

## Силабус курсу

### Кінезіотерапія

Ступінь вищої освіти – магістр

Освітньо-професійна програма: Фізична культура і спорт  
(Фізична реабілітація)

Дні занять: за розкладом

Консультації: понеділок, 14- 30 ауд 606а

Рік навчання: 2, Семестр: 3

Кількість кредитів: 3. Мова викладання: українська

#### Керівник курсу

кандидат медичних наук, доцент Вакуленко Л.О.

Контактна інформація [Vakulenko3@ukr.net](mailto:Vakulenko3@ukr.net) +38 096 49 04 167

#### Анотація дисципліни

*Здоров'я – це не лише відсутність хвороб,  
але і стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя*

Кінезіотерапія (варіанти назви -кінезитерапія, кінезіотерапія, кінезотерапія) ([англ. Kinesiotherapy](#)) або лікування рухом - напрямок [фізичної терапії](#), який передбачає використання різних форм і засобів рухів з метою зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, лікування, поліпшення і підтримки організму в здоровому стані, профілактики рецидивів, досягненню психофізичного комфорту особи. Кінезитерапія здійснюється у взаємодії між пацієнтом і терапевтом, включає в себе як теорію, так і методику фізичної терапії.

**Метою** викладання навчальної дисципліни “Кінезіотерапія ” є: забезпечити майбутнім спеціалістам із фізичної реабілітації суму знань, умінь та навичок щодо використання різних форм і засобів рухової активності з метою лікування, поліпшення і підтримання здоров'я, профілактики виникнення захворювань та їх рецидивів, сприяння досягненню психофізичного комфорту особи.

#### Організація навчання (структура курсу)

Год. (лек. пр.)	Тема	Результати навчання	ПРН із ОНП	Завдання
2 / 2	1. Організаційно-методичні основи кінезіотерапії.	<i>Знати.</i> Кінезотерапія, її зміст. Види кінезіотерапії. Завдання кінезіотерапії, періоди, етапи кінезіотерапії, їх завдання. Методичні принципи кінезіотерапії. Протипоказання до призначення кінезіотерапії. <i>Суб'єкт</i> кінезіотерапії <i>Вміти</i> дати характеристику: - понять «кінезіотерапія», «реабілітація», «види реабілітації», «методи реабілітації», «фізична реабілітація», «фізична терапія», «ерготерапія», «комплексна терапія», «терапевтичні вправи», предового	ПРН 1 ПРН 2 ПРН 3 ПРН4 ПРН12	

		- зарубіжного досвіду з використання методів кінезіотерапії(фізичної терапії).		
4/ 8	2. Методи кінезіотерапії, їх характеристика, застосування	<p><i>Знати.</i> Активні методи (лікувальна фізична культура, її засоби, характеристика кожного з них).</p> <p><i>Вміти</i> підібрати комплекс вправ, провести процедуру лікувальної фізкультури, вивчити та оцінити реакцію на фізичне навантаження.</p> <p><i>Знати</i> зміст і застосування у кінезіотерапії психорегулюючих методів: аутогенне тренування, м'язова релаксація, психогімнастика, арттерапія, медитація, біоекотика, музикотерапія, танцювально-рухова терапія,</p> <p><i>Вміти</i> застосовувати у процесі кінезіотерапії психорегулюючих методів: аутогенне тренування, м'язова релаксація, психогімнастика, арттерапія, медитація, біоекотика, музикотерапія, танцювально-рухова терапія,</p> <p><i>Знати.</i> Трудотерапія, механотерапія, ерготерапія, анімалотерапія , їх зміст, застосування у процесі кінезіотерапії.</p> <p><i>Вміти.</i> Підібрати вправи для механотерапії, дати характеристику видам працетерапії. Вміти визначити місце і роль ерготерапії у фізичній та реабілітаційній медицині. Дати характеристику, визначити переважні особливості анімалотерапії</p> <p><i>Знати.</i> Пасивні методи кінезіотерапії. Масаж, його різновиди, мануальна терапія</p> <p><i>Вміти.</i> Виконувати прийоми масажу, проводити масаж спини, комірцевіої зони, кінцівок Їх застосування у кінезіотерапії</p>	<p>ПРН 1</p> <p>ПРН 2</p> <p>ПРН 3</p> <p>ПРН 4</p> <p>ПРН 7</p> <p>ПРН 8</p> <p>ПРН12</p>	
2 / 4	3. Природні і преформовані фізичні чинники, їх застосування у процесі кінезіотерапії	<p><i>Знати.</i> Природні і преформовані фізичні чинники, що застосовуються у фізичній та реабілітаційній медицині. Механізм впливу природних і преформованих фізичних чинників на організм.</p> <p><i>Вміти</i> пояснити механізм впливу і значення природних і преформованих фізичних чинників для зміцнення захисних сил організму, у фізичній та реабілітаційній медицині.</p>	<p>ПРН 1</p> <p>ПРН 2</p> <p>ПРН 3</p> <p>ПРН 4</p> <p>ПРН 8</p>	
2 / 6	4. Практичне застосування методів кінезіотерапії	<i>Знати.</i> Практичне застосування методів фізичної реабілітації. Алгоритм діяльності фізичного терапевта щодо застосування методів фізичної реабілітації. Складання реабілітаційних програм. Знання технології оцінювання рівня	<p>ПРН 1</p> <p>ПРН 2</p> <p>ПРН 3</p> <p>ПРН 4</p>	

