



Силабус навчальної дисципліни
«Терапевтичні вправи»

Спеціальність	Для спеціальностей факультету фізичної культури та спорту
Освітня програма	Для освітніх програм факультету фізичної культури та спорту
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Статус дисципліни	Вибіркова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	4 курс; 7,8 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	4
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції - 20 год.
	Практичні - 20 год.
	Самостійна робота - 80 год.
Форма підсумкового контролю	Диференційований залік
Кафедра	Кафедра фізичної терапії та ерготерапії, аудиторія № 141 Ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-terapii-ta-vergoterapii.html
Викладач	Гордієнко О.В., ст. викладач
Контактна інформація викладача	ksanagord@ukr.net
Дні занять	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	аудиторія 141 Ц відповідно до графіку

Мета навчальної дисципліни – формування освіченої, гармонійно розвиненої особистості. Формування у здобувачів вищої освіти комплексного уявлення щодо побудови занять з ЛФК при різних травмах та захворюваннях з урахуванням усіх принципів та етичних цінностей. Розвинути у студентів критичне мислення та здатність застосовувати здобуті знання в процесі життєдіяльності.

Програмні результати навчання

Знати:

- основні засоби терапевтичних вправ;
- форми проведення занять терапевтичними вправами;
- механізм дії фізичних вправ;

Вміти:

- застосовувати на практиці різні форми проведення занять терапевтичними вправами;
- використовувати усі методи при проведенні занять терапевтичними вправами;
- на практиці застосовувати усі принципи та методичні прийоми дозування фізичних вправ.

Передумови для навчання

Попередньо опановані дисципліни: «Біологія людини», «Основи медичних знань», «Фізичне виховання».

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Вступ. З історії 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. **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). **Тема 9.** Спритність, координація, рівновага, методики розвитку та відновлення.



Сторінка курсу
на платформі
Moodle

<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=1926>

Рекомендовані джерела

1. Яримбаш К. С. Фізична реабілітація осіб з особливими потребами: підручник / К. С. Яримбаш, О. Є. Дорофєєва, О. С. Афанасьєва. - Дніпро : Журфонд, 2020. – 215 с.
2. Деделюк Н. А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : [навч.-метод. посібник для студентів] / Н. А. Деделюк. – Луцьк : Вежа-Друк, 2014. – 68 с.
3. Колишкін О. В. Теоретико-практичні основи адаптивної фізичної культури: навч. посіб. / О. В. Колишкін. - Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020. – 424 с.
4. Григус І. М. Фізична реабілітація при захворюваннях дихальної системи: навч. посіб. - Львів : Новий світ-2000, 2020. – 170 с.

Система оцінювання результатів навчання

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 70 балів, за результатами підсумкового контролю 30 балів. Студент, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку (не менше 35 балів), допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі дисципліни.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Виконання завдань на практичному занятті	70
Диференційований залік	30
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	
60 - 63	E	задовільно
35 - 59	FX	
1 - 34	F	

Політика навчальної дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.



Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни <http://surl.li/riytk>.

Силабус затверджено на засіданні кафедри «Фізичної терапії та ерготерапії»
29 січня 2025 р. Протокол № 9