



Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет
Кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії
СИЛАБУС

Назва дисципліни	Терапевтичні вправи
Освітня програма	Фізична терапія
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	3,0 кредити / 90 годин
Вид підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	українська
Викладач	Касянчук В.М., к.м.н., доцент кафедри біології, здоров'я людини та фізичної терапії
CV викладача на сайті кафедри	https://kbft.rshu.edu.ua/
E-mail викладача:	kasvik@ukr.net
Консультації	<i>Очні консультації:</i> розклад присутності на кафедрі згідно з графіком консультацій <i>Он лайн- консультації:</i> розклад присутності викладача на спеціальному форумі (в інтернет мережах).

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Терапевтичні вправи» є поглиблення знань студентів про проведення реабілітаційних заходів у пацієнтів з різною патологією та набуття ними теоретичних знань та практичних навичок щодо особливостей проведення терапевтичних вправ у фахово-реабілітаційній діяльності для відновлення здоров'я і працездатності хворих.

Основними завданнями дисципліни «Терапевтичні вправи» є:

- формування загальних та фахових компетентностей в розрізі предмету;
- навчити студентів оволодіти навичками роботи з проведення і застосування терапевтичних вправ;
- проводити безпечно для пацієнта/клієнта та практикуючого фахівця практичну діяльність з фізичної терапії;
- виробити базові навички розробки індивідуального комплексу терапевтичних вправ;
- визначати доцільні методи впливу терапевтичних вправ при тих чи інших захворюваннях, вибрати оптимальний для хворого комплекс терапевтичних вправ.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні набути таких

Очікувані результати навчання

ПР 04. Застосовувати у професійній діяльності знання біологічних, медичних, педагогічних та психосоціальних аспектів фізичної терапії та ерготерапії.

ПР 09. Реалізувати індивідуальні програми фізичної терапії, ерготерапії.

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

ПР 11. Здійснювати заходи фізичної терапії, ерготерапії для ліквідації або компенсації функціональних та асоційованих з ними обмежень активності та участі в діяльності.

Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1.

Тема 1. Вступ. Історія застосування лікувальних вправ.

Тема 2. Загальна характеристика загальнозміцнюючих вправ та механізми терапевтичної дії вправ, класифікація.

Тема 3. Правила запису та вихідні положення при виконанні загальнозміцнюючих вправ.

Тема 4. Методика складання комплексів загальнозміцнюючих терапевтичних вправ.

Тема 5. Дозування фізичного навантаження при виконанні загальнозміцнюючих терапевтичних вправ.

Змістовий модуль 2.

Тема 6. Витривалість, види витривалості, методи розвитку та відновлення витривалості.

Тема 7. Сила та фактори впливу на її розвиток, засоби та методи розвитку і відновлення сили.

Тема 8. Види гнучкості та фактори впливу на гнучкість, засоби і методика розвитку та відновлення гнучкості(амплітуди). Спритність, координація, рівновага, методики розвитку та відновлення.

Рекомендована література (основна, допоміжна)

Основна література

1. Мухін В. М. Фізична реабілітація: підручник, 3—те вид., переробл. та доповн. К. : Олімпійська л-ра, 2009. 488 с.

2. Мятига О.М. Фізична реабілітація в травматології та ортопедії (Частина І). / матеріали для читання лекцій. Х.:СПДФЛ Бровін А.В., 2013. 222 с.

3. Травматологія і ортопедія: посібник для практичних занять/ під ред. проф. О.А. Бур'янова. К.: Книга плюс, 2006. 135 с

4. Цюпак Т. Є. Загальнозміцнюючі вправи у фізичній терапії: методичні рекомендації. Луцьк: СЛУ ім. Лесі Українки, 2020. 60 с.

5. Цюпак Т.Є. Терапевтичні вправи для розвитку та відновлення витривалості, сили, гнучкості (амплітуди): методичні рекомендації. Луцьк: СЛУ ім. Лесі Українки, 2020. 44 с

Додаткова

1. Боген М. М. Навчання рухових дій. К.: Фізична культура і спорт, 2005. 234 с.

2. Вправи на розслаблення м'язів: методичні вказівки / уклад.: С. М. Киселевська, В. П. Брінзак, О. А. Войтенко. К.: КНУБА, 2015. 28 с.

3. Грейда Н. Б. Коригуюча гімнастика. Вправи на розтяжку: методичні рекомендації. Луцьк: СЛУ ім. Лесі Українки, 2020. 45 с.

4. Іващенко О. В. Загальнорозвиваючі вправи: методичний посібник. Харків: ТОВ „ОВСІ”, 2000. 60 с.

5. Калмикова Ю. С. Методи дослідження у фізичній реабілітації: дослідження фізичного розвитку: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту напряму підготовки «Здоров'я людини». Харків, 2014. 104 с.

6. Ковальчук Н. М. Загальнорозвивальні вправи та їх конструювання: навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. Луцьк: Вежа – Друк. 2013. 104с.

7. Киселевська С. М. Вправи на розслаблення м'язів: методичні вказівки для студентів І-ІІ курсів навчання усіх напрямів підготовки. К.: КНУБА, 2015. 28 с.

Інформаційні (інтернет) ресурси

1. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>
2. <https://www.medscape.com>
3. <https://bjsm.bmj.com/>

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 рейтингових 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 лабораторних досліджень; оцінка (бали) за практичну діяльність; оцінка за ІНДЗ; оцінка (бали) за курсову роботу; оцінка (бали) за участь у наукових конференціях, олімпіадах, підготовку наукових публікацій; оцінка (бали) за залік.

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти при вивченні дисципліни

Поточне тестування та самостійна робота								ІНДЗ	Сума
Змістовий модуль №1					Змістовий модуль №2				
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	6	100
8	8	8	8	8	8	8	8		
Модульний контроль-14						Модульний контроль-16			

Критерії оцінювання по видах діяльності

№з /п	Вид навчальної діяльності	Оціночні бали	Кількість балів
T1	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T2	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T3	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T4	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T5	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
Модульний контроль 1		14	14
T6	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T7	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
T8	Виконання завдань практичних занять	6	8
	Виконання завдань самостійної роботи	2	
Модульний контроль 2		16	16
ІНДЗ		6	6
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 ліквідацій академічних заборгованостей, визначених кафедрами та деканатами.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувач вищої освіти під час виконання самостійної або 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 «Терапевтичні справи» (протокол №7 від 24 червня 2025 р.)