

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРКАСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Кафедра анатомії, фізіології та фізичної реабілітації

**Лизогуб В.С.
Петренко Ю.О.
Кожемяко Т.В.**

ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ
(змістовий модуль 1: ФСР ПРИ ОПЕРАТИВНИХ ВТРУЧАННЯХ ТА ТРАВМАХ
ОПОРНО- РУХОВОГО АПАРАТУ)

**Методичні рекомендації до організації самостійної та
індивідуальної роботи студентів**

другого (магістерського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт
галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
Кваліфікація: Магістр фізичної культури і спорту

УДК 378:796.012

Автори:

Лизогуб В.С., Петренко Ю.О., Кожемяко Т.В.

Рецензенти:

професор, д.пед.н. Безкопильний О.О.
професор, д.біол.н. Ільїн В.М.

*Рекомендовано до друку вченою Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
(протокол № 5 від 19.12.2024 р.)*

Лизогуб В.С., Петренко Ю.О. Кожемяко Т.В. Фізкультурно-спортивна реабілітація при оперативних втручаннях та травмах опорно- рухового апарату: методичні рекомендації до організації самостійної та індивідуальної роботи студентів спеціальності 017 (фізична культура і спорт). – Черкаси : Черкаський національний університет ім. Б. Хмельницького, 2024. – 35 с.

Запропоновані рекомендації є науково-методичним супроводом самостійної та індивідуальної роботи магістрів, що спрямовані на формування компетентностей, засвоєння знань, умінь та навичок та призначені для здобувачів вищої освіти зі спеціальності 017 «фізкультурно-спортивна реабілітація». Також рекомендації можуть стати в нагоді працівникам закладів, служб, установ та організацій сфери освіти, охорони здоров'я, соціального захисту для здійснення навчальної, корекційної, виховної роботи різних груп населення з ООП.

© ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2024

© Лизогуб В.С., Петренко Ю.О., Кожемяко Т.В., 2024

ЗМІСТ

| | |
|--|---|
| ВСТУП..... | 3 |
| ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Фізкультурно-спортивна реабілітація при оперативних втручаннях, травмах і захворюваннях опорно-рухового апарату..... | 5 |

ВСТУП

1. Анотація

Навчальна дисципліна «Фізкультурно – спортивна реабілітація» належить до циклу професійної підготовки фахівців за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт. Об'єктом вивчення курсу є фізична та спортивна реабілітація при порушеннях розвитку, травмах, захворюваннях осіб різних вікових груп. Предметом навчання є основи організації фізкультурно-спортивної реабілітації осіб різних вікових груп, характеристика засобів та механізмів дії фізичних, спортивних, прикладних та ігрових вправ, види контролю за ефективністю проведення реабілітаційних програм з метою відновлення, корекції та попередження травм та захворювань організму.

2. Мета та цілі курсу

Метою дисципліни є підготовка фахівців фізкультурно-спортивної реабілітації, які здатні розв'язувати складні задачі і практичні проблеми фізичної культури та спорту метою корекції і компенсації порушень функцій організму в осіб з різною патологією різних вікових груп загальноосвітніх закладів, медичних та спортивних центрах тощо.

Завданнями вивчення навчальної дисципліни «Фізкультурно – спортивна реабілітація» передбачено:

- оволодіння понятійним апаратом,
- ознайомлення з теоретичними питаннями дисципліни та засвоєння алгоритму побудови реабілітаційних програм за нозологіями,
- формування системи знань щодо засобів фізкультурно-спортивної реабілітації при захворюваннях та травмах організму,
- оволодіння програмами реабілітації хворих з різними нозологіями з урахуванням віку, індивідуальних особливостей, а також перебігу захворювання,
- отримання вмінь вірно обирати засоби фізкультурно-спортивної реабілітації з урахуванням показань та протипоказань щодо їх застосування у кожному конкретному випадку, розпізнавати ускладнення, які можуть виникнути при проведенні реабілітаційних заходів.

3. Загальні положення

Методичні рекомендації розроблені на основі Положення про організацію самостійної та індивідуальної роботи у Черкаському національному університеті імені Богдана Хмельницького та мають на меті:

- реалізувати принцип: «Не кожен випускник стане науковцем, але кожен повинен стати креативним і компетентним фахівцем, здатним до творчої та добросесної діяльності»;
 - стимулювати творчу індивідуальну роботу, починаючи з молодших курсів;
 - створити умови для наскрізності дослідницької роботи здобувачів упродовж навчання від першого курсу до старших курсів;
 - одночасно із посиленням вимог щодо організації самостійної та індивідуальної роботи створити умови для спонукалі до творчого підходу;
- Індивідуальну дослідницьку роботу студентів організовує і контролює випускова кафедра впродовж всього строку навчання. На основі Положення та Вимог випускова кафедра розробляє і затверджує «Методичні рекомендації до організації самостійної та індивідуальної роботи» з урахуванням галузевих стандартів і специфіки підготовки роботи за відповідною спеціальністю.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1: «ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ ОПЕРАТИВНИХ ВТРУЧАННЯХ ТА ТРАВМАХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ»

САМОСТІЙНА РОБОТА № 1

(6 години)

ТЕМА: Спеціальні тести та шкали для реабілітаційного обстеження.

МЕТА: Здобувач освіти удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації для хворих дітей та підлітків після оперативних втручань на органах грудної клітки.

