

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

**Силабус навчальної дисципліни
«Гідротерапія та СПА процедури»**

Обсяг навчальної дисципліни	Загальна кількість годин на дисципліну: 90 годин, 3,0 кредити 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, доктор медичних наук, професор. Плакіда Олександр Леонідович. Доктор медичних наук, професор кафедри. Філоненко Олена В'ячеславівна. Кандидат медичних наук, доцент кафедри. Кравець Світлана Вікторівна. 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 – вчення про використання фізичних факторів води в їхньому природному або преформованому вигляді та різновиди сучасних СПА-процедур.

Мета дисципліни: формування у здобувачів системи знань про особливості гідротерапії та СПА процедур як лікувального методу та важливої складової медичної реабілітації; оволодіння теоретичними знаннями, вміннями та навичками з усіх гідротерапії та СПА процедур.

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

Завдання навчальної дисципліни:

1. Надати знання про цілющі властивості природних лікувальних факторів, особливості та механізми їхнього впливу на організм людини
2. Викласти теоретичні основи та методологічні особливості вивчення соціофізіологічних механізмів адаптації організму людини до рекреаційно кліматичних факторів;
3. Вивчити особливості кліматотерапії, бальнеотерапії, грязелікування, таласотерапії та ін;
4. Розглянути основи рекреації та профілактики на курортах та в оздоровчих (СПА) центрах;
5. Ознайомити здобувачів із основними природними лікувальними ресурсами та їх використанням у СПА індустрії;
6. Сформувати у студентів знання, вміння та навички щодо використання СПА та велнес методики та процедур у рекреаційній та оздоровчій практиці.

Очікувані результати:

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен:

Знати:

- Основні цілющі властивості природних лікувальних факторів, механізми їх впливу на організм людини;
- Основні характеристики лікувальних чинників та особливості їх застосування особливості лікувально-оздоровчих методики кліматолікування, грязелікування, бальнеотерапії, фітотерапії та ін.;
- Діяльність лікувально-оздоровчої та курортної інфраструктури;
- Інноваційні методи та технології;
- Механізм дії та фізіологічні зміни в організмі після проведення лікування фізичними факторами;
- Класифікацію курортів та механізм дії курортних факторів на організм;
- Характеристику фізичних факторів (ФФ);
- Показання та протипоказання до призначення методів фізіотерапії;
- Механізми дії ФФ;
- Методи застосування фізичних факторів;
- Визначення ключових понять та термінів;
- Правила проведення процедур догляду за шкірою обличчя залежно від її типу та віку;
- Комплексні програми догляду за шкірою рук та ніг;
- Показання та протипоказання до проведення різних видів косметологічних процедур;
- Особливості догляду за шкірою в салоні та в домашніх умовах;
- Класифікації косметичних засобів залежно від їхньої фізико-хімічної структури;
- Позитивні та негативні сторони проведення фіто-, арома, СПА, дієтотерапії;
- Класифікації масок та порядок їх застосування;
- Методики нехірургічного омолодження;
- Види та прийоми сучасного косметичного масажу, мануальної терапії, рефлексотерапії та акупунктури; методи корекції фігури.

Вміти:

- Давати визначення основних понять курсу;
- Виділяти та оцінювати основні групи курортних ресурсів;

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

- Розуміти загальні закономірності впливу природних факторів на організм людини;
- Пояснювати основи використання фізичних факторів в санаторно-курортній практиці;
- Аналізувати сучасний стан, напрями і перспективи розвитку санаторно-курортного лікування;
- Доводити необхідність раціонального використання природних курортних ресурсів визначити доцільні методи впливу фізичними факторами за тих чи інших захворювань;
- Вибрати оптимальний для хворого фізіотерапевтичний комплекс;
- Оцінити вплив фізичних факторів на організм здорової та хворої людини;
- Провести комплексний огляд для вирішення питання про призначення методів фізіотерапії;
- Обґрунтувати та призначити метод фізіотерапевтичного впливу

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. Природні лікувальні фактори, механізми їх впливу на організм людини. Основні характеристики лікувальних чинників та особливості їх застосування. Особливості лікувально-оздоровчих методик - кліматолікування, грязелікування, бальнеотерапії, фітотерапії та ін.

