

# МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

(найменування центрального органу виконавчої влади у сфері освіти і науки)

## Національний університет «Запорізька політехніка»

(повне найменування закладу вищої освіти)

Кафедра Фізичної терапії та ерготерапії

(найменування кафедри, яка відповідає за дисципліну)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Ректор (перший проректор)

«    »    20    року

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 02 Професійна кінезіологія

(код і назва навчальної дисципліни)

спеціальність 227 Терапія та реабілітація

(код і найменування спеціальності)

освітня програма (спеціалізація) Фізична реабілітація (227.01 Фізична терапія)

(назва освітньої програми (спеціалізації))

Інститут управління та права, факультет управління фізичною культурою та спортом

(найменування інституту, факультету)

мова навчання українська

2023 рік

Робоча програма з дисципліни «Професійна кінезіологія» для студентів  
(назва навчальної дисципліни)  
спеціальності 227 терапія та реабілітація,  
освітня програма (спеціалізація) фізична реабілітація (фізична терапія).  
(назва освітньої програми (спеціалізації))

«31» серпня, 2023 року - 10 с.

Розробники: ст. викл. Рижкова М.В.  
(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри  
Фізичної терапії та ерготерапії

Протокол від «31» серпня 2023 року № 1

Завідувач кафедри фізичної терапії та ерготерапії  
(найменування кафедри)

«31» серпня 2023 року \_\_\_\_\_ (Ковальова О.В.)  
(підпис) (прізвище та ініціали)

Схвалено науково-методичною комісією \_\_\_\_\_ факультету  
управління фізичною культурою та спортом  
(найменування факультету)

Протокол від «31» серпня 2023 року № 1

«31» серпня 2023 року Голова \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
(підпис) (прізвище та ініціали)

Узгоджено групою забезпечення освітньої програми\* \_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ року Керівник групи \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)  
(підпис) (прізвище та ініціали)

\*Якщо дисципліна викладається невипусковою кафедрою

\_\_\_\_\_ 2023 рік

### 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <u>22 Охорона здоров'я</u> (шифр і найменування)	Обов'язкова	
Модулів – 1	Спеціальність (освітня програма, спеціалізація) <u>227 Терапія та реабілітація</u> (код і найменування)	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 1		1-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання - (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 90		1-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 самостійної роботи студента – 4	Освітній ступінь: магістр	<b>Лекції</b>	
		26 год.	
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		12 год.	
		<b>Лабораторні</b>	
		год.	год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		52 год.	
<b>Індивідуальні завдання:</b> год.			
Вид контролю: екзамен			

#### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 1:1,4

## 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни є вдосконалення знань і навичок, що стосуються опорно-рухової системи людини, формування уявлень про організм людини, як цілісну гармонійну систему, поглиблення знань про рух, механізми руху, його порушення і вплив на стан опорно-рухової системи

**Завдання:** Розглянути кінезіологію, як науку про рухи людини. Засвоїти основні біомеханічні принципи руху, закони руху. Сформувати уявлення про тіло людини, як цілісну біомеханічну систему. Засвоїти біомеханічні аспекти будови суглобів. Вивчити поняття постава, нормальна постава, порушення постави, причини виникнення порушень постави. Розглянути основні види рухів хребта, особливості рухів хребта, особливості рухів верхньої та нижньої кінцівки.

В результаті вивчення дисципліни студент повинен знати: визначення кінезіології, її взаємозв'язки з іншими науками та місце в системі наук, визначення руху, закони руху, базові поняття, необхідні для характеристики руху, принципи регуляції руху, основні види рухів нижніх кінцівок, м'язи, що забезпечують рухи нижніх кінцівок, ознаки м'язового балансу і дисбалансу нижніх кінцівок, критерії нормальної постави, м'язи, що забезпечують нейтральне положення хребта, порушення постави, причини їх виникнення, основні види рухів хребта і м'язи, що їх забезпечують, основні види рухів верхніх кінцівок, м'язи, що забезпечують рухи верхніх кінцівок, ознаки м'язового балансу і дисбалансу верхніх кінцівок.

