**ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «Україна»**

**Миколаївський міжрегіональний інститут**

**розвитку людини**

**кафедра психології, спеціальної освіти та здоров’я людини**

**лікувальна фізична культура**

# **Програма**

**навчальної дисципліни підготовки здобувачів вищої освіти**

**для студентів спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»**

**Миколаїв 2020 рік**

**Навчальна програма** **«Лікувальна фізична культура»**

(назва навчальної дисципліни)

для студентів за галуззю знань 22 Охорона здоров’я спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ року.

**Розробники:** (вказати авторів, їхні посади, навчально-виховний підрозділ, кафедру / циклову комісію, наукові ступені та вчені звання)

Посєдай Н.І., старший викладач кафедри психології, спеціальної освіти та здоров’я людини Миколаївського міжрегіонального інституту розвитку людини Університету «Україна»

**Викладачі:** (вказати всіх викладачів, які працюють за даною програмою, їхні посади, навчально-виховний підрозділ, кафедру / циклову комісію, наукові ступені та вчені звання)

Посєдай Н.І., старший викладач кафедри психології, спеціальної освіти та здоров’я людини Миколаївського міжрегіонального інституту розвитку людини Університету «Україна»

**Програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри психології, спеціальної освіти та здоров’я людини**

Протокол від «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ 2020 року № \_\_

Завідувач кафедри

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Мазур В.М.

 (підпис) (прізвище та ініціали)

«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ року

**Програму погоджено з гарантом освітньої програми (керівником проектної групи)**

**Фізична терапія, ерготерапія**

(назва освітньої програми)

 .\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. 20\_\_\_ р.

Гарант освітньої програми (керівник проектної групи)

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)

 (підпис) (прізвище та ініціали)

**Вступ**

Навчальний курс “Лікувальна фізична культура” спрямований на засвоєння студентами головних принципів використання засобів лікувальної фізкультури у відновленні осіб після перенесених гострих патологічних станів і хронічних захворювань.

Лікувальна фізична культура (ЛФК) – медико-педагогічна дисципліна, яка вивчає теоретичні основи і методи використання засобів фізичної культури для лікування і профілактики різних захворювань і травм. Найчастіше використовуються такі засоби, як фізичні вправи, природні фактори і масаж. Лікувальна фізкультура – це не тільки лікувальний, але і педагогічний процес в якому свідома участь самого хворого є обов’язковим.

**Дисципліни, вивчення яких обов’язково передує цій дисципліні:** основи догляду за хворими та інвалідами, фізіологія людини, методи дослідження у фізичній терапії та ерготерапії та ін.

**Міждисциплінарні зв’язки**: дисципліна тісно пов’язана із іншими науками медико-біологічного циклу: «Масаж», «Фізіотерапія», «Патопсихологія», «Патофізіологія», «Нервова патологія».

**1. Мета та завдання навчальної дисципліни**

1.1. **Мета** курсу: формування у студентів теоретичної бази знань і практичних умінь пов’язаних з їхньою майбутньою професійною діяльністю, оволодінні загальними та фаховими компетентностями.

1.2.Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

**-** формування світогляду студента щодо необхідності ведення здорового способу життя;

**-** окреслення загальних основ застосування ЛФК для відновлення працездатності, лікування і профілактики захворювань, а також реабілітації хворих при різних ушкодженнях органів і систем;

**-** здобуття практичних навичок складання індивідуальних комплексів ЛФК для хворих з врахуванням: виду захворювання, ступеню протікання патологічного процесу, приєднання супутніх захворювань, індивідуальних особливостей хворого;

**-** оволодіння комплексом методів контролю та оцінки ефективності занять ЛФК

1.3. Згідно з вимогами освітньої програми студенти повинні:

***знати:***

* суть патологічних змін, які виникли при захворюваннях і пошкодженнях органів і систем людини;
* механізм лікувальної дії фізичних вправ;
* покази і проти покази до використання ЛФК;
* основи організації ЛФК.

***вміти* :**

* у відповідності до назначень лікаря підібрати найбільш ефективні і адекватні фізичні вправи;
* визначати дозування фізичних навантажень і складати відповідні комплекси лікувальної гімнастики;
* самостійно проводити індивідуальні і групові заняття лікувальної гімнастики; оцінювати дію занять з лікувальної гімнастики на хворих і визначати їх ефективність.

***Компетентності***

*Загальні компетентності:*

- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями (ЗК 1);

- здатність працювати в команді (ЗК 4);

- здатність планувати та управляти часом (ЗК 5);

- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій (ЗК 8);

- навички міжособистісної взаємодії (ЗК 9);

- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (ЗК 12).

*Фахові компетентності:*

- здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення (ФК 3);

- здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують (ФК 4);

- здатність зміцнювати здоров’я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя (ФК 5);

- здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини (ФК 7);

- здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів (ФК 9);

- здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми (ФК 10);

- здатність до безперервного професійного розвитку (ФК 14).

 *Програмні результати навчання:*

- засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;

- демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз’яснювальної роботи серед різних груп населення;

- оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи;

- обґрунтовувати вибір заходів з фізкультурно-спортивної реабілітації та адаптивного спорту;

- використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться

90 годин / 3 кредити ECTS.

**2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

Тема 1. Загальні основи лікувальної фізичної культури

Тема 2. Лікувальна фізична культура при захворюваннях серцево-судинної системи

Тема 3. Лікувальна фізична культура при захворюваннях органів дихання

Тема 4. Лікувальна фізична культура при захворюваннях і ушкодженнях опорно-рухового апарату

Тема 5. Лікувальна фізична культура при захворюваннях обміну речовин

### 3. Рекомендована література

### 1. Клапчук В.В. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина. / В.В. Клапчук, Г.В. Дзяк, І.В. Муравов та ін. – К.: Здоров´я, – 1995. – 312 с.

2. Христова Т.Є. Основи лікувальної фізичної культури: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів «Фізичного виховання\*» \ Т.Є. Христова, Г.П. Суханова. ‒ Мілітополь. ТОВ «КОЛОР ПРИНТ». ‒ 2015. ‒ 172 с.

3. Осіпов В.М. Лікувальна фізична культура: Навчальний посібник. Бердянськ: БДПУ, 2013. – 140 с.

4. Мухін В.М. Фізична реабілітація. Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. / В.М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2006. – 484 с.

5. Степашко М.В. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: підручник / М.В. Степашко, Л.В. Сухостат. − К.: ВВС Медицина, 2010. −352с.

### Форми підсумкового контролю успішності навчання – залік

**5. Засоби діагностики успішності навчання**

У процесі навчання студентів використовуються наступні методи контролю: методи усного контролю, методи письмового контролю, методи практичного контролю, дидактичні тести, спостереження, методи графічного контролю, методи програмованого і лабораторного контролю. Відповідно до вимог регламенту навчального процесу для успішного засвоєння знань студентами та об’єктивного їх оцінювання здійснюється:

 - систематичний поточний контроль знань під час практичних занять у формі вибіркового усного опитування та тестових завдань, підготовки доповідей за темою заняття, доповнень до доповідей, участі в обговоренні, презентації самостійних завдань.

 - модульний контроль у формі стандартизованого опитування за теоретичними питаннями, написання студентами поточних письмових тестових завдань, практичних завдань;

 - оцінювання рівня виконання індивідуальної роботи на основі перевірки роботи (змістовність і конкретність, достатня повнота викладення питання; завершеність викладення кожної думки, відсутність повторів; економічна грамотність; правильність оформлення роботи) та її захисту у формі доповіді, реферату обсягом до 20-ти сторінок друкованого тексту.