

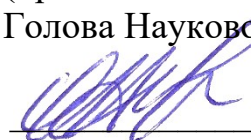
**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І
СПОРТУ УКРАЇНИ**

**НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ЗДОРОВ'Я, РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

КАФЕДРА ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
(протокол №10 від 29 серпня 2025 р.)
Голова Науково-методичної ради

 Оксана ШИНКАРУК

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
РЕДИЗАЙН СТИЛЮ ЖИТТЯ**

статус навчальної дисципліни: вибіркова

код вибіркової навчальної дисципліни в Загальноуніверситетському

каталозі вибіркових навчальних дисциплін: Д375

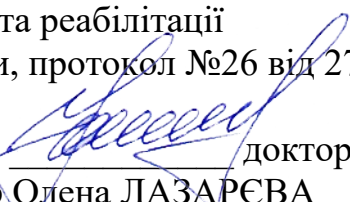
мова навчання: українська

РОЗРОБНИКИ:

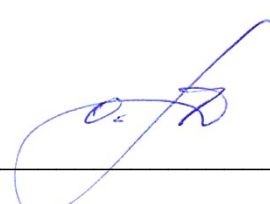
Юлія ШЕВЧУК, викладач кафедри терапії та реабілітації, доктор філософії з фізичної терапії та ерготерапії,
yushevchuk@uni-sport.edu.ua

РЕКОМЕНДОВАНО:

Кафедрою терапії та реабілітації
(засідання кафедри, протокол №26 від 27.08.2025 р.)

Завідувач кафедри  доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор Олена ЛАЗАРОВА

ПОГОДЖЕНО:

Начальник
навчально-методичного відділу  Ольга Д`ЯЧЕНКО

Начальник відділу забезпечення
якості вищої освіти  Сергій ПОПОВИЧ

Анотація навчальної дисципліни. Дисципліна спрямована на формулювання знань про основні фактори способу життя пацієнта, що впливають на участь пацієнта/клієнта у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування; знань про принципи побудови процесу редизайну способу життя в ерготерапії осіб із порушеннями діяльності різних систем організму; здатності оцінити потреби пацієнта/клієнта, їх взаємозв'язок з навколишнім середовищем і особливостями способу життя; вміння застосувати в практичній діяльності теорії і доказову базу про моделях і структурі редизайну способу життя осіб з різними захворюваннями і порушеннями; здатності оцінити фактори способу життя, які впливають на участь пацієнта/клієнта в сферах продуктивної діяльності, дозвілля і самообслуговування; вміння ставити орієнтовані на клієнта цілі, будувати програму редизайну способу життя для осіб різними захворюваннями і порушеннями, адаптувати середовище і підбирати технічні допоміжні пристрої. Обсяг дисципліни 3 кредити ЄКТС. Основні теми: редизайн стилю життя в ерготерапії, редизайн стилю життя в геріатрії, процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю, процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи, процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи, процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Abstract of the discipline. The discipline is aimed at formulating of the knowledge about the basic factors of the patient's lifestyle that influence the patient /client's participation in the fields of productive activity, leisure and self-care; knowledge of the principles of construction of the process of redesigning the lifestyle in occupational therapy of persons with disorders of different systems of the body; ability to assess the needs of the patient / client, their relationship with the environment and lifestyle; ability to apply theory and evidence base in models and structure of redesign of lifestyle of persons with various diseases and disorders; ability to assess lifestyle factors that affect patient / client involvement in productive, leisure, and self-care areas; ability to set customer-oriented goals, build a lifestyle redesign program for people with various illnesses and disorders, adapt the environment, and select technical assistive devices. The volume of discipline is 3 ECTS credits. Main topics: redesign of lifestyle in occupational therapy, redesign of lifestyle in geriatrics, process of redesign of lifestyle of persons with chronic diseases of the musculoskeletal system and in pain management, process of redesign of lifestyle of persons with chronic diseases of the cardiovascular system, process of redesign with chronic diseases respiratory system, the process of redesigning the lifestyle of individuals with the consequences of injuries and diseases of the nervous system. The final evaluation is based on the results of current control and scoring.

