



Рівненський державний гуманітарний університет

Психолого-природничий факультет

Кафедра Теорії і практики фізичної культури і спорту

СИЛАБУС

Назва дисципліни / освітнього компонента	Коригуюча гімнастика
Освітня програма	Фізична терапія
Компонент освітньої програми	Вибіркова
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	4 кредити / 120 годин
Вид підсумкового контролю з	залік
Мова викладання	Українська мова
Викладач	Давидюк Ірина Василівна, старший викладач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту
CV викладача на сайті кафедри	http://rshu-som.rv.ua/
E-mail викладача	drozd_I@ukr.net davudjyk680@gmail.com
Консультації	<i>Очні консультації:</i> середа(12.00-15.00год) - лабораторія кафедри ТПФКіС <i>Онлайн- консультації:</i> Розклад присутності викладача на спеціальному форумі - (в інтернет мережах).

Мета дисципліни. Досягнення основних кінцевих цілей, визначених у Стандарті підготовки спеціаліста за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія». Майбутній фізичний терапевт, ерготерапевт перш за все повинен уміти організовувати і проводити вправи коригуючої гімнастики при різних захворюваннях.

Завдання дисципліни: Головне завдання дисципліни «Коригуюча гімнастика» – навчити студентів підбирати і самостійно складати вправи корекційної спрямованості, організовувати групу і проводити вправи коригуючої гімнастики.

Очікувані результати навчання

Відповідно до ОПП в результаті вивчення дисципліни «Коригуюча гімнастика» у здобувачів вищої освіти мають бути сформовані відповідні компетентності:

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)

- СК 03. Здатність трактувати патологічні процеси та порушення і застосовувати для їх корекції придатні засоби фізичної терапії, ерготерапії
- СК 08. Здатність ефективно реалізовувати програму фізичної терапії та/або ерготерапії.
- СК 09. Здатність забезпечувати відповідність заходів фізичної терапії функціональним можливостям та потребам пацієнта/клієнта.
- СК 11. Здатність адаптовувати свою поточну практичну діяльність до змінних умов.

Програмні результати навчання

Програмні результати навчання формулюються та деталізуються на підставі програмних результатів навчання (ПРН), відповідно до освітньо-професійної програми.

Реалізовувати готовність до зміцнення та збереження особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та проведення роз'яснювальної роботи серед пацієнтів/клієнтів, членів їх родин, медичних фахівців, а також покращенню довкілля громади.

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

ПР 10. Здійснювати заходи фізичної терапії для ліквідації або компенсації рухових порушень та активності.

ПР 16. Проводити інструктаж та навчання клієнтів, членів їх родин, колег і невеликих груп.

По закінченню курсу студент повинен

знати:

- ✓ Гімнастичну термінологію;
- ✓ Види коригуючої гімнастики;
- ✓ Техніку виконання основних вправ на гімнастичних приладах;
- ✓ Біологічні особливості рухової активності;
- ✓ Комплекси вправ при різних нозологіях;
- ✓ Методи інтегральної оцінки фізичного здоров'я;
- ✓ Особливості проведення окремих форм лікарсько-педагогічного контролю.

уміти:

- ✓ Планувати різновиди коригуючої гімнастики;
- ✓ Практично застосовувати механізми реабілітаційної дії гімнастичних вправ;
- ✓ Складати реабілітаційні програми із застосуванням вправ коригуючої гімнастики.

Програма навчального курсу

Теоретико-методичні засади коригуючої гімнастики

Змістовий модуль 1.

Тема 1 Теоретико-методичні засади коригуючої гімнастики. Завдання Коригуючої гімнастики.

Тема 2. Коригуюча гімнастика при порушеннях постави.

Тема 3. Коригуюча гімнастика при кіфозі (вправи в партері й у гімнастичній стінки).

Тема 4. Коригуюча гімнастика при кіфозі (вправи з гімнастичною палкою, м'ячем, у воді).

Тема 5. Коригуюча гімнастика при лордозі (вправи в партері).

Тема 6. Коригуюча гімнастика при ортопедичних порушеннях нижніх кінцівок. Коригуюча гімнастика при плоскостопості

Базові принципи коригуючої гімнастики.

Змістовий модуль 2.

Тема 7. Базові принципи коригуючої гімнастики.

Тема 8. Коригуюча гімнастика при ортопедичних порушеннях. Коригуюча гімнастика при порушеннях рухливості хребта.

Тема 9. Коригуюча гімнастика в офтальмології

Тема 10. Корекція дихальної системи

Тема 11. Корекція м'язової системи

Тема 12. Дозування фізичного навантаження на заняттях коригуючою гімнастикою. Постізометрична релаксація м'язів.

