

Міністерство освіти і науки України

Донбаська державна машинобудівна академія (ДДМА)

(повне найменування вищого навчального закладу)

фізичного виховання і спорту

(кафедра)

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Основи фізичної реабілітації

освітньо-кваліфікаційний рівень – бакалавр

спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Розробник: Гончаренко О. С.

доцент кафедри фізичного

виховання та спорту

Краматорськ 2021

Методи навчання

Словесні, наочні, проблемно-інформаційні, частково-пошукові, дослідницькі, практичні заняття.

Методи контролю

Поточне вибіркове опитування на лекціях, перевірка готовності до семінарських занять, написання самостійних робіт, захист індивідуальних навчально-дослідних завдань.

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Практичне заняття №1. Тема: Санаторно-курортна реабілітація

Мета заняття: сформувати уявлення у здобувачів про систему санаторно-курортних закладів країни.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст робіт :

1. Система курортних закладів країни.
 2. Загальні поняття про санітарно-курортне лікування.
 3. Кліматичні, бальнеологічні і грязьові курорти України.
 4. Комплексне використання засобів медичних і фізичних реабілітацій в санітарних умовах.
 5. Питання до самостійної роботи.
- Література: [1; 2; 6; 8].

Практичне заняття №2-3. Тема: Кліматотерапія

Мета заняття: сформувати уявлення у здобувачів про види кліматичних факторів та механізм їх дій.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Визначення поняття кліматотерапія. Механізми дії кліматичних факторів.
 2. Аеротерапія.
 3. Геліотерапія.
 4. Таласотерапія.
 5. Питання до самостійної роботи.
- Література: [2; 6; 8].

Практичне заняття №4-5. Тема: Механотерапія, праце терапія у системі фізичної реабілітації

Мета заняття : навчити здобувачів з засобами фізичної реабілітації.

Задачі та зміст роботи:

1. Механотерапія.
 2. Праце терапія.
 3. Поєднання засобів фізичної реабілітації у відновному лікуванні захворювань.
 4. Питання до самостійної роботи.
- Література: [6; 8-10].

Практичне заняття №6. Тема: Водолікування

Мета заняття : ознайомити здобувачів з фізичними і фізіологічними основами водолікування.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Фізичні і фізіологічні основи водолікування.
 2. Лікування прісною водою. Техніка його проведення. Показання і протипоказання. Душі, прісні ароматичні ванни. Підводне витягування хребта.
 3. Механізм дії мінеральних вод на організм людини. Загальні правила прийому і призначення мінеральних ванн.
 4. Питне використання мінеральної води Закарпаття при захворюваннях органів травлення і інших системах.
 5. Питання до самостійної роботи.
- Література: [6; 8-10].

Практичне заняття №7-8. Тема: Теплолікування.

Мета заняття: ознайомитися з основними видами теплових процедур.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Види теплових процедур.
 2. Лікування з використанням грязі.
 3. Парафіно-озокеритове лікування.
 4. Глинолікування. Лікування нагрітим піском.
 5. Питання до самостійної роботи.
- Література: [6; 8-10].

Практичне заняття №9. Тема: Загальні засади побудови програм в реабілітації

Мета заняття: ознайомити здобувачів з діяльністю фізичного терапевта.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Складові клінічної діяльності фізичного терапевта.
2. Побудова програми фізичної реабілітації.
3. Побутова заняття ЛФК.
4. Питання до самостійної роботи.

Література: [1; 8; 13].

Практичне заняття №10. Тема: Фізична реабілітація для осіб із захворюванням внутрішніх органів (в кардіології)

Мета заняття: ознайомити здобувачів з впливом фізичних вправ на серцево-судинну систему.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Структура захворювань серцево-судинної системи.
2. Клінічні симптоми захворювань системи кровообігу.
3. Вплив фізичних вправ на серцево-судинну систему. Роль фізичного навантажень у профілактиці і комплексному лікуванні ЗСК.
4. Програма фізичної реабілітації при інфаркті міокарда.
5. Питання до самостійної роботи.

Література: [1; 9].

Практичне заняття №11. Фізична реабілітація під час захворювань внутрішніх органів (пульманологія)

Мета заняття: ознайомити здобувачів з принципами реабілітації при рестриктивних захворюваннях легень.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Поняття про легеневу реабілітацію. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування фізичної терапії при захворюваннях дихальної системи.

2. Загальні принципи реабілітації при рестриктивних захворюваннях легень (пневмонія). Побудова заняття ЛФК при пневмонії.

3. Питання до самостійної роботи.

Література: [1; 5; 8].

Практичне заняття №12. Тема: Особливості побудови програми фізичної реабілітації та занять ЛФК при захворюваннях і травмах нервової системи

Мета заняття: ознайомити здобувачів з фізичною реабілітацією осіб із перенесеними травмами спинного мозку.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів ФР у клініці неврології.

2. Травми головного та спинного мозку: класифікація, симптоматика.

3. Фізична реабілітація осіб із перенесеними травмами спинного мозку.

4. Питання до самостійної роботи.

Література: [8; 12; 14; 15].