ЗАВДАННЯ: Провести обстеження пацієнта і визначити обмеження рухливості суглобів.

ОБЛАДНАННЯ: Обладнання для проведення антропометрії, ростомір, кутоміри, сантиметрові стрічки, стабілограф, гімнастичні мати, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

1) Дайте характеристику тестів для оцінки проведення ФСР.

2) Дайте характеристику інструментів оцінювання проведення ФСР.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання проведення тесту Томайєра.
2. Визначіть мету та завдання проби для визначення сили м'язів нижньої кінцівки.
3. Провести тест Томайєра.
4. Провести пробу кількісного балу міастенії.

Схема заняття з реабілітації студента (-тки) ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького

(прізвище, ім'я по-батькові)

Домен/категорія МКФ: d4105 Згинання

Параметр: Відстань від підлоги до кінців 3-х пальців витягнутих рук при максимальному нахилі тулуба вперед при незгинаних колінах.

Інструмент оцінювання: Функціональне обстеження – проба Томайєра.

Джерело: Бойчук Т. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації [навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів] / Т. Бойчук [та ін.]. — Львів: ЗУКЦ, 2010. — С. 144.

МЕТОДИКА ВИКОНАННЯ ПРОБИ ТОМАЙЄРА

Обстежуваного просять максимально нахилити тулуб вперед і дістати пальцями витягнутих рук підлоги. Ноги в колінах не згинаються. Вимірюється в сантиметрах відстань від кінців 3-х пальців кистей до підлоги. У нормі ця відстань дорівнює 0 см і збільшується при обмеженні згинання хребта.

Власна шкала оцінювання для МКФ

| Опис градаций шкали оцінювання | Визначники |
|--------------------------------|------------|
| відстань 0 см | 0 |
| 1-5 см | 1 |
| 6-15 см | 2 |
| 16-30 см | 3 |
| ≥ 31 см | 4 |

Домен/категорія МКФ: b7301 Сила м'язів однієї кінцівки

Параметр: Утримання розгнутої правої/лівої ноги.

Інструмент оцінювання: Фрагмент Кількісного балу міастенії / Quantitative myasthenia gravis score.

Джерело: Barohn RJ, McIntire D, Herbelin L, et al. Reliability testing of the Quantitative Myasthenia Gravis Score. Ann. NY Acad. Sci. 1998;841:769-772.

Переклад українською мовою: власний.

ФРАГМЕНТ КІЛЬКІСНОГО БАЛУ МІАСТЕНІЇ

| № | Тест | Порушення | | | | Бал |
|----|---|--------------|--------------|----------------|--------------|-----|
| | | немає (0) | легке (1) | помірне (2) | важке (3) | |
| 12 | Утримання розгнутої правої ноги (45° в положенні лежачи на спині), секунд | 100 | 31-99 | 1-30 | 0 | |
| 13 | Утримання розгнутої лівої ноги (45° в положенні лежачи на спині), секунд | 100 | 31-99 | 1-30 | 0 | |

Модифікована шкала оцінювання для МКФ

| Опис градаций шкали оцінювання | Визначники |
|-----------------------------------|------------|
| тривалість утримання ≥ 100 сек | 0 |
| 50-99 сек | 1 |
| 25-49 сек | 2 |
| 1-24 сек | 3 |
| неспроможний/а виконати тест | 4 |

Підпис студента _____

Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети та завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна:

1. Майкова Т. В., Самошкіна А.В. (2014). Основні положення та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. - Дніпропетровськ. - 95 с.
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. - Львів: ЛДУФК. - 424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація: анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. - Київ: Кондор. - 1162 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. - К.: ВСВ «Медицина». - 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії: метод. вказ. до проведення практик. - Харків: ХНМУ. - 56 с.
6. Сухан В.С. (2014). Методичні вказівки до лекцій з курсу «Лікувальна фізкультура та спортивна медицина». - Ужгород. - 177 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Крась С., Маєвська С., Музика Ф. (2019). Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія"): навч. посіб. - Львів: ЛДУФК. - 146 с.
2. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія :навч. посіб. - Львів: ЛДУФК. - 224 с
3. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. - К.: ВСВ «Медицина». - 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 2

(6 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація після оперативних втручань на органах грудної клітки.

МЕТА: Здобувач освіти удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації для хворих дітей та підлітків після оперативних втручань на органах грудної клітки.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для підлітка 16 років у щадно-тренувальному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час передопераційного режиму реабілітації лікарняного періоду при хірургічних втручаннях на серці та легенях.
- 2) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час раннього післяопераційного режиму реабілітації після хірургічних втручань на грудній клітці.
- 3) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час пізнього післяопераційного режиму реабілітації після хірургічних втручань на грудній клітці.
- 4) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час післялікарняного режиму реабілітації після хірургічних втручань на грудній клітці.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після оперативних втручань на серці у післялікарняний період реабілітації у щадно-тренувальному режимі.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ у післялікарняному періоді.
4. Скласти схему заняття для основної частини уроку фізичної реабілітації для підлітка 16 років після оперативного втручання на серці для усунення дефекту міжпередсердної перегородки щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

студента (-тки) ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – дефект міжпередсердної перегородки _____

щадний руховий режим, особливості протікання _____

(витяг з медичної карти)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР для юнака 16 років після проведення хірургічного втручання для усунення дефекту міжпередсердної перегородки _____

