

І СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Загальна інформація про навчальну дисципліну	
Повна назва навчальної дисципліни	Основи спортивної реабілітації
Повна офіційна назва закладу вищої освіти	Сумський державний університет
Повна назва структурного підрозділу	Класичний фаховий коледж Сумського державного університету
Розробник(и)	Тимошенко Наталія Валеріївна, викладач Класичного фахового коледжу Сумського державного університету.
Рівень вищої освіти	Фахова передвища освіта; НРК України – 5 рівень
Семестр вивчення навчальної дисципліни	16 тижнів протягом 4-го семестру
Обсяг навчальної дисципліни	Обсяг навчальної дисципліни становить 3 кредита ЄКТС, 90 годин, з яких 48 годин становить контактна робота з викладачем (36 годин лекцій, 12 години практичних занять), 42 години становить самостійна робота
Мова(и) викладання	Українською мовою
2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі	
Статус дисципліни	Обов'язкова навчальна дисципліна циклу професійної підготовки за спеціальністю
Передумови для вивчення дисципліни	Мають бути вивчені або паралельно вивчатися: Анатомія (за змістовим модулем «Основи динамічної анатомії»), Фізіологія (за змістовим модулем «Основи спортивної фізіології»)
Додаткові умови	Передумови відсутні
Обмеження	Обмеження відсутні
3. Мета навчальної дисципліни	
Формування у здобувачів вищої освіти необхідних знань, умінь і навичок для фізкультурно-оздоровчої роботи з особами, що мають стійкі порушення здоров'я; забезпечити поглиблену теоретичну та практичну підготовку студентів із питань організації адаптивної рекреаційної рухової активності осіб із порушеннями психофізичного розвитку різних нозологічних груп з метою всебічного впровадження системи адаптивного фізичного виховання, виконання її освітніх, корекційних, оздоровчих і виховних функцій..	
Модуль 1. ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Тема 1. Реабілітація як функціональне і соціально-трудове відновлення хворих та інвалідів.	

Тема 2. Фізична реабілітації її принципи, завдання, періоди, етапи. Модуль 2. ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ. Тема 3. Механотерапія, як засіб фізичної реабілітації. Тема 4. Працетерапія, масаж, як засоби фізичної реабілітації. Тема 5. Гідрокінезотерапія, як засіб фізичної реабілітації. Тема 6. Фізіотерапія як засіб фізичної реабілітації. Модуль 3. ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ОСНОВНИЙ ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ. Тема 7. Основи ЛФК.	
5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни	
Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти зможе:	
РН1.	Пояснювати основні поняття, принципи та завдання спортивної реабілітації, її місце в системі фізичної культури, медицини та спорту.

РН2.	Визначати причини спортивних травм, аналізувати стан опорно-рухового апарату та функціональних систем організму для вибору адекватних реабілітаційних заходів.
РН 3.	Застосовувати сучасні методи та засоби спортивної реабілітації (кінезіотерапію, масаж, фізіотерапію, вправи) з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів.
РН 4.	Планувати та реалізовувати індивідуальні програми відновлення після травм чи перенапруження з урахуванням етапів тренувального процесу.
РН 5.	Ефективно взаємодіяти з тренером, лікарем і спортсменом, аргументувати вибір реабілітаційних заходів та нести відповідальність за безпечність і результативність застосованих методів.
6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів	
Програмні результати, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна:	
ПРН 4.	Застосовувати академічні знання та практичні навички в організації самостійної роботи та саморозвитку.
ПРН 6.	Застосовувати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення навчально-методичної праці.
ПРН 7.	Вміти провадити процес навчання фізичної культури і спорту в різних фірмах організації занять.
ПРН 9.	Здійснювати заходи з підготовки та проведення спортивних тренувань, уроків фізичної культури з використанням необхідного організаційного, технічного, інформаційного і медичного забезпечення.
ПРН 10.	Зміцнювати особистісне та громадське здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників життя.

