

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

Силабус навчальної дисципліни
«Особливості реабілітації в різних видах спорту»

Обсяг навчальної дисципліни	Загальна кількість годин на дисципліну: 120 годин, 4,0 кредит ЄКТС
Дні, час, місце проведення навчальної дисципліни	За розкладом занять. Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання. м. Одеса, вул. Ольгіївська, 4-А, Спорткомплекс ОНМедУ, 2 поверх
Викладач(-і)	Юшковська Ольга Геннадіївна - завідувачка кафедри, д.м.н., професор. Плакід Олександр Леонідович - професор, д.м.н. Філоненко Олена В'ячеславівна – доцент, к.м.н. Кіціс Анна Геннадіївна - асистент кафедри Семененко Олег Валерійович - асистент кафедри Шахназарян Камо Едуардович - асистент кафедри
Контактна інформація	Довідки за телефонами: Середовська Вікторія Юріївна, завуч кафедри 0672857552 Коростильова Ганна Юріївна, методист кафедри 0674881405 Радаєва Вікторія Володимирівна, лаборант кафедри, 0973824140, +380(48) 723-05-68, +380 (48) 728-50-30 E-mail: sportmed@onmedu.edu.ua Очні консультації: з 15.00 до 17.00 кожного четверга, з 9.00 до 12.00 кожної суботи Онлайн- консультації: з 16.00 до 18.00 кожного четверга, з 9.00 до 14.00 кожної суботи. Посилання на онлайн - консультацію надається кожній групі під час занять окремо.

КОМУНІКАЦІЯ

Комунікація зі здобувачами буде здійснюватися аудиторно (очно).

Під час дистанційного навчання комунікація здійснюється через платформу Microsoft Teams, а також через листування електронною поштою, месенджери Viber (через створені у Viber групи для кожної групи, окремо через старосту групи).

АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Предмет вивчення дисципліни – розуміння теоретичних, методологічних аспектів реабілітації загалом та фізичної терапії зокрема. Здобувачі повинні засвоїти особливості відновлення спортсменів після травм, або важких фізичних, та психологічних напружень, основи фізіореабілітаційного планування у процесі реабілітації, партнерської роботи у міждисциплінарній команді.

Мета дисципліни: дати здобувачам ґрунтовні знання з дисципліни Особливості реабілітації в різних видах спорту. Сформулювати методи, засоби, форми організації та проведення реабілітації в спорті для відновлення фізичної працездатності.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

Завдання навчальної дисципліни:

1. Опанувати загальні основи класифікації Міжнародної класифікації функціонування (МКФ) та їх роль у фізичній реабілітації;
2. Опанувати основні рухові та функціональні порушення систем при травмах та захворюваннях опорно-рухового апарату;
3. Опанувати найважливіші етіологічні і патогенетичні фактори формування патологічних процесів в організмі людини при патології;
4. Опанувати схеми дослідження пацієнтів за системою МКФ та їх взаємозв'язки;
5. Опанувати методичні основи фізичного обстеження пацієнта.

Очікувані результати:

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

Знати:

1. Методики визначення функціональних можливостей спортсмена;
2. Характеристику здібностей спортсменів, види навантажень, особливості відновлення працездатності в спортивно-тренувальному процесі;
3. Структуру фізичного стану в різних вікових категоріях та при різних навантаженнях;
4. Методи психологічних впливів на спортсмена;
5. Застосування засобів фізичної реабілітації для відновлення спортивної працездатності в різних видах спорту.

Вміти:

1. Визначати функціональний стан організму спортсмена протягом усього періоду тренування;
2. Проводити обстеження спортсменів після субмаксимальних навантажень;
3. Адаптувати спортсмена до фізичних навантажень;
4. Відновлювати спортивну працездатність;
5. Застосовувати медико - біологічні засоби відновлення.

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Форми і методи навчання :

Дисципліна буде викладатися у формі практичних занять; організації самостійної роботи здобувача.