у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЕЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого _____ (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

1. Розширити функціональну здатність серцево-судинної і дихальної систем.
2. Підвищити нервово-психічний і загальний тонус хворого.
3. Зміцнити м'язи тулуба.
4. Забезпечити адаптацію до поступового збільшення фізичних навантажень, підготувати до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Запропонувати та провести поточний експрес-контроль стану пацієнта.
6. Провести аналіз комплексу вправ, що були запропоновані.
7. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети та завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Майкова Т. В., Самошкіна А.В. (2014). Основні положення та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. Дніпропетровськ. 95 с.
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК.424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практ. Харків : ХНМУ. 56 с.
6. Сухан В.С. (2014). Методичні вказівки до лекцій з курсу «Лікувальна фізкультура та спортивна медицина». Ужгород. 177 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Крась С., Маєвська С., Музика Ф.(2019). Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія"): навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 146 с.
2. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф.(2018). Нормальна анатомія :навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
3. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 3

(6 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація після оперативних втручань на органах черевної порожнини.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків після хірургічного втручання на органах черевної порожнини.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для підлітка 12 років після хірургічного втручання на органах черевної порожнини у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) *Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час передопераційного режиму реабілітації лікарняного періоду при хірургічних втручаннях на органах черевної порожнини.*
- 2) *Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час раннього післяопераційного режиму реабілітації після хірургічних втручань на органах черевної порожнини.*
- 3) *Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час пізнього післяопераційного режиму реабілітації після хірургічних втручань на органах черевної порожнини..*

4) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час післялікарняного режиму реабілітації після хірургічних втручань на органах черевної порожнини.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації для підлітка 12 років після апендиктомії у щадному руховому режимі.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії основних засобів фізичної реабілітації.
4. Скласти схему заняття основної частини уроку фізичної реабілітації для підлітка 12 років після апендиктомії у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – гострий апендицит _____

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР з хворим після апендиктомії у післялікарняний період.

Руховий режим: щадний _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення функції оперованого органа і системи у цілому.
- 2) Зміцнення м'язів тулуба і живота.
- 3) Тренування серцево-судинної і дихальної систем.
- 4) Відновлення працездатності пацієнта.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|----------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заклучна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заклучна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Запропонувати та провести поточний експрес-контроль стану пацієнта.
6. Провести аналіз комплексу вправ, що були запропоновані.
7. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети та завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Майкова Т. В., Самошкіна А.В.(2014). Основні положення та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. Дніпропетровськ. 95 с.
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК.424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практик. Харків : ХНМУ. 56 с.
6. Сухан В.С. (2014). Методичні вказівки до лекцій з курсу «Лікувальна фізкультура та спортивна медицина». Ужгород. 177 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Крась С., Маєвська С., Музика Ф.(2019). Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія"): навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 146 с.
2. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф.(2018). Нормальна анатомія :навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
3. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 4

(4 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при переломах кісток поясу верхніх кінцівок та плеча.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків після переломів кісток поясу верхніх кінцівок та плеча.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для підлітка 12 років після хірургічного втручання на органах черевної порожнини у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) *Повторити види та будову кісток.*
- 2) *Дайте визначення, що таке перелом кістки.*
- 3) *Повторіть методи лікування переломів.*
- 4) *Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час іммобілізаційного періоду реабілітації після переломів кісток поясу верхніх кінцівок та плеча.*
- 5) *Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час постіммобілізаційного періоду реабілітації після переломів кісток поясу верхніх кінцівок та плеча.*

б) Дайте характеристику фізичної реабілітації та поставте завдання під час післялікарняного періоду реабілітації після переломів кісток поясу верхніх кінцівок та плеча.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації для юнака 16 років після перелому плечової кістки у щадному руховому режимі.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії основних засобів фізичної реабілітації.
4. Скласти схему заняття основної частини уроку фізичної реабілітації для юнака 16 років після перелому плечової кістки у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – гострий апендицит _____

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР з хворим після діафізарного перелому плеча.

Руховий режим: щадний _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення амплітуди рухів в ушкодженій кінцівці.
- 2) Усунення тугорухливості і контрактур.
- 3) Зміцнення м'язів кінцівки та тулуба.
- 4) Сприяння утворенню щільної кісткової мозолі.
- 5) Забезпечення адаптації до поступового збільшення фізичних навантажень, підготовка до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичн і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|---------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____
Підготовча хв. _____
Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Запропонувати та провести поточний експрес-контроль стану пацієнта.
6. Провести аналіз комплексу вправ, що були запропоновані.
7. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети та завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Чеміріс А. Й., Нерянов Ю. М., Кудієвський А. В., Шишка І. В. (2010). Практичні навички та вміння з травматології та ортопедії. Навчально-наочний посібник для студентів ВМНЗ. Запоріжжя. 64 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практ. Харків : ХНМУ. 56 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416с.
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 5

(4 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при переломах кісток нижніх кінцівок.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків з переломами кісток нижніх кінцівок та тазу.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для юнака 16 років з переломом стегна правої нижньої кінцівки у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте визначення поняття «перелом».
- 2) Охарактеризуйте види переломів кісток нижньої кінцівки.
- 3) Повторіть м'язи, які забезпечують функціонування кінцівки, місця їх кріплення.
- 4) Наведіть приклади вправ, які не можна використовувати у лікарняному періоді застосування ФСР при переломах кісток.
- 5) Підберіть вправи, які є ефективними при реабілітації хворих після переломів кісток тазу у вільному періоді застосування ФСР.