ПРН 11.	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми оздоровчої та профілактичної мети, організовувати та проводити спортивні та фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН 14.	Організовувати заняття масовими видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
ПРН 15.	Застосовувати у професійній діяльності знання анатомо-фізіологічних особливостей організму людини під час планування занять фізичною культурою та спортом.
ПРН 16.	Визначати та здійснювати контроль функціонального, психоемоційного, фізичного станів організму до, під час та після занять фізичною культурою і спортом.
ПРН 17.	Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах.
ПРН 22.	Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтувати вибір засобів профілактики перенапруження системи організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

7. Види навчальних занять та навчальної діяльності

7.1 Види навчальних занять

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.

ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Л 1.	Медико-біологічні аспекти реабілітації. Роль реабілітації у суспільстві (соціальне, економічне значення). Складові впливу на здоров'я нації.
Л 2.	Система реабілітації. Реабілітація, її мета й завдання. Складові й структура реабілітаційного процесу.
ПЗ 1	Основи реабілітації (біологічні, психічні, морально-етичні, науково-медичні, соціально-економічні). Реабілітаційні заходи.
Л 3.	Характеристики механізмів лікувальної дії фізичних вправ.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.

Л 4.	Методи фізіотерапії, засновані на використанні струму високої напруги. Методи фізіотерапії, засновані на використанні електромагнітного поля.
Л 5.	Світлолікування. Методи, засновані на використанні механічних коливань
Л 6.	Баротерапія. Аерозольтерапія. Гідротерапія. Лазні. Бальнеотерапія. Термотерапія.

ПЗ 2.	Методи фізіотерапії, засновані на використанні електромагнітного поля.
Л 7.	Механотерапія. Типи механотерапевтичних апаратів, та принцип їх дії.
Л 8.	Обґрунтувати застосування механотерапевтичних апаратів у поєднанні з іншими засобами фізичної реабілітації. Визначити показання та протипоказання до механотерапії.
ПЗ 3.	Методи та засоби механотерапії.
Л 9.	Застосування механотерапії у лікарняний та післялікарняний періоди.
Л 10.	Лікувальний масаж. Особливості застосування лікувального масажу на різних етапах реабілітації.

Л 11.	Методи фізіотерапії, засновані на використанні постійного струму низької напруги.
Л 12.	Застосування гідрокінезотерапії на різних етапах фізичної реабілітації.
ПЗ 4.	Методи фізіотерапії, засновані на використанні імпульсних струмів.
Л 13.	Засоби працетерапії. Види працетерапії. Показання та протипоказання до працетерапії.
Л 14.	Місце працетерапії у реабілітаційному процесі. Дозування фізичного навантаження у працетерапії.
Л 15.	Застосування працетерапії на різних етапах фізичної реабілітації.
ПЗ 5.	Дозування працетерапії на різних етапах фізичної реабілітації.
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ОСНОВНИЙ ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.	
Л 16.	Механізми впливу фізичних навантажень на організм людини. Дозування фізичних навантажень.
Л 17.	Форми ЛФК, їх характеристика. Періоди застосування ЛФК.
ПЗ 6.	Роль ЛФК в підвищенні фізичної працездатності. Методичні принципи ЛФК. Контроль за людиною при виконанні фізичних вправ.
Л 18.	Рухові режими. Особливості ЛФК в залежності від рухового режиму на різних етапах фізичної реабілітації.
7.2 Види навчальної діяльності	
НД 1.	Підготовка до лекції
НД 2.	Підготовка до обговорення та/або опитування за темами практичних занять
НД 3.	Підготовка до тестування в LMS MOODLE
НД 4.	Аналіз власної навчальної діяльності (рефлексія)
8. Методи викладання, навчання	
Дисципліна передбачає навчання через:	
МН 1.	Інтерактивні лекції
МН 2.	Проблемні лекції
МН 3.	Практичні заняття
МН 4.	Мобільне навчання (m-learning)
МН 5.	Змішане навчання (blended-learning)
Лекції доповнюються практичними заняттями, які надають студентам можливість застосовувати теоретичні знання на практиці. Гнучкість, доступність та персоніфікація навчання забезпечується m-learning з використанням мобільних пристроїв. Навчання через blended-learning з використанням LMS MOODLE (http://dl.kfk.sumdu.edu.ua/), в межах якого студент здобуває знання як очно, так і самостійно он-лайн, дозволяє створити комфортне освітнє цифрове середовище та забезпечити індивідуальну траєкторію навчання.	