В результаті вивчення дисципліни студент повинен вміти: характеризувати тіло людини, як біомеханічну систему, характеризувати суглоб, як рухову структуру, визначати види рухів, напрям рухів використовуючи відповідну термінологію, визначати обсяг рухів, рухливість в суглобах нижніх кінцівок, визначати присутність м'язового дисбалансу нижніх кінцівок, визначати обсяг рухів, рухливість хребта, визначати присутність м'язового дисбалансу відділів хребта, визначати порушення постави, визначати обсяг рухів, рухливість в суглобах верхніх кінцівок, визначати присутність м'язового дисбалансу верхніх кінцівок

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен отримати **компетентності:**

ЗК 01. Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу

ЗК 04. Здатність виявляти та вирішувати проблеми.

ЗК 05. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК 08. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

СК 02. Здатність клінічно мислити, планувати терапію, застосовувати науково обґрунтовані засоби та методи доказової практики (Evidence-based practice), аналізувати та інтерпретувати результати, вносити корективи до розробленої програми фізичної терапії або ерготерапії чи компонентів індивідуального реабілітаційного плану.

СК 07. Здатність дотримуватись професійної та академічної доброчесності.

СКфт 05. Здатність планувати та контролювати тривалість та інтенсивність терапевтичних заходів для забезпечення їх відповідності стану здоров'я, функціональним можливостям пацієнта/клієнта та цілям фізичної терапії.

**Очікувані програмні результати навчання:**

ПРН 01. Застосовувати біопсихосоціальну модель обмежень життєдіяльності у професійній діяльності, аналізувати медичні, соціальні та особистісні проблеми пацієнта/клієнта.

ПРН 02. Уміти вибирати і аналізувати інформацію про стан пацієнта.

ПРН 04. Оцінювати, обговорювати та застосовувати результати наукових досліджень у клінічній, науковій, освітній та адміністративній діяльності.

ПРН 05. Проводити опитування (суб'єктивне обстеження) пацієнта/клієнта для визначення порушень функції, активності та участі.

ПРН 08. Прогнозувати результати фізичної терапії пацієнтів/клієнтів різних нозологічних груп та при складній прогресуючій та мультисистемній патології.

ПРН 10. Створювати (планувати) програму фізичної терапії окремо, або як частину індивідуального реабілітаційного плану.

ПРН 12. Здійснювати етапний, поточний та оперативний контроль стану пацієнта/клієнта, аналізувати результати виконання програми фізичної терапії.

## **2. Програма навчальної дисципліни**

Змістовий модуль 1. Основи кінезіології.

1. Кінезіологія - наука про рухи людини. Професійна термінологія.
2. Структури, що забезпечують рух – кістки, з'єднання кісток, м'язи.
3. Кінезіологія хребта і тазу. Постава і нейтральне положення хребта
4. Рухи верхньої кінцівки
5. Рухи нижньої кінцівки

### 3. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	Денна форма						Заочна форма					
	усь ого	у тому числі					усь ого	у тому числі				
		лк	пр	лаб	ін д	с.р .		л к	п р	ла б	ін д	с.р .
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
<b>Модуль 1</b>												
<b>Змістовий модуль 1. Основи кінезіології</b>												
Тема 1. Кінезіологія - наука про рухи людини. Професійна термінологія.	20	6	2			12						
Тема 2. Структури, що забезпечують рух – кістки, з'єднання кісток, м'язи.	16	4	2			10						
Тема 3. Кінезіологія хребта і тазу. Постава і нейтральне положення хребта	16	4	2			10						
Тема 4. Рухи верхньої кінцівки	18	6	2			10						
Тема 5. Рухи нижньої кінцівки	18	6	4			10						
ІНДЗ			-	-		-						
Усього годин	90	26	12			52						