- 6) Назвіть особливості фізичної реабілітації при діафізарних переломах стегна.
- 7) Назвіть особливості фізичної реабілітації при діафізарних переломах гоміли.
- 8) Назвіть особливості фізичної реабілітації при позасуглобових переломах кісток нижньої кінцівки.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після переломів кісток стегна.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для юнака 16 років після перелому стегна правої кінцівки у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Ортопедагог _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – діафізарний перелом кісток стегна правої кінцівки щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР для юнака 16 років після діафізарного перелому кісток стегна правої кінцівки.

(діагноз)

у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення амплітуди рухів в ушкодженій кінцівці.
- 2) Усунення тугорухливості і контрактур.
- 3) Зміцнення м'язів кінцівки та тулуба.
- 4) Сприяння утворенню щільної кісткової мозолі.
- 5) Забезпечення адаптації до поступового збільшення фізичних навантажень, підготовка до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____
Підготовча хв. _____
Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Чеміріс А. Й., Нерянов Ю. М., Кудієвський А. В., Шишка І. В. (2010). Практичні навички та вміння з травматології та ортопедії. Навчально-наочний посібник для студентів ВМНЗ. Запоріжжя. 64 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практик. Харків : ХНМУ. 56 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416с.
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 6

(4 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при переломах тазу

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків при переломах тазу.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для підлітка 12 років з переломом тазових кісток у тонізуючому руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте визначення поняття «перелом».
- 2) Охарактеризуйте види переломів кістки.
- 3) Повторіть м'язи, які забезпечують функціонування кісток тазу, місця їх кріплення.
- 4) Наведіть приклади вправ, які не можна використовувати у лікарняному періоді застосування ФСР при переломах кісток тазу.

- 5) Підберіть вправи, які є ефективними при реабілітації хворих після переломів тазової кістки у вільному періоді застосування ФСР.
- 6) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах тазової кістки лікарняного періоду реабілітації.
- 7) Назвіть особливості фізичної реабілітації під час скелетного витягнення при переломах тазової кістки.
- 8) Укажіть правила вертикалізації під час реабілітації при переломах тазової кістки.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після переломів тазових кісток.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для підлітка 12 років після перелому тазової кістки у тонізуючому руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Лікарня:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – діафізарний перелом стегнової кістки лівої кінцівки тонізуючий руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР для підлітка 12 років після перелому лівої тазової кістки

(діагноз)

у тонізуючому руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття _____ хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення амплітуди рухів в ушкодженій кінцівці.
- 2) Усунення тугорухливості і контрактур.
- 3) Зміцнення м'язів кінцівки та тулуба.
- 4) Сприяння утворенню щільної кісткової мозолі.
- 5) Забезпечення адаптації до поступового збільшення фізичних навантажень, підготовка до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичн і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|---------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____
Підготовча хв. _____
Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Чеміріс А. Й., Нерянов Ю. М., Кудієвський А. В., Шишка І. В. (2010). Практичні навички та вміння з травматології та ортопедії. Навчально-наочний посібник для студентів ВМНЗ. Запоріжжя. 64 с.
4. Шищук В.Д., Терехов А.М., Щербак Б.І. (2015). Переломи кісток нижньої кінцівки: клініка, діагностика, лікування, реабілітація. Суми : ТОВ «ВПП «Фабрика друку». 152 с.
5. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
6. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практик. Харків : ХНМУ. 56 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416 с.
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 7

(4 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при компресійних переломах хребта

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків при переломах кісток хребта.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для дитини 10 років з компресійним переломом хребта у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте визначення поняття «перелом».
- 2) Охарактеризуйте види переломів кісток хребта.
- 3) Повторіть м'язи, які забезпечують функціонування хребта, місця їх кріплення.

- 4) Наведіть приклади вправ, які не можна використовувати у лікарняному періоді застосування ФСР при переломах хребта.
- 5) Підберіть вправи, які є ефективними при реабілітації хворих після переломів кісток хребта.
- 6) Назвіть особливості фізичної реабілітації при компресійним переломом хребта у лікарняного періоду реабілітації.
- 7) Назвіть особливості фізичної реабілітації при компресійному переломі хребта у післялікарняного періоду реабілітації.
- 8) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах хребта.
- 9) Назвіть особливості фізичної реабілітації при компресійним переломом хребта.
- 10) Укажіть правила вертикалізації під час реабілітації при компресійним переломом хребта.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після компресійним переломом хребта.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для дитини 10 років з компресійним переломом хребта у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – діафізарний перелом великогомілкової кістки правої кінцівки