9. Методи та критерії оцінювання			
9.1. Критерії оцінювання			
Шкала оцінювання ECTS	Визначення	Чотирибальна національна шкала оцінювання	Рейтингова бальна шкала оцінювання
A	Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок	5 (відмінно)	90-100
B	Вище середнього рівня з кількома помилками	4 (добре)	82-89
C	В загальному правильна робота з певною кількістю помилок		74-81
D	Непогано, але зі значною кількістю недоліків	3 (задовільно)	64-73
E	Виконання задовольняє мінімальні критерії		60-63
FX	Можливе повторне складання	2 (незадовільно)	35-59
F	Необхідний повторний курс з навчальної дисципліни		0-34
9.2 Методи поточного формативного оцінювання			
За дисципліною передбачені наступні методи поточного формативного оцінювання: опитування студента на практичному занятті та усні коментарі викладача за його результатами, настанови викладача в процесі підготовки до виконання тестових завдань, оцінювання поточного тестування.			
9.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання			
Методи оцінювання:			
М 1.	Опитування		
М 2.	Перевірка виконання завдань на практичних заняттях		
М 3.	Тестування в LMS MOODLE		
М 4.	Методи самооцінювання (рефлексія)		
В особливих ситуаціях робота може бути виконана дистанційно в LMS MOODLE (http://dl.kfk.sumdu.edu.ua/)			
Форма підсумкового контролю – залік.			
10. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни			
10.1 Засоби навчання			
ЗН 1.	Мультимедіа		
ЗН 2.	Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання, онлайн-опитування)		

ЗН 3.	Програмне забезпечення «Особистий кабінет» (з доступом до бібліотечно-інформаційної системи СумДУ)
ЗН 4.	Спортивні споруди/приміщення та обладнання
ЗН 5.	Сервіс для проведення відеоконференцій та онлайн-зустрічей: Zoom, Google Meet
10.2 Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	
Основна література	1. Буховець Б., Долинський Б., Борщенко В. Фізична реабілітація : навчальний посібник. – Одеса, 2022. – 270 с. 2. Самойленко В. Б., Яковенко Н. П., Петряшев І. О. та ін. Медична і соціальна реабілітація : підручник, 3-є перероблене і доповнене видання. – 2023. 3. Петренко Н. В. Фізична реабілітація, спортивна медицина : конспект лекцій / студ. спец. 227 «Фізична терапія, ерготерапія» – Суми : СумДУ, 2022. – 134 с. 4. Сокрут В. М. та ін. Фізична реабілітаційна та спортивна медицина : підручник для студентів і лікарів. У 2-х т. Т.1. Фізична реабілітаційна та спортивна медицина / Т.2. Нейрореабілітація – Львів : ФОП Марченко Т. В., 2024. 5. Григус І.М. Основи фізичної терапії: навчальний посібник / І. М. Григус, О.Б. Нагорна. - Херсон: Олді+, 2022. - 150 с.
Допоміжна література	1. Когут І. Соціальна інтеграція осіб із інвалідністю та роль адаптивної фізичної культури в її реалізації / І. Когут // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2014. № 4. С. 58-66. 2. Кравчун П. Г., Кожин М. І., Шелест О. М., Борзова О. Ю. Сучасна діагностика основних хвороб серцево-судинної системи : навч. посібник для самост. підготовки до практ. занять студ. V курсів мед. фактів ВНЗ IV рівня акредитації з дисципліни". - Харків : ХНМУ, 2016. 227 с. 3. Москаленко Н. В., Ковтун А. О., Алфьоров О. А., Кравченко О. І. (2013). Загальні основи адаптивного фізичного виховання: навчальний посібник/ Н. В. Москаленко, А. О. Ковтун, О. А. Алфьоров, О. І. Кравченко. - Дніпропетровськ : ДДІФК. 137 с. 4. Мухін В. М. (2016). Фізична реабілітація при пошкодженнях опорно-рухового апарату : монографія / В. М. Мухін. – Львів : ЛДУФК. 398 с. 5. Тиравська О. І. (2017). Курс лекцій з навчальної дисципліни "Фізична реабілітація при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату" / Тиравська О. І. – Львів. 44 с. 6. Чеховська Л., Жданова О., Грибовська І., Данилевич М., Шевців У. Оздоровчо-рекреаційні технології: навч. посіб. / Л. Чеховська, О., Жданова, І. Грибовська, М. Данилевич, У. Шевців. – Львів: ЛДУФК. 2019. 220 с.
Інформаційні ресурси в Інтернеті	1. Тимошенко Н.В. Основи спортивної реабілітації: [дистанційний курс для здобувачів освіти на фаховому передвищому рівні освіти зі спеціальності 017 Фізкультура і спорт]. URL: https://dl.kfk.sumdu.edu.ua/course/view.php?id=1220 2. PEDro – Доказова база даних з фізичної терапії. URL: https://pedro.org.au/ 3. Фізична культура, рекреація та реабілітація (журнал) Український журнал, який публікує статті про зв'язок фізичної культури з реабілітаційними процесами. URL: physcult.org.ua 4. Фізіопедія — електронний ресурс для фахівців з реабілітації. URL: rehabilitation.org.ua