Методи навчання:

Практичні заняття: бесіда, розповідь, пояснення, демонстрація, інструктаж, тренувальні вправи.

Самостійна робота: передбачає підготовку до кожного практичного заняття.

Зміст навчальної дисципліни

Тема 1. Цілі реабілітації в спорті. Попередження травм, початкова оцінка, лікування та реабілітація.

Тема 2. Оцінювання ефективності реабілітації. Вимірювання рухливості у суглобах, передсезонне обстеження. Основні види травм опорно-рухового апарату у спортсменів різних видів спорту. Особливості застосування засобів фізичної реабілітації та побудови програм відновлення при пошкодженнях опорно-рухового апарату у спортсменів.

Тема 3. Вплив фізичного навантаження на опорно-руховий апарат та функціональний стан спортсменів. Перебіг процесів відновлення в організмі спортсмена після виконання тренувальних навантажень різного характеру. Стомлення при м'язовій діяльності

Тема 4. Засоби відновлення та їх характеристика. Створення адекватних умов для перебігу відновних та спеціальних адаптаційних процесів.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

Тема 5. Педагогічні засоби відновлення. Визначення режимів й правильного співвідношення навантаження та відпочинку на всіх етапах підготовки спортсменів.

Тема 6. Медико-біологічні засоби відновлення. Природні фізичні чинники, використовувані для реабілітації. Вживання лікарських рослин для профілактики і лікування відхилень в стані здоров'я спортсменів. Фармакологічні засоби профілактики перевтоми і відновлення спортивної працездатності. Харчування в різних умовах спортивної діяльності. Види фізіотерапевтичних процедур, рекомендації щодо проведення масажу.

Тема 7. Психологічні засоби відновлення. Недоліки побудови тренувально-змагального циклу. Емоційне перенапруження спортсмена.

Тема 8. Процеси загоєння та патофізіологія скелетно-м'язових ушкоджень. Фази загоєння тканин. Фактори, що уповільнюють процес загоєння.

Тема 9. Спортивна травма. Основи лікування і реабілітації при спортивних ушкодженнях. Застосування кінезіотейпування у спортсменів. Види тейпів. Особливості використання при різноманітних травмах опорно-рухового апарату.

Тема 10. Фактори, які погіршують працездатність спортсменів. Негативний вплив шкідливих звичок на організм спортсмена.

Тема 11. Сучасні методи відновлення загальної та спеціальної фізичної працездатності, фізичних якостей, спеціальних рухових умінь та навичок у спортсменів різних видів спорту

Тема 12. Застосування сучасних фітнес-технологій у фізичній реабілітації спортсменів різних видів спорту для відновлення спеціальної фізичної працездатності, специфічних фізичних якостей, рухових умінь та навичок.

Перелік рекомендованої літератури:

Основна:

1. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії: підручник / [Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчук, Д.В.Вакуленко та ін.] ; за заг.ред. Л.О.Вакуленко, В.В.Клапчука. – Тернопіль: ТДМУ, 2018. – 372 с.

2. Аравіцька М.Г. Фізична терапія у травматології і неврології: принципи складання програми реабілітації [методичні рекомендації] / М.Г. Аравіцька. – Івано-Франківськ, «Лілея НВ», 2018. – 36 с.

3. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В. М. Сокрута. — Краматорськ: Каштан, 2019. — 480 с., 32 іл.