Мета навчальної дисципліни – отримання теоретичних знань і практичних навичок побудови процесу редизайну способу життя в ерготерапії осіб із порушеннями діяльності різних систем організму.

Обсяг навчальної дисципліни – 3 кредити ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна/дуальна	6	0	18	0	66	90

Статус навчальної дисципліни: вибіркова.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни: успішне опанування такими навчальними дисциплінами:

на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Нормальна анатомія людини», «Фізіологія рухової активності та патологічна фізіологія», «Біомеханіка та клінічна кінезіологія», «Основи медичних знань», «Основи практичної діяльності у фізичній терапії та ерготерапії (вступ до спеціальності)»;

на другому (магістерському) рівні вищої освіти: «Прикладна теорія ерготерапії», «Ерготерапія в геріатрії», «Ерготерапія в травматології та ортопедії», «Ерготерапія в педіатрії», «Науково-доказова практична діяльність та клінічне мислення у ерготерапії».

Програма навчальної дисципліни.

Тематичний план навчальної дисципліни

Номер і назва теми	Кількість годин			
	денна форма/дуальна форма			
	усього	л	п	с.р.
Тема 1. Редизайн стилю життя в ерготерапії	14	2	2	10
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	16	2	4	10
Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю	16	2	4	10
Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи	14		2	12
Тема 5.	14		4	10

Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи				
Тема 6. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи	16		2	14
Всього годин:	90	6	18	60

Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Редизайн стилю життя в ерготерапії

Основні хронічні захворювання загальної популяції і населення України. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями. Життя з хронічним захворюванням. Поняття про редизайн способу життя в ерготерапії. Процес ерготерапевтичного втручання.

Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії

Редизайн способу життя в геріатрії з точки зору науково обґрунтованої практики. Моделі втручання. Структура втручання. Можливості реалізації програм втручання в умовах України.

Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю

Сучасні підходи до менеджменту болю. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями. Редизайн способу життя в осіб із болем в спині.

Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи

Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування. Процес редизайну способу життя осіб із ішемічною хворобою серця та захворюваннями периферичних судин. Процес редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою недостатністю.

Тема 5. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи

Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.

Тема 6. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи

Редизайн способу життя осіб із наслідками мозкового інсульту. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом. Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.

Тематика практичних занять

Номер і назва теми навчальної дисципліни	Номер за порядком і назва теми практичних занять	Кількість годин
		Кількість годин
		денна форма/дуальна форма
Тема 1. Редизайн стилю життя в ерготерапії	1. Основні хронічні захворювання загальної популяції і населення України. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями.	2
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	2. Редизайн способу життя в геріатрії з точки зору науково обґрунтованої практики.	2
	3. Моделі втручання. Структура втручання.	2
Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю	4. Сучасні підходи до менеджменту болю.	2
	5. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями.	2
Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи	6. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	2
Тема 5. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи	7. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування.	2
	8. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	2
Тема 6.	9. Редизайн способу життя	

Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи	осіб із наслідками мозкового інсульту. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом. Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.	2
Всього годин:		18

Завдання для самостійної роботи здобувачів вищої освіти

Номер і назва теми навчальної дисципліни	Завдання	Кількість годин
		денна форма/дуальна форма
Тема 1. Редизайн стилю життя в ерготерапії	1. За даними наукової літератури дослідити особливості епідеміології основних хронічних захворювань загальної популяції і населення України. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями.	4
	2. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями. https://members.physio-pedia.com/uk/learn-page-uk-2/an-introduction-to-mindfulness-in-stress-and-pain-management-promopage-promopage-uk/	4
	3. Підготовка до практичного заняття з теми	2
Тема 2. Редизайн стилю життя в геріатрії	4. Науково обгрунтована практика в ерготерапії	4
	5. Моделі втручання, що застосовуються ерготерапевтами в геріатрії	2
	6. Можливості реалізації програм втручання в умовах України.	2
	7. Підготовка до практичного заняття з теми	2