		рухової активності людини. Застосування міжнародної класифікації функціонування (МКФ)  <i>Вміти</i> дотримуватись визначеного алгоритму дій під час проведення кінезіотерапії з урахуванням віку, патології, діагнозу, періоду та перебігу захворювання. <i>Вміти</i> обстежити пацієнта, програмувати та проводити заняття з фізичної реабілітації, проводити оперативний, поточний та етапний контроль стану пацієнта/клієнта відповідними засобами й методами оцінювати та документувати отримані результати,. <i>Вміти</i> підібрати методи кінезіотерапії пацієнтів для формування реабілітаційних програм за завданнями викладача	ПРН 8 ПРН12	
<b>10/20</b>	<b>Разом</b>	Усього 90 год. Аудит. 30 год, С.Р. – 60 год , І.Р. - 9 год		

### ОСНОВНІ ДЖЕРЕЛА

1. Амосов Н.М., Физическая активность и сердце / Н. М. Амосов, Я.А. Бендет. – 3-е изд., перераб. и доп. – К.: “Здоровье”, 1989. – 231 с.
2. Апанасенко Г.Л. Валеология или Медицина 4Р? Как избежать инфаркта, инсульта и диабета. – К. : Издательство дом Медкнига, 2020. – 144 с. .
3. Вакуленко Л.О. Основи фізичної реабілітації: навчальний посібник / Л.О. Вакуленко, В.В.. Клапчук, Д.В. Вакуленко та ін. – Тернопіль, ТНПУ, 2010. – 234 с.
4. Вакуленко Д.В. Інформаційні технології у лікувально-реабілітаційному масажі : навчальний посібник / Д.В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко. – Тернопіль : ТНПУ, 2019, 68 с.
5. Вакуленко Д.В. Інформаційні технології у фізичній та реабілітаційній медицині: навчальний посібник / Д.В. Вакуленко, Л. О. Вакуленко. – Тернопіль : ТНПУ, 2019, 73 с.
6. Вакуленко Л.О. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії в таблицях, схемах, рисунках: навчальний посібник / Л.О. Вакуленко, О.Р. Барладин, Д.В. Вакуленко. - Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. – 113 с.  
[http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc\\_id=252927](http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc_id=252927)
7. Вакуленко Л.О. Спортивна медицина: електронний підручник / Л.О. Вакуленко, О.Р. Барладин, Д.В. Вакуленко. - Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. – 192 с.  
[http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc\\_id=252925](http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc_id=252925)
8. Вакуленко Л.О. Фізична терапія. Ерготерапія: методичні розробки, зошит-практикум / Л.О. Вакуленко, О.Р. Барладин, Д.В.Вакуленко. - ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. – 88 с.

[http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc\\_id=252928](http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc_id=252928)