Рекомендована література

Основна

1. Вакуленко Л. О. Клапчук В. В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. – Тернопіль: ТДМУ. 2019. 372 с.
2. Козак Д. В. Лікувальна фізична культура : посібник. – Тернопіль: ТДМУ. 2018. 108 с.
3. Ляхова І. М. Корируюча гімнастика : навчальний посібник для практичної роботи студентів III курсів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» / І. М. Ляхова, І. В. Шаповалова, М. О. Олійник. – Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. – 92 с. 12
4. Христова Т. Є. Основи лікувальної фізичної культури: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізичне виховання». – Мелітополь: ТОВ «Колор Принт». 2015. 172 с. 7.2.

Додаткова

- 1 Єдинак Г.А. Концепція неперервної реабілітаційно-адаптивної рухової діяльності дітей з церебральним паралічем: наук.посібник. Кам-Под.: ПП Мошак М.І., 2003. 36 с.
- 2 Козак Д.В., Давибіда Н.О. Лікувальна фізична культура: посібник. Тернопіль: ТДМУ, 2016. 108 с. 3 Мелега К.П. Сучасні технології здоров'язбереження: навч. посіб. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2018. 200 с.
- 4 Мухін В.М. Фізична реабілітація: підручн. для студентів вищих навч. закладів фіз. вихов. і спорту. Київ: Олімпійська л-ра, 2000. 424 с.
- 5 Огнистий А.В. Сучасні фізкультурно-оздоровчі системи (короткий довідник). Тернопіль: СМТ «ТАЙП», 2009. 87 с.
- 6 Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / За заг. ред. Л. О. Вакуленко, В. В. Клапчука. Тернопіль: ТНПУ, 2010. 234 с.
- 7 Совтисік Д.Д., Зданюк В.В. Лікувальна фізична культура: навч.-метод. посіб. Кам.-Под.: [б. в.], 2013. Ч. 1. 82 с.
- 8 Соколовський В.С., Романова Н.О., Юшковська О.Г. Лікувальна фізична культура: підруч. Одеса: Одес. держ. мед. ун-т, 2005. 234 с.

Інформаційні (інтернет) ресурси

1. <http://library.rshu.edu.ua> – сайт наукової бібліотеки Рівненського державного гуманітарного університету.
2. <http://som-rshu.rv.ua> – сайт кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ.
3. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12> – Закон України «Про фізичну культуру і спорт»
4. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004> – указ президента України Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту
5. <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/29388> – Постанова Кабінету Міністрів України Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року
6. www.znz.edu-ua.net – освітній портал нормативно-правового і програмно-методичного забезпечення в загальноосвітніх навчальних закладах України.
7. www.osvita.org.ua – освітній портал, що містить структуровані освітні ресурси України, базу даних ВНЗ України.
8. www.school.edu-ua.net – освітній сайт, який представляє в інтернеті українські навчальні програми, підручники, довідники, методичні посібники.
9. www.education.gov.ua – сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту.
10. <http://www.kmu.gov.ua/>
11. <http://www.business-rada.kmu.org.ua/>
12. <http://www.ucee.com.ua/>

Система оцінювання

Рівень знань здобувачів вищої освіти оцінюється відповідно до Положення про

оцінювання знань та умінь здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного університету. Підсумкова (загальна) оцінка з навчальної дисципліни є сумою оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювані форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове оцінювання рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи (модульний контроль); оцінка (бали) за виконання практичних робіт; оцінка (бали) за екзамен.

Еквівалент оцінки в балах для кожної окремої теми / виду діяльності може бути різний, загальну суму балів за тему визначено в розподілі балів, які отримують здобувачі вищої освіти при вивченні дисципліни.

Результат освітньої діяльності здобувача вищої освіти оцінюється згідно Положення про оцінювання знань і умінь здобувачів вищої освіти РДГУ за такими рівнями та критеріями:

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти під час вивчення дисципліни

Поточне тестування та самостійна робота										ІНДЗ	Підсумковий тест	Сума
Змістовий модуль № 1				Змістовий модуль № 2								100
T1,2	T3,4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12			
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5			
Модульний контроль 10					Модульний контроль 10					10	10	

Критерії оцінювання по видах діяльності

№ з/п.	Вид навчальної діяльності	Оціночні бали	Кількість балів
Обов'язкові			
T1-T6	Виконання завдань під час практичних занять	6*3	18
	Виконання завдань самостійної роботи.	6*2	12
T7-T12	Виконання завдань під час практичних занять	6*3	18
	Виконання завдань самостійної роботи.	6*2	12
Модульний контроль 1		10	10
Модульний контроль 2		10	10
ІНДЗ		10	10
Підсумковий тест		10	10
Разом		100	

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Завдання здобувачі вищої освіти мають виконувати і здавати відповідно до графіку освітнього процесу. Перескладання модулів, заліків, екзаменів відбувається у терміни ліквідації академічних заборгованостей, визначених кафедрами та деканатами.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувач вищої освіти під час виконання самостійної та індивідуальної роботи повинен дотримуватись політики доброчесності. У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача вищої освіти він отримує незадовільну оцінку і повинен повторно виконати завдання, які передбачені у силабусі.

Силабус розроблено на основі робочої програми навчальної дисципліни «Коригуюча гімнастика» (протокол № 5 від 29 травня 2025 р.)