### 5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Кінезіологія - наука про рухи людини. Професійна термінологія.	2
2	Тема 2. Структури, що забезпечують рух – кістки, з'єднання кісток, м'язи.	2
3	Тема 3. Кінезіологія хребта і тазу. Постава і нейтральне положення хребта	2
4	Тема 4. Рухи верхньої кінцівки	2
5	Тема 5. Рухи нижньої кінцівки	4

## 5. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Тема 1. Кінезіологія - наука про рухи людини. Професійна термінологія.	12
2	Тема 2. Структури, що забезпечують рух – кістки, з'єднання кісток, м'язи.	10
3	Тема 3. Кінезіологія хребта і тазу. Постава і нейтральне положення хребта	10
4	Тема 4. Рухи верхньої кінцівки	10
5	Тема 5. Рухи нижньої кінцівки	10
	Разом	52

## 6. Індивідуальні завдання

Виконання індивідуального завдання з даної дисципліни не передбачене.

## 7. Методи навчання

Вивчення дисципліни відбувається на лекційних та практичних заняттях. Для ефективного засвоєння навчального матеріалу використовуються лекція-презентація, лекція-бесіда, перегляд відеоматеріалів, проблемно-пошукові, інтерактивні методи (дискусії, рольові ігри, ситуаційне моделювання, групові «командні» завдання і т.ін.)

## 8. Очікувані результати навчання з дисципліни

**Результати навчання:** Знання анатоμο-фізіологічних основ руху, біомеханічні характеристики рухового апарату людини та її рухової діяльності, прикладного аспекту кінезіології, її діагностичних та лікувально-оздоровчих можливостей, специфічної термінології. Вміння аналізувати кінематику та динаміку рухових дій за матеріалами об'єктивної реєстрації фізичних вправ, моделювати біомеханічні характеристик індивідуальної раціональної техніки і тактики рухової активності, використовувати для кількісного контролю, оцінки і навчання (корекції) рухових дій сучасні біомеханічні технології. Вміння визначати обсяг і напрямки рухів в суглобах, підбирати вправи і рухи з впливом на відповідні м'язи, визначати порушення постави та елементи опорно-рухової системи, що мають порушення, кількісно оцінювати біомеханічні характеристики тіла людини та її рухових дій

## 9. Засоби оцінювання

1. Поточний контроль здійснюється шляхом оцінювання роботи студента на практичних заняттях: усне опитування, оцінювання інтерактивних форм роботи, самооцінювання, взаємооцінювання.
2. Підсумковий контроль здійснюється усно.

## 10. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота					Підсумковий тест (екзамен)	Сума
Змістовий модуль 1					25	100
3						
T1	T2	T3	T4	T5		
15	15	15	15	15		

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>		
60-63	<b>E</b>	задовільно	
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## 11. Методичне забезпечення

1. Методичні вказівки до самостійної роботи студента



## **12. Рекомендована література**

### **Базова**

1. Вибрані лекції з кінезіології : метод. посіб. для студ. ЛДУФК / розроб. О. Ю. Рибак, Л. І. Рибак. Львів, 2009. Ч. 1. Біомеханічні аспекти рухових якостей. 109 с.

2. Функціональна анатомія : Підручник для студентів навчальних закладів з фізичного виховання і спорт у III та IV рівні в акредитації/ За редакцією Федонюка Я.І., Мицкан Б.М. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2015. 552 с.

3. Рибак О.Ю., Рибак Л.І. Кінезіологія рухових якостей: метод. посіб. до виконання контрольних робіт з кінезіології: у 2 ч. Львів: ЛДУФК, 2013. 44 с.

### **Додаткова**

1. Хартер Род А. Основи анатомії та прикладної кінезіології. 2017. 62с.

2. Кашуба В.А., Бондарь Е.М., Гончарова Н.Н., Носова Н.Л. Формирование моторики человека в процессе онтогенеза: монография. Луцк: Вежа-Друк, 2016. 232 с.