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР для дитини 10 років з компресійним переломом хребта у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЕЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення амплітуди рухів в ушкодженій кінцівці.
- 2) Усунення тугорухливості і контрактур.
- 3) Зміцнення м'язів кінцівки та тулуба.
- 4) Сприяння утворенню щільної кісткової мозолі.
- 5) Забезпечення адаптації до поступового збільшення фізичних навантажень, підготовка до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичн і вказівки |
|-----------------|-------------------|-------------|------------------|---------------------|
|-----------------|-------------------|-------------|------------------|---------------------|

| | | | | |
|------------|-------------------|--|--|--|
| | вихідне положення | | | |
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Чеміріс А. Й., Нерянов Ю. М., Кудієвський А. В., Шишка І. В. (2010). Практичні навички та вміння з травматології та ортопедії. Навчально-наочний посібник для студентів ВМНЗ. Запоріжжя. 64 с.
4. Шищук В.Д., Терехов А.М., Щербак Б.І. (2015). Переломи кісток нижньої кінцівки: клініка, діагностика, лікування, реабілітація. Суми : ТОВ «ВПІ «Фабрика друку». 152 с.
5. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
6. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практик. Харків : ХНМУ. 56 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416 с.
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 8

(4 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при щелепно-лицевих травмах.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків при щелепно-лицевих травмах.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для учня 11 років після щелепно-лицевої травми у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте визначення поняття «травма».
- 2) Наведіть приклади вправ, які не можна використовувати у лікарняному періоді застосування ЛФК при щелепно-лицевих травмах.
- 3) Підберіть вправи, які є ефективними при реабілітації хворих при щелепно-лицевих травмах.
- 4) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах щелеп.
- 5) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах кісток лицевого скелету.
- 6) Назвіть особливості фізичної реабілітації при захворюваннях та контрактурах скронево-нижньощелепних суглобів.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після щелепно-лицевих травм.
2. Визначити терміни для проведення занять ФСР.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної для учня 11 років після травми щелепно-лицевої ділянки у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – внутрішньо-суглобовий перелом шийки стегна правої кінцівки

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ФСР з фізичної реабілітації для учня 11 років після травми щелепно-лицевої ділянки _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЕЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Відновлення амплітуди рухів нижньої щелепи.
- 2) Усунення тугорухливості і контрактур лицевих суглобів.
- 3) Зміцнення м'язів обличчя.
- 4) Сприяння утворенню щільної кісткової мозолі.
- 5) Забезпечення адаптації до поступового збільшення фізичних навантажень, підготовка до навантажень побутового і виробничого характеру.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичн і вказівки |
|-----------------|-------------------|-------------|------------------|---------------------|
|-----------------|-------------------|-------------|------------------|---------------------|

| | | | | |
|------------|-------------------|--|--|--|
| | вихідне положення | | | |
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Чеміріс А. Й., Нерянов Ю. М., Кудієвський А. В., Шишка І. В. (2010). Практичні навички та вміння з травматології та ортопедії. Навчально-наочний посібник для студентів ВМНЗ. Запоріжжя. 64 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практ. Харків: ХНМУ. 56 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416с.
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 9

(6 години)

ТЕМА: Особливості фізичної реабілітації при порушеннях постави у фронтальній площині.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації при порушеннях постави у фронтальній площині.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для дітей, підлітків, юнаків з порушеннями постави у фронтальній площині у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Укажіть ознаки правильної постави для різних вікових категорій в залежності від статі.
- 2) Назвіть класифікацію дефектів постави.
- 3) Дайте загальну характеристику та етіологію сколіозу.
- 4) Охарактеризуйте різновиди та ступені сколіозу.
- 5) Охарактеризуйте методику ФСР при сколіозі.
- 6) Охарактеризуйте особливості лікувального масажу при сколіозі.
- 7) Укажіть ефективні засоби фізіотерапії та механотерапії при сколіозі.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації при правосторонньому сколіозі 2 ступеня.
2. Визначити терміни для проведення занять.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для дитини 6 років з правостороннім сколіозом 2 ступеня у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – правосторонній сколіоз 2 ступеня

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ЛФК з фізичної реабілітації для дитини 6 років з правостороннім сколіозом 2 ступеня _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття _____ хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

1. Розтягнення скорочених м'язів і зв'язок на увігнутій стороні хребта і зміцнення їх на опуклій стороні дуги.
2. Зміцнення м'язів спини і грудної клітки, створення м'язового корсета, виправлення хребта.
3. Поліпшення діяльності дихальної і серцево-судинної систем.
4. Виховання і закріплення навички правильної постави.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|----------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____
Підготовча хв. _____
Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____
Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація : анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Михайловська Н.С., Стецюк І.О. (2021). Реабілітація пацієнтів із захворюваннями суглобів в практиці сімейного лікаря: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 132 с.
6. Михалюк Є.Л., Черепок О.О., Ткаліч І.В. Фізична реабілітація при захворюваннях хребта: навчальний посібник. ЗДМУ. 90 с.
7. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія: навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 10

(6 години)

ТЕМА: Особливості фізичної реабілітації при порушеннях постави у сагітальній площині.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації при порушеннях постави у сагітальній площині.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для дітей, підлітків, юнаків з порушеннями постави у сагітальній площині у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Укажіть ознаки правильної постави для різних вікових категорій в залежності від статі.
- 2) Назвіть класифікацію дефектів постави.
- 3) Дайте загальну характеристику та етіологію лордозів та кіфозів.