Додаткова:

1. Дорошенко Е.Ю. Фізична терапія спортсменів із діафізарними переломами кісток гомілки після інтрамедулярного остеосинтезу (на матеріалі командних спортивних ігор) / Е. Ю. Дорошенко, О. К. Ніканоров, І. М. Ляхова, Л. І. Левченко, С. Г. Пузік, О. Є. Черненко, А. М. Гурєєва, І. О. Сазанова // Актуальні питання фармацевтичної і медичної науки та практики. - 2020. - Т. 13, № 2. - С. 293-301. - Режим доступу:

http://nbuv.gov.ua/UJRN/apfimntp_2020_13_2_22

2. Раад А. Методичні основи побудови програми фізичної реабілітації пацієнтів після хірургічного лікування розривів ахіллового сухожилля / А. Раад, В. Вітомський, О. Лазарева, О. Ніканоров, М. Вітомська // Спортивний вісник Придніпров'я. - 2017. - № 2. - С. 226-233. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2017_2_41

3. Спортивна медицина : електронний підручник / [Л.О. Вакуленко, Д. В. Вакуленко, О.Р. Барладин та ін.] . – Тернопіль : ТНПУ, 2018. –192 с. http://catalog.library.tnpu.edu.ua:8080/e-lib/DocDescription?doc_id=252925

4. Неврологія [Текст] : підручник для вищ. навч. закл. I-III р. акред. / Т. І. Кареліна, Н. М. Касевич ; за ред. Н. В. Литвиненко. - 2-ге вид., виправлене. - К. : Медицина, 2017. - 288 с.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

5. Луковская О.Л. Методи клінічних і функціональних досліджень у фізичній культурі та спорті / О.Л. Луковская : Підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. – Днепропетровск: Журфонд, 2016. – 306 с.

6. МКХ-10-АМ: Міжнародна статистична класифікація хвороб і споріднених проблем охорони здоров'я: [електронний ресурс]. – 2017. – 1280 с.
https://nszu.gov.ua/storage/files/Klasyfikator_xvorob_ta_sporidnenykh_problem_oxorony_zdorovya_NK_0252019.pdf

ОЦІНЮВАННЯ

Форми і методи поточного контролю: усний (опитування), тестування, оцінювання виконання практичних вправ, оцінювання комунікативних навичок, розв'язання ситуаційних клінічних завдань, оцінювання активності на занятті та самостійної роботи студентів.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Здобувач бере активну участь на занятті; демонструє глибокі знання, дає повні та детальні відповіді на запитання; бере активну участь у обговоренні проблемних ситуацій, користується додатковою навчально-методичною та науковою літературою; вміє сформулювати своє ставлення до певної проблеми; висловлює власні міркування, наводить доцільні приклади; вміє знаходити найбільш адекватні форми розв'язання суперечностей. Тестові завдання виконані в повному обсязі, всі 100% відповідей на запитання є правильними, відповіді на відкриті питання – повні та обґрунтовані. Здобувач вільно вирішує ситуаційні завдання (в т.ч. розрахункові), впевнено демонструє практичні навички за темою заняття та вірно інтерпретує отримані дані, висловлює власну креативну думку з теми завдання, демонструє творче мислення.
Добре «4»	Здобувач бере участь на занятті; добре володіє матеріалом; демонструє необхідні знання, але дає відповіді на запитання з деякими помилками; бере участь у обговоренні проблемних ситуацій, користується основною навчально-методичною та науковою літературою; висловлює власну думку з теми заняття. Тестові завдання виконані в повному обсязі, не менш ніж 70% відповідей на запитання є правильними, відповіді на відкриті питання - загалом правильні, проте наявні деякі помилки у визначеннях. Здобувач вірно вирішує ситуаційні завдання (в т.ч. розрахункові), але допускає незначні неточності та демонструє більш стандартизовані практичні навички за темою заняття при вірній інтерпретації отриманих даних, висловлює власну думку з теми завдання, демонструє критичне мислення.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