9. Єднак В.Д., Іваськів С.М. Основи теорії і методики спортивного тренування. – Тернопіль ТНПУ, 2010р. – 206 с.
10. Легка черепно-мозкова травма. Реабілітаційний інструментарій / пер.англ. Роман Шиян. – К. : Наш Формат, 2020. – 704 с.
11. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина / За ред. В. В. Клапчука та Г.В. Дзяка. – К.: Здоров'я, 2005. - 297 с.
12. Лікувально-реабілітаційний масаж у педіатрії: навчальний посібник, електронний варіант [Л. О. Вакуленко, Д. В.Вакуленко, О.Р. Барладин]. – Тернопіль : ТНПУ, 2019. – 233 с.
13. Легка черепно-мозкова травма. Реабілітаційний інструментарій / пер.англ. Роман Шиян. – К. : Наш Формат, 2020. – 704 с.
14. Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія " та "Нормальна фізіологія") : навч. посіб. / Мирослава Гриньків, Тетяна Куцериб, Станіслав Крась, Софія Маєвська, Федір Музика. – Львів : ЛДУФК, 2019. – 146 с.
15. Международная классификация функционирования, ограниченной жизнедеятельности и здоровья (МКФ) Полная финальная версия. <http://www3.who.int/icf/icftemplate.cfm>
16. Мухін В.М. Фізична реабілітація / В. М. Мухін. – К.: Олімпійська література, 2000. – 423 с.
17. Основи масажу: спеціальність ортопедагогіка/[Л.О. Вакуленко, Д.В.Вакуленко, О.Р. Барладин та ін.] . – Тернопіль : ТНПУ, 2019. – 176 с.
18. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: електронний підручник / [Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчук Г. В. Прилуцька, Д. В. Вакуленко та ін. ]. – Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2018. – 285 с.[http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc\\_id=252926](http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc_id=252926)
19. Панасюк Е.Л. Загальна фізіотерапія / Е.Л. Панасюк, Я. Н. Федорвів, В. Л, Могилевський.. – Львів: Вища школа, 1990. – 220 с.
20. Порада А.М. Основи фізичної реабілітації: навчальний посібник / А.М. Порада, О.В. Солодовник, Н. Є Прокопчук. – Київ : Медицина, 2008. – 239 с.
21. Преформовані фізичні чинники в фізичній терапії ( в схемах, алгоритмах, рисунках, таблицях) : навч. посіб. / Т. Г. Бакалюк, Л. О. Вакуленко, Г. О. Стельмах, Д. В. Вакуленко. – Тернопіль : ТНМУ, 2019. – 124 с. ISBN 978-966-673-374-3
22. Реабілітаційний масаж : підручник / [ Л.О. Вакуленко, Д. В. Вакуленко, О. В. Кутакова, Г. В. Прилуцька]. . – Тернопіль, ТДМУ, 2018. – 380 с.
23. Руководство по кинезотерапии /
24. . 124–127 Под ред. Л. Бонева. - София; Медицина и физкультура, 1979 - 355 с.
25. .. Фізична реабілітація, спортивна медицина : підручнк для студ. Вищих мед. навч. закл. / В. В. Абрамов, В.В. Клапчук, О. Б. Нахпневич [ та ін.] : за заг. ред. проф. В.В. Абрамова та доцента О. Л. Смірної. – Дніпропетровськ, Журфонд, 2014. – 456 с.
26. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В. М. Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с.
29. Фізична рекреація : навч. посібн для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / авт. кол. : Є.Н. Приступа, О.М. Жданова, М.М. Линець [ та ін. ] ; за наук. ред. Євгена Приступи. –Л. : ЛДУФК, 2010, – 447 с.

30. Швесткова Ольга, Свєцена Катержина та кол. Ерготерапія: Підручник. – Київ, Чеський центр у Києві, 2019. – 280 с.
31. Швесткова Ольга, Сладкова Петра та кол. Фізична терапія: Підручник. – Київ, Чеський центр у Києві, 2019. – 272 с.

### Політика оцінювання

- **Політика щодо дедлайнів та перескладання:** Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються відповідно до критеріїв якості знань. Перескладання модуля відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
- **Політика щодо академічної доброчесності:** Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 20%.
- **Політика щодо відвідування:** Відвідування занять є обов'язковим компонентом оцінювання, за яке нараховуються не більше 5 балів. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування, участь в представленні соціального проекту) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із викладачем.

### Оцінювання

Остаточна оцінка за курс розраховується наступним чином:

Види оцінювання	% від остаточної оцінки
Модуль 1. (Теми 4. )Усне опитування	20
Модуль 2 (теми 1-4) Виконання практичних завдань. Самостійна робота. Виконання завдань із самостійної роботи	40
Модуль 3. ІНДЗ + Виконання завдань самопідготовки	15
Відвідування занять	5
Модульний контроль	20
РАзом	100

### Пререквізити

Ефективність засвоєння змісту дисципліни значно підвищиться, якщо магістрант попередньо опанував матеріалом таких дисциплін анатомія, фізіологія людини, спортивна фізіологія, фізична реабілітація, теорія і методика окремих спортивних дисциплін, словом, усіх дисциплін, що вичаються на бакалавраті.

### Формат дисципліни

Змішаний (blended) - дисципліна має супровід в системі Moodle, структуру, контент, завдання і систему оцінювання. Blended Learning - викладання курсу передбачає поєднання традиційних форм аудиторного навчання з елементами електронного навчання, в якому використовуються спеціальні інформаційні технології, інтерактивні елементи, онлайн консультування і т.п.

До силабусу також готуються матеріали навчально-методичного

забезпечення: навчальний контент (розширений план лекцій,  
презентації, відео);  
тематика та зміст  
практичних робіт, ІНДЗ;  
завдання для  
підсумкового контролю  
(тести); електронне  
навчання в системі  
Moodle, Zoom.  
Meet.google.com