

### АНОТАЦІЯ

Назва дисципліни / освітнього компонента	Фізична реабілітація в спорті
Освітня програма	«Фізична культура і спорт», першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт», галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка»
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	<u>3</u> кредити / <u>90</u> годин
Вид підсумкового контролю з	Залік
Мова викладання	Українська
Викладач	Ковальський Володимир В'ячеславович, к.п.н., доцент
CV викладача на сайті кафедри	<a href="https://som.rv.ua/?team_manager=">https://som.rv.ua/?team_manager=</a>
E-mail викладача	volodymyr.kovalskyi@rshu.edu.ua
Консультації	Вівторок, четвер; 12:30; каб. 201 (гурт.№7)

#### Мета та завдання навчальної дисципліни

**Метою** навчальної дисципліни «Фізична реабілітація в спорті» є набуття знань про загальні основи фізичної реабілітації, ознаки захворювань різних органів та систем, клініко-фізіологічне обґрунтування застосування засобів фізичної реабілітації, засоби, форми, рухові режими лікувальної фізичної культури, особливості застосування фізіотерапії, механо-, працетерапії для лікування та профілактики.

Під час вивчення навчальної дисципліни здобувачами вищої освіти вирішуються такі **завдання**:

1. Отримати теоретичні знання з фізичної реабілітації та методики застосування фізичних вправ і психологічних методів відновного лікування хворих та інвалідів.
2. Навчитися інтерпретувати закономірності впливу засобів фізичної реабілітації на організм людини для формування уявлень про збереження й зміцнення здоров'я хворих, інвалідів, та осіб, що займаються фізичною культурою й спортом.
3. Набути знань щодо роботи з різними нозологічними та віковими групами.
4. Ознайомитися з новітніми реабілітаційними технологіями.

5. Практично опрацювати комплекси лікувальної фізичної культури при певних враженнях.

### **Зміст навчальної дисципліни**

#### **. Змістовий модуль 1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**Тема 1.** Реабілітація. Завдання, мета та принципи реабілітації.

**Тема 2.** Роль і місце лікувальної фізичної культури у системі фізичної реабілітації. Механізм лікувальної дії фізичних вправ.

**Тема 3.** Засоби і форми лікувальної фізичної культури. Особливості складання комплексу вправ ЛФК та загальні вимоги до методики проведення лікувальної гімнастики.

**Тема 4.** Відповідність засобів, форм лікувальної фізичної культури, періоду та рухового режиму стадії та важкості захворювання. Ефективність застосування ЛФК.

**Тема 5.** Санаторно-курортна реабілітація. Загальне поняття про санаторно-курортне лікування. Клімат, рельєф, моря, мінеральні води, мінеральні грязі. Система курортних закладів України.

**Тема 6.** Фізіотерапія у системі фізичної реабілітації. Клініко-фізіологічне обґрунтування і механізми лікувальної дії фізичних чинників.

**Тема 7.** Основи лікувального масажу. Прийоми спортивного масажу.

#### **Змістовий модуль 2. СИСТЕМА ВІДНОВЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ**

**Тема 8.** Передпатологічні стани, гострі стани і хронічні захворювання як наслідок нерациональних занять спортом та їх профілактика.

**Тема 9.** Сучасна система відновлення працездатності спортсменів.

**Тема 10.** Фізичні засоби відновлення працездатності спортсменів.

**Тема 11.** Роль харчування у відновленні працездатності спортсменів.

**Тема 12.** Особливості реабілітації спортсменів з урахуванням індивідуальних особливостей організму на різних етапах відновного лікування.