання, інструментарій, програмне забезпечення, необхідні для викладання навчальної дисципліни

Функціональне ліжко/кушетка, стілець зі спинкою, стілець без спинки, пересувний стілець, сходи, сходи з похилою площиною, подушки різного розміру, клин реабілітаційний, валик реабілітаційний, валик з піноматеріалу, еластичний брус, балансувальна тренажер-подушка, стрічка-еспандер, тренажер для кисті, мат для балансування, гімнастичний мат

(інформація надається за необхідності)

1.5. Заходи з неформальної освіти, що можуть бути застосовані в процесі викладання навчальної дисципліни:

стажування, курси, майстер-класи, тренінги, семінари, що підтверджено відповідним документом (сертифікат, диплом тощо).