Тема 3. Процес редизайну стилю життя осіб із хронічними захворюваннями опорно-рухового апарату і в менеджменті болю	8. Редизайн способу життя осіб із ревматоїдним артритом. https://members.physio-pedia.com/uk/benefits-and-evidence-of-mindfulness-meditation-in-chronic-pain-management-course-course-uk/	4
	9. Можливості редизайну способу життя в осіб із болем в нижній частині спини та в осіб із болем в шиї.	4
	10. Підготовка до практичного заняття з теми	2
Тема 4. Процес редизайну способу життя осіб із хронічними захворюваннями серцево-судинної системи	11. Редизайн способу життя осіб із захворюваннями периферичних судин.	5
	12. Редизайну способу життя осіб із хронічною серцевою недостатністю внаслідок різних захворювань серцево-судинної системи	5
	13. Підготовка до практичного заняття з теми	2
Тема 5. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи	14. Процес редизайну способу життя осіб з хронічними захворюваннями дихальної системи. Редизайн способу життя осіб із ХОЗЛ.	4
	15. Редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	4
	16. Підготовка до практичного заняття з теми	2
Тема 6. Процес редизайну способу життя осіб з наслідками травм і захворювань нервової системи	17. Можливості редизайну способу життя осіб із різними наслідками мозкового інсульту.	6
	18. Основи редизайну способу життя осіб із демієлілізуючими захворюваннями ЦНС.	6
	19. Редизайн способу життя осіб із захворюваннями периферичної нервової системи	2
Всього годин:		66

Очікувані результати навчання з навчальної дисципліни:
формулювання знань про принципи побудови процесу редизайну способу життя в ерготерапії осіб із порушеннями діяльності різних систем організму, завдяки:

знанням про: основні фактори способу життя пацієнта, що впливають на участь пацієнта/клієнта у сферах продуктивної діяльності, дозвілля та самообслуговування; ергономіку та універсальний дизайн для створення доступного та безбар'єрного середовища життєдіяльності пацієнта/клієнта;

умінням: оцінити потреби пацієнта/клієнта, їх взаємозв'язок з навколишнім середовищем і особливостями способу життя; застосувати в практичній діяльності теорії і доказову базу про моделях і структурі редизайну способу життя осіб з різними захворюваннями і порушеннями; оцінити фактори способу життя, які впливають на участь пацієнта/клієнта в сферах продуктивної діяльності, дозвілля і самообслуговування; ставити орієнтовані на клієнта цілі, будувати програму редизайну способу життя для осіб різними захворюваннями і порушеннями, адаптувати середовище і підбирати технічні допоміжні пристрої.

Порядок оцінювання результатів навчання з навчальної дисципліни:

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимальну кількість балів – 100 як суму балів за результатами поточного контролю на лекційних, практичних заняттях, за виконання зазначених програмою індивідуальних завдань та робіт, або в установленому порядку з тем, заняття з яких було пропущене здобувачем вищої освіти. Використовуються такі засоби оцінювання під час заняття та розподіл балів, які може отримати здобувач за тему:

Засоби оцінювання результатів навчання та розподіл балів з дисципліни:

Номер і назва теми практичних занять	Засоби оцінювання під час заняття	Кількість балів за види робіт та загальна кількість балів за тему заняття
1. Основні хронічні захворювання загальної популяції і населення України. Фактори способу життя і їх зв'язок з основними хронічними захворюваннями.	Отримання сертифікату з проходження курсу на фізіопедії	10
2. Редизайн способу життя в геріатрії з	Робота в малих	10

точки зору науково обґрунтованої практики.	групах з науковими статтями	
3. Моделі втручання. Структура втручання.	Робота в малих групах	10
4. Сучасні підходи до менеджменту болю.	Симуляція	10
5. Процес редизайну способу життя осіб із ревматоїдними захворюваннями.	Отримання сертифікату з проходження курсу на фізіопедії	10
6. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із серцево-судинним захворюванням у сферах продуктивної діяльності, дозволя та самообслуговування.	Усне опитування	10
7. Фактори способу життя, що впливають на участь пацієнта/клієнта із захворюванням дихальної системи у сферах продуктивної діяльності, дозволя та самообслуговування.	Кейси.	10
8. Процес редизайну способу життя осіб із ХОЗЛ. Процес редизайну способу життя осіб із бронхіальною астмою.	Симуляція	10
9. Редизайн способу життя осіб із наслідками мозкового інсульту. Основи редизайну способу життя осіб із хворобою Альцгеймера та осіб із розсіяним склерозом Основні підходи до редизайну способу життя осіб із хворобою Паркінсона.	Ескпрес-контроль	20
Всього балів:		100

Перед початком заняття науково-педагогічний працівник відповідно до силабусу навчальної дисципліни ознайомлює здобувачів вищої освіти із засобами поточного контролю, які будуть застосовуватись, і кількістю балів, які вони можуть отримати. Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів.

