

ОСНОВИ ФІТОТЕРАПІЇ

Назва кафедри, яка викладає навчальну дисципліну	Кафедра медицини, громадського здоров'я та екології спорту
Шифр вибіркової навчальної дисципліни	ВД101
Загальна кількість кредитів ЄКТС	3 кредити ЄКТС
Форма підсумкового контролю	залік
Короткий опис змісту дисципліни (мета, тематика та зміст)	<i>Мета дисципліни</i> - дисципліна спрямована на ознайомлення здобувачів з історією, теоретичними основами та біологічними властивостями лікарських рослин; вивчення можливостей використання фітотерапії для зміцнення здоров'я та попередження захворювань; формування уявлення про фітотерапію як додатковий інструмент для покращення спортивної форми, відновлення та реабілітації. <i>Зміст дисципліни</i> спрямовано на вирішення наступних завдань: ознайомити здобувачів з базовими поняттями фітотерапії, її історичними витоками, сучасним значенням у системі оздоровлення та реабілітації; вивчити хімічний склад, фармакологічні властивості та класифікацію лікарських рослин, що найчастіше застосовуються в медичній і спортивній практиці; навчити визначати показання та протипоказання до застосування фітозасобів у спортсменів, пацієнтів після захворювань і травм, людей зі зниженим імунітетом; сформувати практичні навички з підбору, приготування і використання фітопрепаратів, включаючи чаї, настої, відвари, компреси, мазі тощо; розглянути роль фітотерапії у зниженні фізичного та психоемоційного напруження, покращенні якості сну, апетиту, адаптації до навантажень; навчити здобувачів інтегрувати фітотерапію в реабілітаційні програми, зокрема при функціональних розладах, перевтомі, м'язовій втомі, запальних процесах;

	сформувати екологічно орієнтоване ставлення до здоров'я, раціонального використання природних ресурсів і природних методів оздоровлення. <i>Основні теми:</i> загальні положення медичної екології; вступ до фітотерапії та основи фітохімії; застосування лікарських рослин у профілактиці та оздоровленні; фітотерапія у спорті та фізичній культурі.
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни (загальні та/або спеціальні)	<i>Загальні компетентності:</i> Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. Здатність застосування знань у практичних ситуаціях. Здатність до міжособистісної взаємодії. Здатність зберігати та приумножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя. <i>Спеціальні компетентності:</i> Здатність враховувати у практичній діяльності медико-біологічні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної терапії. Здатність використовувати у професійній діяльності сучасні теорії, методи соціальних наук та наук про здоров'я.
ПІБ науково-педагогічного працівника/ів, який/і викладає/ють навчальну дисципліну, електронна пошта	Маслова Олена Володимирівна omaslova@uni-sport.edu.ua Коломієць Тетяна Василівна tkolomiets@uni-sport.edu.ua Терещенко Тетяна Олександрівна ttereshchenko@uni-sport.edu.ua