Задовільно «3»	Здобувач іноді бере участь на занятті; частково виступає і задає питання; допускає помилки під час відповідей на запитання; показує пасивну роботу на практичних заняттях; показує фрагментарні знання понятійного апарату і літературних джерел. Тестування виконано в повному обсязі, не менш ніж 50% відповідей є правильними, відповіді на відкриті питання - не логічні, з явними суттєвими помилками у визначеннях. Здобувач не достатньо володіє матеріалом для вирішення ситуаційних завдань (в т.ч. розрахункові), невпевнено демонструє практичні навички за темою заняття та інтерпретує отримані дані з суттєвими помилками, не висловлює свою думку з теми ситуаційного завдання.
Незадовільно «2»	Здобувач не бере участь на занятті, є лише спостерігачем; ніколи не виступає і не задає питання, незацікавлений у вивченні матеріалу; дає неправильні відповіді на запитання, показує незадовільне знання понятійного апарату і літературних джерел. Тестування не виконано. Ситуаційне завдання не виконано.

Форми і методи підсумкового контролю: залік.

Залік, виставляється здобувачу, який виконав усі завдання робочої програми навчальної дисципліни, приймав активну участь у практичних заняттях, виконав індивідуальне завдання та має середню поточну оцінку не менше ніж 3,0 і не має академічної заборгованості.

САМОСТІЙНА РОБОТА ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Самостійна робота передбачає підготовку до кожного практичного заняття.

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Політика щодо дедлайнів та перескладання:

- Пропуски занять з неповажних причин відпрацьовуються за розкладом черговому викладачу.
- Пропуски з поважних причин відпрацьовуються за індивідуальним графіком з дозволу деканату.
- Перескладання незадовільної оцінки проводиться в дні консультацій і відпрацювань; при дистанційному навчанні – в терміни, визначені й узгоджені з викладачем.

Політика щодо академічної доброчесності:

Обов'язковим є дотримання академічної доброчесності здобувачами, а саме:

- самостійне виконання всіх видів робіт, завдань, форм контролю, передбачених робочою програмою даної навчальної дисципліни;
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;
- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

Неприйнятними у навчальній діяльності для учасників освітнього процесу є:

- використання родинних або службових зв'язків для отримання позитивної або вищої

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини
та фізичного виховання

оцінки під час здійснення будь-якої форми контролю результатів навчання або переваг у науковій роботі;

- використання під час контрольних заходів заборонених допоміжних матеріалів або технічних засобів (шпаргалок, конспектів, мікро-навушників, телефонів, смартфонів, планшетів тощо);
- проходження процедур контролю результатів навчання підставними особами.

За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності:

- зниження результатів оцінювання контрольної роботи, оцінки на занятті, заліку тощо;
- повторне проходження оцінювання (контрольної роботи, заліку тощо);
- призначення додаткових контрольних заходів (додаткові індивідуальні завдання, контрольні роботи, тести тощо);
- проведення додаткової перевірки інших робіт авторства порушника.

Політика щодо відвідування та запізень:

Відвідування всіх видів аудиторних занять (лекцій, практичних занять) є обов'язковим.

Форма одягу: медичний халат, який повністю закриває верхній одяг, або лікарська піжама, шапочка, маска, змінне взуття.

Обладнання: зошит, ручка, методичні вказівки, альбом.

Стан здоров'я: здобувачі хворі на гострі інфекційні захворювання, у тому числі на респіраторні хвороби, до заняття не допускаються.

Здобувач, який спізнився на заняття, може бути на ньому присутній, але якщо в журналі викладач поставив «нб», він повинен його відпрацювати у загальному порядку.

Використання мобільних пристроїв:

Мобільні пристрої можуть бути застосовані здобувачами з дозволу викладача, якщо вони потрібні для виконання завдання.

Поведінка в аудиторії:

Поведінка здобувачів та викладачів в аудиторіях має бути робочою та спокійною, суворо відповідати правилам, встановленим Положенням про академічну доброчесність та етику академічних взаємин в Одеському національному медичному університеті, у відповідності до Кодексу академічної етики та взаємин університетської спільноти Одеського національного медичного університету, Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату у науково-дослідній та освітній роботі здобувачів вищої освіти, науковців та викладачів Одеського національного медичного університету.