- 4) Охарактеризуйте різновиди та ступені лордозів та кіфозів.
- 5) Охарактеризуйте методику ФСР при дефектах постави у сагітальній площині.
- 6) Охарактеризуйте особливості лікувального масажу при дефектах постави у сагітальній площині.
- 7) Укажіть ефективні засоби фізіотерапії та механотерапії при дефектах постави у сагітальній площині.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації при грудному кіфозі.
2. Визначити терміни для проведення занять.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для дитини 9 років з грудним кіфозом у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – грудний кіфоз

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ЛФК з фізичної реабілітації для дитини 9 років з грудним кіфозом _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

1. Розтягнення спазмованих м'язів і зв'язок на передній стороні і зміцнення їх на задній стороні тулуба.
2. Зміцнення м'язів спини і грудної клітки, створення м'язового корсета, виправлення хребта.
3. Поліпшення діяльності дихальної і серцево-судинної систем.
4. Виховання і закріплення навички правильної постави.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|----------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____
Підготовча хв. _____
Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____
Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація: анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
5. Михайловська Н.С., Стецюк І.О. (2021). Реабілітація пацієнтів із захворюваннями суглобів в практиці сімейного лікаря: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ. 132 с.
6. Михалюк Є.Л., Черепок О.О., Ткаліч І.В. Фізична реабілітація при захворюваннях хребта: навчальний посібник. ЗДМУ. 90 с.
7. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія: навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 11

(6 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація при плоскостопості.

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації при плоскостопості.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для дітей, підлітків, юнаків з плоскостопістю у заключний період реабілітації.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте загальну характеристику плоскостопості.
- 2) Укажіть етіологію та патогенез патології.
- 3) Назвіть види плоскостопості.

- 4) Охарактеризуйте методику ФСР при плоскостопості у ввідний, основний та заключний період.
- 5) Охарактеризуйте ефективні допоміжні засоби фізичної реабілітації при плоскостопості.
- 6) Назвіть основні методи профілактики плоскостопості у дітей

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації при плоскостопості.
2. Визначити терміни для проведення занять.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для учня 10 років із плоскою стопою у заключний період реабілітації.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізотерапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – плоскостопість

заклучний період, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ЛФК з фізичної реабілітації для учня 10 років із плоскою стопою у заключний період реабілітації _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття _____ хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Скорегувати деформацію стоп.
- 2) Позбавитися вальгусної установки п'ятки і збільшити висоту склепіння.
- 3) Виховати та закріпити навички правильної постави.
- 4) Забезпечити загальне зміцнення організму, зокрема – м'язів нижніх кінцівок.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичн і вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|---------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заклучна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____
Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
4. Михалюк Є.Л., Черепок О.О., Ткаліч І.В. Фізична реабілітація при захворюваннях хребта: навчальний посібник. ЗДМУ. 90 с.
5. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія: навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 12

(6 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація після ампутації нижніх кінцівок

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації після ампутацій нижніх кінцівок.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для дітей, підлітків, юнаків після ампутацій нижніх кінцівок.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте характеристику поняття «ампутації», «кукса», «фантомні болі».
- 2) Укажіть етіологію, патогенез та види ампутації нижньої кінцівки.
- 3) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях нижніх кінцівок у передопераційний період.
- 4) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях нижніх кінцівок у післяопераційний період.
- 5) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях нижніх кінцівок у післялікарняний період реабілітації.
- 6) опишіть особливості лікувального масажу при ампутаціях нижніх кінцівок.
- 7) Назвіть особливості догляду за шкірою кукси.
- 8) Укажіть суть дзеркальної та протинабрякової терапії.

9) Охарактеризуйте ефективні фізіотерапевтичні засоби фізичної реабілітації ампутаціях нижніх кінцівок.

10) Назвіть етапи підготовки до протезу.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації при ампутаціях нижніх кінцівок.
2. Визначити терміни для проведення занять.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для підлітка 14 років із ампутацією правої нижньої кінцівки у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Санаторій:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Фізичний терапевт _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – ампутація правої нижньої кінцівки на рівні середини

стегна

щадний період, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття *ФСР* для підлітка 14 років із ампутацією правої нижньої кінцівки _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЕЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Формування безболісної, правильної форми рухливої кукси, стійкої до механічної дії елементів протеза.
- 2) Усунення контрактур і відновлення рухливості у суглобах та зміцнення м'язів ампутованої кінцівки.
- 3) Нормалізація м'язового тону в куксі та розвиток м'язово-суглобового відчуття.
- 4) Формування тимчасових і постійних компенсацій.
- 5) Корекція вад постави.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
4. Михалюк Є.Л., Черепок О.О., Ткаліч І.В. Фізична реабілітація при захворюваннях хребта: навчальний посібник. ЗДМУ. 90 с.
5. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія: навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 13

(6 години)

ТЕМА: Фізична реабілітація після ампутації верхніх кінцівок

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичної реабілітації після ампутацій верхніх кінцівок.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему заняття з фізичної реабілітації для дітей, підлітків, юнаків після ампутацій верхніх кінцівок.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте характеристику поняття «ампутації», «кукса», «фантомний біль».
- 2) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях верхніх кінцівок у передопераційний період.
- 3) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях верхніх кінцівок у післяопераційний період.
- 4) Охарактеризуйте методика ФСР при ампутаціях верхніх кінцівок у післялікарняний період реабілітації.
- 5) Опишіть особливості лікувального масажу при ампутаціях верхніх кінцівок.
- 6) Назвіть особливості догляду за шкірою кукси.
- 7) Укажіть суть дзеркальної та протинабрякової терапії.