РОБОЧИЙ РЕГЛАМЕНТ контролю навчальної роботи студента і оцінювання

1. Структура навчальної дисципліни:

Загальний обсяг дисципліни	90 годин / 3,0 кредити ЄКТС
Контактна робота з викладачем	48 годин / 24 занять
Самостійна робота здобувача освіти	42 години, що включає в себе опрацювання лекційного матеріалу, підготовку до практичних занять, самостійне опрацювання окремих питань/тем навчальної дисципліни, підготовку та виконання завдань, доповідей тощо, підготовку до поточних та підсумкового контролів
Індивідуальне завдання	відсутнє

2. Контактна робота з викладачем:

Лекційні заняття	36 години / 18 занять
Практичні заняття	12 годин / 6 занять
Консультації очно та/або дистанційно як в асинхронному, так і в синхронному режимах	згідно розкладу

3. Організація освітнього процесу:

Семестрів викладання	1
Семестр	4 /весняний

4. Шкала оцінювання з навчальної дисципліни: 4-бальна (традиційна) шкала.

5. Види навчальної роботи здобувача освіти, які підлягають оцінюванню

Вид навчальної діяльності	Політика оцінювання
підготовка до лекції /опрацювання теоретичного матеріалу в LMS Moodle	опитування; письмова перевірка; моніторинг активності здобувача в LMS Moodle
підготовка до обговорення та/або опитування за темами практичного заняття / тестування в LMS Moodle *	опитування; виступи з рефератами, доповідями; тестування рівня навчальних досягнень на освітній платформі Moodle*
виконання завдання на освітній платформі Moodle – огляд статті	практична перевірка: виконання здобувачем освіти в LMS Moodle виду діяльності «Практичне завдання». Вид діяльності «Практичне завдання» в LMS Moodle не має автоматичного оцінювання, оцінюється викладачем особисто, за необхідності викладач додає коментар, після перевірки відповіді здобувача освіти.
тестування на освітній платформі Moodle	тестовий контроль: автоматичне діагностування результатів навчання в LMS Moodle
аналіз власної навчальної діяльності (рефлексія)	самооцінка

* – у разі відсутності здобувача освіти на практичному занятті, у т.ч. у разі запровадження дистанційної форми навчання з урахуванням безпекової/епідемічної ситуації, необхідно виконати в LMS Moodle відповідний вид діяльності «Тест» / «Завдання».