Здобувач вищої освіти, який протягом семестру отримав менше 35 балів, до семестрового контролю не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення навчальної дисципліни.

Залік проводиться у порядку, визначеним Положенням про організацію освітнього процесу в Національному університеті фізичного виховання та спорту України (нова редакція).

Рекомендовані основні та додаткові інформаційні ресурси:

Основні:

1. Coppard BM, Lohman H. Introduction to Orthotics - E-Book: A Clinical Reasoning and Problem-Solving Approach, 4th Edition. Mosby; 2014. 487p.
2. Duncan, E. S. (2020). Skills and processes in occupational therapy. In E. S. Duncan (Ed.), Foundations for Practice in Occupational Therapy (6th ed.). Elsevier. 282p.
3. Elizabeth A. Pyatak, Kristine Carandang, Chantelle Rice Collins, Mike Carlson; Optimizing Occupations, Habits, and Routines for Health and Well-Being With Lifestyle Redesign®: A Synthesis and Scoping Review. Am J Occup Ther September/October 2022, Vol. 76(5), 7605205050. doi: <https://doi.org/10.5014/ajot.2022.049269>
4. Uyeshiro Simon, A., & Cunningham, R. (2017). Lifestyle Redesign for multiple sclerosis: A community-based occupational therapy program. International Journal of MS Care, 19(Suppl. 1), 69–70. <https://doi.org/10.7224/1537-2073-20.s1.1>
5. Reeves, L., & Uyeshiro Simon, A. (2016). Occupational therapy's role in chronic headache management among a multidisciplinary team: A Lifestyle Redesign® approach. Pain Practice, 16(Suppl. 1), 136. <https://doi.org/10.1111/papr.12451>

Додаткові:

1. Pyatak, E., King, M., Vigen, C. L. P., Salazar, E., Diaz, J., Schepens Niemiec, S. L., . . . Shukla, J. (2019). Addressing diabetes in primary care: Hybrid effectiveness–implementation study of Lifestyle Redesign® occupational therapy. American Journal of Occupational Therapy, 73, 7305185020. <https://doi.org/10.5014/ajot.2019.037317>
2. Maeir, T., Beit-Yosef, A., Wechsler, T., Safra, Y., Zilbershlag, Y., Katz, N., & Gilboa, Y. (2021). The feasibility and efficacy of an Israeli Lifestyle Redesign®-based program for well older adults: A pilot study. OTJR: Occupation, Participation and Health, 41, 47–55. <https://doi.org/10.1177/1539449220928141>
3. Jackson, J., Carlson, M., Mandel, D., Zemke, R., & Clark, F. (1998). Occupation in lifestyle redesign: The Well Elderly Study occupational therapy program. American Journal of Occupational Therapy, 52, 326–336. <https://doi.org/10.5014/ajot.52.5.326>
4. Eklund, M., & Erlandsson, L. K. (2014). Women's perceptions of everyday occupations: Outcomes of the Redesigning Daily Occupations (ReDO) programme. Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 21, 359–367. <https://doi.org/10.3109/11038128.2014.922611>

Електронні:

1. Cochrane Library. [Internet]. Available at: <https://www.cochrane.org/>
2. Egrotherapy Evidence Database. [Internet]. Available at: <http://www.otseeker.com/Resources/WhatIsEvidenceBasedPractice.aspx>
3. Сайт Всесвітньої Федерації Ерготерапевтів <http://wfot.org>
4. MoCa test. <https://www.mocatest.org/>
5. Allen Cognitive Levels Assessment. <https://allencognitive.com/allen-scale/>