Тема 2. Характеристика фізичних факторів. Механізми дії фізичних факторів. Методи застосування фізичних факторів. Механізм дії та фізіологічні зміни в організмі після проведення лікування фізичними факторами.

Тема 3. Основи водолікування. Гідротерапія та бальнеотерапія. Види гідротерапії. Загальні показання та протипоказання до застосування гідротерапії. Основні методики гідротерапії, вплив на організм та особливості застосування. Ванни, види, особливості застосування.

Тема 4. Поняття про бальнеотерапію. Мінеральні води, природні та штучні. Класифікація мінеральних вод за хімічним складом, фізичними властивостями та лікувальним значенням. Зовнішнє та внутрішнє застосування мінеральних вод.

Тема 5. Застосування мінеральних вод для питного лікування. Класифікація питних мінеральних вод. Фізіологічна дія мінеральної води. Вплив питних мінеральних вод на різні органи та системи організму. Показання та протипоказання до застосування питних мінеральних вод різного хімічного складу.

Тема 6. Таласотерапія. Показання та протипоказання до таласотерапії. Пеладотерапія. Грязелікування. Лікувальні грязі. Види грязей. Дія грязей різного складу на організм. Види грязьових процедур. Особливості проведення грязьових лікувальних процедур, показання та протипоказання.

Тема 7. Сучасні поняття о СПА процедурах. Історія розвитку СПА та велнес послуг. Класифікація СПА. Основні природні лікувальні ресурси та їх використання у СПА. Тема 8. Поняття про процедуру СПА. Основні завдання проведення СПА процедур. Показання

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

та протипоказання до проведення різних видів СПА процедур. Правила проведення СПА процедур. Особливості проведення процедур. Правила проведення СПА процедур. Особливості проведення залежно від віку пацієнта. Тема 9. Основні види СПА процедур. Вплив різних видів СПА процедур на організм людини. Тема 10. Спа-процедури для обличчя та волосся. Типи шкіри. Основні методи визначення типів шкіри. Способи тестування вікових змін шкіри. Поняття про пілінг. Види пілінгів. Пілінг та скраб різними матеріалами мінерального чи рослинного походження. Насичення шкірних покривів вітамінами, мінералами та макроелементами за допомогою масок з цілющих грязей та глини, олій та екстрактів рослин. Тема 11. СПА-процедури для рук, ніг і ступнів. Ванни молочні, винні, пивні, морські. Грязьові, шоколадні або водоростеві обгортання. Гідромасаж. Тема 12. СПА-процедури для тіла. Пілінг за допомогою солей та водоростей. Обгортання: мінеральні з грязями, водоростями та цілющим мулом, а також перлинні та шовкові. Ванни: морська, молочна, моделююча, розслаблююча. Джакузі з гідромасажним ефектом, фітобочка, хамам, сауна.

Перелік рекомендованої літератури:

Основна:

1. Богдановська Н.В., Кальонова І.В. Фізична реабілітація засобами фізіотерапії. Університетська книга, 2023. 328 с.
2. Федорів Я.Р.М. Фізіотерапія. Навчальний посібник. Магнолія, 2022. - 559 с

Додаткова:

1. Заваріка Г. М. Курортна справа : навчальний посібник. Міністерство освіти і науки України. – Київ : Центр учбової літератури, 2015. – 263 с.
2. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. Фізіотерапія: підручник. Медицина, 2018. 256 с.
3. Кушнірук Ю. Рекреація та курортологія: Навчальний посібник. НУВГП, 2012. - 146 с.

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 здобувачів.

Критерії поточного оцінювання на практичному занятті

Оцінка	Критерії оцінювання
Відмінно «5»	Здобувач бере активну участь у 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, впевнено демонструє практичні навички за темою заняття та вірно інтерпретує отримані дані, висловлює власну креативну думку з теми завдання, демонструє творче мислення.

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

Добре «4»	Здобувач бере участь у 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, 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.
Задовільно «3»	Здобувач іноді бере участь в занятті; частково виступає і задає питання; допускає помилки під час відповідей на запитання; показує пасивну роботу на семінарських 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, 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 у 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:

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини та фізичного виховання

- 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 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-наушників, 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 запізнь:

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.