- 8) Охарактеризуйте ефективні фізіотерапевтичні засоби ФСР при ампутаціях верхніх кінцівок.
 9) Назвіть етапи підготовки до протезу.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації при ампутаціях верхніх кінцівок.
2. Визначити терміни для проведення занять.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для дитини 6 років із ампутацією лівої верхньої кінцівки у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Санаторій:

Зав. відділення _____
 (прізвище, ім'я по-батькові)

Фізичний терапевт _____
 (прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____
 (прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – ампутація лівої верхньої кінцівки на рівні середини плеча
 щадний період, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ЛФК з фізичної реабілітації для дитини 6 років із ампутацією лівої верхньої кінцівки _____ у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Формування безболісної, правильної форми рухливої кукси, стійкої до механічної дії елементів протеза.
- 2) Усунення контрактур і відновлення рухливості у суглобах та зміцнення м'язів ампутованої кінцівки.
- 3) Нормалізація м'язового тону в куксі та розвиток м'язово-суглобового відчуття.
- 4) Формування тимчасових і постійних компенсацій.
- 5) Корекція вад постави.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Герцик А. (2018). Теоретико-методичні основи фізичної реабілітації / фізичної терапії при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату: монографія. Львів: ЛДУФК. 388 с. <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/19677>
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК. 424 с.
3. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011). Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
4. Михалюк Є.Л., Черепок О.О., Ткаліч І.В. Фізична реабілітація при захворюваннях хребта: навчальний посібник. ЗДМУ. 90 с.
5. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.

Додаткова

1. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф. (2018). Нормальна анатомія: навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
2. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 14

(6 години)

ТЕМА: Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації при мінно-вибухових травмах у відповідності до МКФ

МЕТА: Студент удосконалює теоретичні знання та набуває навички складання та проведення занять фізичною реабілітацією для хворих дітей, підлітків та юнаків при переломах кісток тазу.

ЗАВДАННЯ: Скласти схему занять з фізичної реабілітації для учня 13 років після перелому тазу з порушенням безперервності тазового кільця у щадному руховому режимі.

ОБЛАДНАННЯ: гімнастичні мати, палиці, булави, м'ячики, експандери, гантелі.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПІДГОТОВКИ:

- 1) Дайте визначення поняття «перелом».
- 2) Охарактеризуйте види переломів тазу.
- 3) Наведіть приклади вправ, які не можна використовувати у лікарняному періоді застосування ЛФК при переломах тазу.
- 4) Підберіть вправи, які є ефективними при реабілітації хворих після переломів тазу.
- 5) Назвіть особливості фізичної реабілітації при крайових переломах кісток тазу.
- 6) Назвіть особливості фізичної реабілітації переломах кісток тазу без порушення безперервності тазового кільця.

- 7) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах кісток тазу з порушенням безперервності тазового кільця.
- 8) Назвіть особливості фізичної реабілітації при переломах вертлюжної западини.
- 9) Укажіть правила вертикалізації під час реабілітації при переломах кісток тазу.

ХІД РОБОТИ:

1. Визначити мету та завдання реабілітації після переломів кісток тазу.
2. Визначити терміни для проведення занять ЛФК.
3. Визначити механізми дії фізичних вправ.
4. Скласти схему заняття фізичної реабілітації для учня 13 років після перелому тазу з порушенням безперервності тазового кільця у щадному руховому режимі.

Схема заняття з реабілітації

Студента ННІ фізичної культури спорту та здоров'я національного університету імені Богдана Хмельницького _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Школа:

Зав. відділення _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Ортопедагог _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

Хворий _____

(прізвище, ім'я по-батькові)

вік _____, місце проживання _____

діагноз – перелому тазу з порушенням безперервності тазового кільця

щадний руховий режим, особливості перебігу _____

(витяг з медичної картки)

Мета: Скласти комплекс реабілітаційних заходів і провести заняття ЛФК з фізичної реабілітації для учня 13 років після перелому тазу з порушенням безперервності тазового кільця

у щадному руховому режимі _____

Об'єктивні показники (зріст, вага, АТ, ЧСС, ЖЄЛ, об'єм рухів): _____

Самопочуття хворого (сон, болі, активність, настрій, апетит): _____

Завдання які вирішуються:

- 1) Повне відновлення сили і витривалості м'язів нижніх кінцівок, тазового пояса і тулуба.
- 2) Нормалізація постави і здатність до тривалої правильної ходьби.
- 3) Адаптація організму до зростаючих фізичних навантажень, відновлення й утримання на належному рівні працездатності пацієнта.

СХЕМА ЗАНЯТТЯ

| Частина Заняття | Цільова установка вихідне положення | Зміст вправ | Дозування вправи | Методичні вказівки |
|-----------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------------|
| Підготовча | | | | |
| Основна | | | | |
| Заключна | | | | |

Загальна тривалість в хв. _____

Підготовча хв. _____

Основна хв. _____

Заключна хв. _____

Підпис студента _____

Підпис викладача _____

5. Підготуватись до проведення комплексу фізичних вправ, що були запропоновані.
6. Доповнити запропонований комплекс фізичними вправами, основними та додатковими засобами реабілітації.
7. Провести обговорення використаних у процесі реабілітації фізичних вправ.
8. Зробити висновок. Про ефективність фізичної реабілітації та виконання мети і завдань реабілітації.

Рекомендована література.