6. Форма підсумкового контролю:

4/ весняний семестр	залік	вид діяльності «Тест» на освітній платформі Moodle – Підсумкове тестування, що містить як автоматизовані тести для контролю та самоконтролю навчальних досягнень здобувачів освіти, так і завдання, що потребують розгорнутої, творчої відповіді.	охоплює весь навчальний матеріал, вивчений протягом семестру
---------------------------	-------	---	--

7. Політика використання додаткових (заохочувальних) балів для підвищення рейтингу оцінки:

систематичне відвідування аудиторних занять / відсутність пропусків занять без поважних причин	особисте рішення здобувача освіти у формуванні індивідуальної освітньої траєкторії
наявність рукописного конспекту	
відвідування консультацій, у т.ч. з використанням онлайн-сервісів	
послідовність і своєчасність виконання видів навчальної роботи, передбачених програмою	
участь у конференціях, круглих столах, конкурсах та ін. заходах із початкової дисципліни/ спеціальності	за фактом; сертифікат(и) участі; збірник з опублікованими тезами; новини та події, що оприлюднені на офіційному веб-сайті закладу освіти
підготовка до публікації і прийняття до друку наукових праць із навчальної дисципліни: статті у наукових виданнях під науковим керівництвом лектора	за фактом; опублікована стаття в електронному (URL посилання) або друкованому вигляді (скан-копія)
участь та/або призове місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт, Всеукраїнській студентській олімпіаді з навчальної дисципліни/ спеціальності, Всеукраїнській учнівській олімпіаді з базових навчальних предметів, Всеукраїнському конкурсі-захисті науково-дослідницьких робіт учнів – членів Національного центру «Мала академія наук України»	за фактом; сертифікат(и) участі; диплом

8. Комунікаційна політика:

Активованій акаунт для авторизованого доступу до освітньої платформи Moodle (асинхронний режим навчання). Доступ до Google Meet для організації онлайн-занять (синхронний режим навчання). Протягом тижнів самостійної роботи обов'язком студента є робота з дистанційним курсом.

9. Політика щодо академічної доброчесності:

Академічна доброчесність здобувачів освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною і отримання задовільної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Академічна доброчесність базується на засудженні практик списування (виконання письмових робіт із залученням зовнішніх джерел інформації, крім дозволених для використання), плагіату (відтворення опублікованих текстів інших авторів без зазначення авторства), фабрикації (вигадування даних чи фактів, що використовуються в освітньому процесі). Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У разі порушення здобувачем освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач залишає за собою право змінити тему завдання.

Політика щодо академічної доброчесності регламентується положенням «Положення про академічну доброчесність у ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ». URL: https://kpt.sumdu.edu.ua/academic_integrity_u_VSP_KFK_SumDU.pdf

10. Політика щодо оскарження оцінювання:

Якщо здобувач освіти не згоден з оцінюванням його знань він може оскаржити виставлену викладачем оцінку у встановленому порядку. Порядок оскарження процедури та результатів проведення контрольних заходів врегульований п. 7.5 Положення про організацію освітнього процесу. URL:

11. Відвідування занять.

Для здобувачів фахової передвищої освіти очної форми навчання відвідування занять є обов'язковим.

Поважні причини для неявки необхідно підтверджувати відповідними документами. Відсутність здобувача на заняттях передбачає самостійне опрацювання матеріалу та не звільняє здобувача від виконання завдань на самостійну підготовку або завдання поточного та підсумкового контролю. За об'єктивних причин навчання може відбуватись в онлайн/змішаній формі за погодженням із завідувачем відділення.

12. Політика зарахування результатів неформальної освіти:

Визнання результатів навчання, отриманих у неформальній освіті, регламентується Положенням про порядок визнання результатів навчання, здобутих у неформальній освіті. URL: https://kpt.sumdu.edu.ua/non_formal_education.pdf