Практичне заняття №13. Тема: Особливості побудови програми фізичної реабілітації та занять ЛФК при захворюваннях і травмах центральної нервової системи

Мета заняття : ознайомити здобувачів фізичною реабілітацією осіб із травмами спинного мозку.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. Інсульт: етіологія, патогенез, класифікація захворювання, симптоматика.

2. Фізична реабілітація осіб із гострим порушенням мозкового кровообігу .

3. Фізична реабілітація осіб із травмами спинного мозку.

4. Питання до самостійної роботи.

Література: [4; 7; 8].

Практичне заняття №14. Особливості проведення ЛФК у осіб із перенесеними травмами опорно-рухового апарату

1. **Мета заняття :** ознайомити здобувачів особливості побудови програми фізичної реабілітації та занять ЛФК при травмах м'яких тканин та переломах.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

2. Загальні відомості про травми опорно-рухового апарату. Удари, вивих, розтягнення, рани, переломи: класифікація, клінічна картина, лікування.

3. Особливості побудови програми фізичної реабілітації та занять ЛФК при травмах м'яких тканин.

4. Особливості побудови програми фізичної реабілітації та занять ЛФК при переломах.

5. Питання до самостійної роботи.

Література: [3; 7; 8; 11].

Практичне заняття №15. Тема: Особливості побудови занять ЛФК

Мета заняття: ознайомити здобувачів особливостями побудови занять ЛФК.

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Задачі та зміст роботи:

1. В кардіології.
2. В пульманології.
3. При захворюванні і травмах нервової системи.
4. При травмах центральної нервової системи.
5. При травмах опорно-рухового апарату.
6. Питання до самостійної роботи.

Література: [3-9].

Рекомендована література

Основна

1. Богдановська Н. В. Фізична реабілітація різних нозологічних груп : навч. посіб. / Н. В. Богдановська. – Запоріжжя : ЗДУ, 2002. – 136 с.
2. Вовканич А. С. Вступ у фізичну реабілітацію (матеріали лекційного курсу) : навч. посіб. / А. С. Вовканич. – Львів : [Укр. технології], 2008. – 199 с.
3. Воронін Д. М. Фізична реабілітація при захворюваннях нервової системи: навч. посіб. / Воронін Д. М., Павлюк Є. О. – Хмельницький : ХНУ, 2011. – 143 с. – ISBN 978-966-330-138-9.
4. Гордон Н. Инсульт и двигательная активность / Н. Гордон. – Киев : Олимп. литература, 1999. – 128 с. – ISBN 966-7133-19-2.
4. Івасик Н. Фізична реабілітація при порушенні діяльності органів дихання: навч. посіб. / Наталія Івасик. – 2-ге вид., випр. і допов. – Львів : Український бестселер, 2009 ; Тріада плюс, 2012. – 192 с. – ISBN 978-966-2384-00-0.
5. Магльована Г. П. Основи фізичної реабілітації / Магльована Г. П. – Львів: [Ліга-Прес], 2006. – 147 с. – ISBN 966-367-018-6.
6. Марченко О. К. Фізична реабілітація хворих із травмами й захворюваннями нервової системи : навч. посіб. / О. К. Марченко. – Київ : [Олімп. література], 2006. – 194 с. – ISBN 966-7133-83-4.
7. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підручник / Мухін В. М. – Вид. 3-тє, переробл. та допов. – Київ : Олімп. література, 2010. – 486 с. – ISBN 978-966-870-13-8.
8. Окамото Г. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. / Гері

Окамото ; пер. Юрія Кобіва та Анастасії Добриніної. – Львів : [Галицька видавнича спілка], 2002. – 293 с. – ISBN 966-7893-17-0.

9. Порада А. М. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. / А. М. Порада, О. В. Солодовник, Н. Є. Прокопчук. – Вид. 2-ге. – Київ :

10. Федорів Я. Загальна фізіотерапія : навч. посіб. / Я.-Р. М. Федорів, А. Л. Філіпчук, Р. Ю. Грицко. – Київ : Здоров'я, 2004. – 224 с. – ISBN 5-11- 000822-1.

11. Фізична реабілітація та спортивна медицина: профільні кафедри і курси вищих медичних та фізкультурних закладів освіти України : [монографія] / за ред. проф. В. В. Клапчука, А. В. Магльованого. – Львів : Ліга-Прес, 2006. – 83 с. – ISBN 966-397-029-4.

12. Язловецький В. С. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. / В. С. Язловецький, Г. Е. Верич, В. М. Мухін. – Кіровоград : [РВВ КДПУ ім. Володимира Винниченка], 2004. – 324 с. – ISBN 966-8089-19-7.

Допоміжна

1. Мухін В. М. Фізична реабілітація в травматології : монографія / В. М. Мухін. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 424 с. – ISBN 978-966-2328-77-6.

2. Рокошевська В. Фізична реабілітація хворих після перенесеного мозкового геморагічного інсульту в умовах стаціонару : метод. посіб. / Віра Рокошевська. – Львів : ПП Сорока Т.Б., 2010. – 94 с.

3. Сиренко П. А. Физическая реабилитация двигательного аппарата в профессиональном спорте : [монография] / Сиренко П. А. – Харьков : [Новое слово], 2008. – 199 с. – ISBN 978-966-2046-27-4.