Основна

1. Майкова Т. В., Самошкіна А.В.(2014). Основні положення та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. Дніпропетровськ. 95 с.
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК.424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація :анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Хвисьюк О.М. (2013). Ортопедія і травматологія. Х. 656 с.
5. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011).Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
6. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практ. Харків: ХНМУ. 56 с.
7. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.
8. Остапенко Т.В., Авраменко Л.Ю., Свистун Г.М. (2015). Програми з корекційно-розвивальної роботи для підготовчого, 1-4 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей із порушеннями опорно-рухового апарату. Київ. 24 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416с.
2. Гриньків М., Куцериб Т., Крась С., Маєвська С., Музика Ф.(2019). Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія"): навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 146 с.
3. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф.(2018). Нормальна анатомія :навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
4. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 15

(16 години)

ТЕМА: підготовка та написання реферату по темі: «Фізкультурно спортивна реабілітація при оперативних втручаннях та травмах опорно-рухового апарату»

Пропоновані теми реферату:

(для студентів магістрів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»
Спеціалізація «Фізкультурно-спортивна реабілітація»)

1. Організація і зміст медико-біологічного контролю, само- і взаємоконтролю як основа оцінки ефективності занять ФСР.
2. Оцінка ефективності використання засобів і методів ФСР дітей та підлітків, які мають відхилення у стані здоров'я.
3. Методика ФСР дітей та підлітків засобами фізичної культури при дефектах постави в сагітальній площині.
4. Методика ФСР дітей та підлітків засобами фізичної культури при дефектах постави у фронтальній площині.
5. Методика побудови реабілітаційних програм засобами фізичної культури при плоскостопості у дітей.
6. Критерії складання та оцінка ефективності ФСР після компресійних переломів хребта у дітей та підлітків.
7. Методика реабілітації дітей та підлітків засобами ФСР та масажу при ампутації кінцівок.
8. Методика ФСР дітей та підлітків при переломах кінцівки.
9. Фізична ФСР при вертеброгенних захворюваннях.
10. Фізична ФСР пацієнтів з больовими синдромами.
11. Фізична реабілітація хворих з нервово-м'язовими захворюваннями.
12. Фізична ФСР пацієнтів з наслідками черепно-мозкової травми.
13. Фізична реабілітація пацієнтів з травмами спинного мозку.

Рекомендована література.

Основна

1. Майкова Т. В., Самошкіна А.В.(2014). Основні положенні та тенденції розвитку реабілітології: навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. Дніпропетровськ. 95 с.
2. Мухін В.М. (2015). Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів: ЛДУФК.424 с.
3. Свістельник І. (2012). Фізична реабілітація :анот. бібліогр. покажч. Трьома мовами. Київ: Кондор. 1162 с.
4. Хвисюк О.М. (2013). Ортопедія і травматологія. Х. 656 с.
5. Яковенко Н.П., Самойленко В.Б. (2011).Фізіотерапія: [підручник]. К.: ВСВ «Медицина». 256 с.
6. Істомін А.Г., Павлова Т.М., Сушецька А.С. (2020). Фізична терапія та ерготерапія в травматології та ортопедії : метод. вказ. до проведення практик. Харків : ХНМУ. 56 с.
7. Сітовський А.М. (2022). Фізична терапія при порушенні діяльності опорно-рухового апарату : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки. 183 с.
8. Остапенко Т.В., Авраменко Л.Ю., Свистун Г.М. (2015). Програми з корекційно-розвивальної роботи для підготовчого, 1-4 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей із порушеннями опорно-рухового апарату. Київ. 24 с.

Додаткова

1. Голка Г.Г., Бур'янов О.А., Климовицький В.Г. (2014). Травматологія та ортопедія: підручник для студентів вищих медичних навчальних закладів. Вінниця: Нова Книга. 416с.
2. Гриньків М., Куцериб Т., Крась С., Маєвська С., Музика Ф.(2019). Медико-біологічні основи фізичної терапії, ерготерапії ("Нормальна анатомія" та "Нормальна фізіологія"): навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 146 с.
3. Гриньків М., Куцериб Т., Музика Ф.(2018). Нормальна анатомія :навч. посіб. Львів: ЛДУФК. 224 с
4. Самойленко В.Б., Яковенко Н.П., Петряшев І.О. (2013). Медична і соціальна реабілітація: підручник. К.: ВСВ «Медицина». 464 с.

КРИТЕРІЇ ОЦІЮВАННЯ ЗНАНЬ І ВМІНЬ

| <i>Оцінка за університетською шкалою оцінювання</i> | <i>Оцінка за національною шкалою оцінювання</i> | <i>Оцінка за ECTS</i> | <i>Критерії визначення оцінки</i> |
|---|---|-----------------------|---|
| 90 – 100 | відмінно | A | Студент володіє основною і додатковою, пов'язаною з програмами курсу, інформацією на рівні творчого її використання |
| 82 – 89 | добре | B | Студент володіє основною і додатковою інформацією, але на рівні лише звичайного, суспільного виконавця |
| 75 – 81 | | C | |
| 68 – 74 | задовільно | D | Студент виявляє цілісні системні знання основної інформації |
| 60 – 67 | | E | |
| 35 – 59 | незадовільно | FX | Студент володіє лише фрагментами основної інформації, не виявляючи системного уявлення про неї |
| 1 – 34 | | F | Повна відсутність знань про дисципліну |